

18-19 NOVEMBRE 2023

Salon 50+

RICHELIEU-YAMASKA

**ENTRÉE
GRATUITE**

**ESPACE
SAINT-HYACINTHE
PAVILLON COOP**

 **2670, avenue Beauparlant
Saint-Hyacinthe**



NOS GRANDS PARTENAIRES



beneva

greiche & scuff
professionnels de la vue



SÉCURIGLOBE
assurance voyage

PARTENAIRES DU SALON

Lobe
Retrouvez votre monde

LE SAPHIR
HAVRE DE PAIX POUR RETRAITÉS

**l'Eau
Vive**
COMPLEXE RÉSIDENTIEL



**CANCER
COLORECTAL
CANADA**

En collaboration avec



Région
Richelieu-Yamaska

CINQUANTE

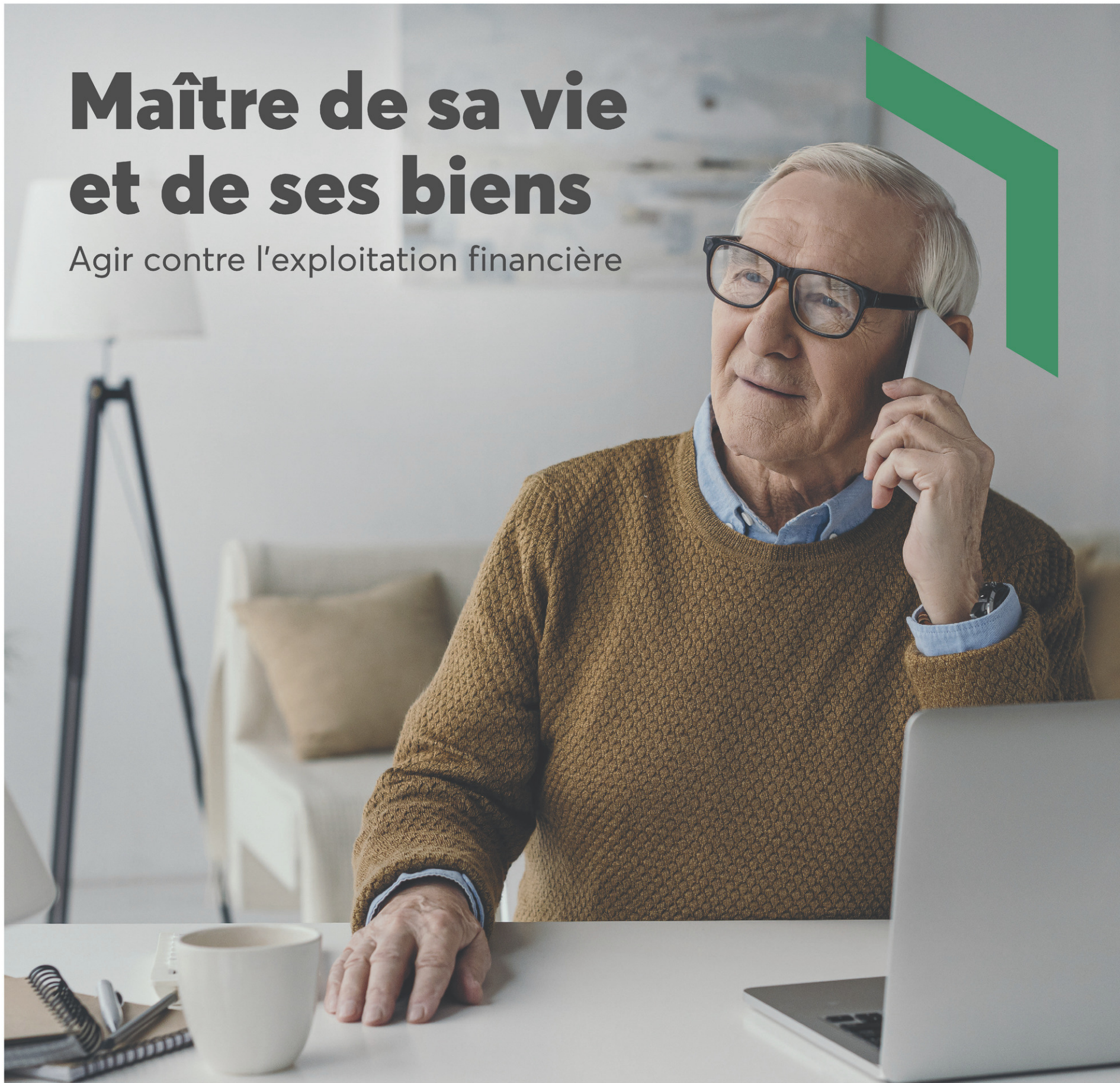
Le Courrier
de Saint-Hyacinthe

Judi 9 novembre 2023



Maître de sa vie et de ses biens

Agir contre l'exploitation financière



Des ressources pour aider les membres et leurs proches

Vous avez des interrogations, des inquiétudes, un problème, vous vous sentez vulnérable? Vous n'êtes pas seul, n'hésitez pas à en parler.



Votre caisse ou **1 800 CAISSES**



Une personne de confiance
un parent, un ami, un travailleur social, un psychologue, un médecin ou un policier.



desjardins.com/abus-financiers

 **Desjardins**

14^e édition du Salon 50+

Un événement incontournable!

**Dates : samedi 18 et dimanche
19 novembre 2023****Heures : 10h - 16h30****Lieu : Espace Saint-Hyacinthe****Entrée : Gratuite**

Nous sommes heureux de vous convier à la 14^e édition du Salon 50+, qui aura lieu les 18 et 19 novembre 2023 à l'Espace Saint-Hyacinthe. Cette année, nous vous présentons une nouvelle formule pour un événement qui ne cesse de se réinventer.

Le Salon 50+ est devenu, au fil des années, une référence incontournable dans tous les aspects de la vie quotidienne. Nous tenons à rappeler que cet événement est ouvert à toute la communauté de notre magnifique région, sans aucune restriction d'âge. Répondez dès maintenant à cette invitation pour profiter de cette opportunité extraordinaire.

Notre équipe vous accueillera chaleureusement pour vous informer sur nos services et avantages. Nous prévoyons également un espace dédié à ceux qui souhaitent adhérer à notre organisation ou renouveler leur carte de membre.

Le samedi et le dimanche, vous pourrez assister à des conférences présentées par des personnalités renommées telles que Nathalie Simard, Marie-Josée Taillefer, Isabelle Huot, et Marthe Laverdière. Assurez-vous de consulter l'horaire, car les places sont limitées.

De plus, pour ajouter à l'enthousiasme de cette édition, notre Salon sera animé tout au long du week-end par Claude Steben, le Capitaine Cosmos des Satellipopettes, un nom qui réveillera votre âme d'enfant.

Nous avons bonifié notre programmation d'activités pour dynamiser le Salon et offrir des expériences enrichissantes. Vous pourrez rencontrer plus de 70 exposants proposant une variété de produits et services, notamment dans les domaines du sport, des loisirs, des voyages, de la beauté, de la santé, de l'artisanat, de la mode, des services gouvernementaux, de l'habitation, des produits financiers, et bien plus encore.

Nous sommes également ravis d'annoncer que cette année, le Salon offre aux entreprises l'opportunité de recruter des travailleurs expérimentés dans divers domaines. C'est l'endroit

idéal pour initier des rencontres fructueuses entre employeurs et chercheurs d'emploi.

Tout au long du week-end, nous distribuons de nombreux cadeaux et prix. De plus, les 5000 premiers visiteurs recevront gracieusement un sac réutilisable LOBE.

Pour satisfaire vos papilles, un espace alimentaire vous accueille pour déguster un repas sain ou savourer une pause-café bien méritée.

L'équipe de la FADOQ Région Richelieu-Yamaska vous attend en grand nombre pour ce moment de partage et de découverte. Pour de plus amples informations, consultez notre site Internet : fadoq.ca/richelieu-yamaska.

fadoq

Région
Richelieu-Yamaska

Restez également informés en suivant notre page Facebook.

Soyez des nôtres pour cette 14^e édition du Salon 50+ et vivez cette expérience exceptionnelle.

Salon 50+

RICHELIEU-YAMASKA

Tous les services sous un même toit

En constante évolution et bien à l'écoute de vos besoins, Ubald Lalime offre tous les services sous un même toit, pour que vous puissiez vous recentrer sur ce qui compte réellement.

Notre personnel est présent pour vous épauler avec tout le respect et le professionnalisme attendus.

Osez
comparer

L'excellence abordable depuis 1940

Contactez-nous 450 774-6417 | ubaldlalime.com

UL
COMPLEXE FUNÉRAIRE
Ubald Lalime

MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

L'heure est venue de vous convier avec un enthousiasme inégalé à la 14^e édition du Salon 50+ Richelieu-Yamaska, un événement à ne pas manquer!

Pour la première fois sur une durée de deux jours, le Salon 50+ invite la population et ses membres au prestigieux Pavillon La COOP de l'Espace Saint-Hyacinthe, et l'entrée est entièrement gratuite!

Vivez une expérience unique, car plus de 70 exposants issus de la grande région Richelieu-Yamaska se sont donné rendez-vous pour vous.

Mais ce n'est pas tout, car nous avons soigneusement sélectionné des conférencières d'une grande popularité dont voici quelques noms qui vont vous faire vibrer : Nathalie Simard, Marie-Josée Taillefer, Isabelle Huot, Marthe Laverdière. Soyez réactifs, car les places sont limitées!

Signe des temps, le Salon 50+ offre cette année, une chance inouïe à ses exposants, soit la possibilité de recruter de la main-d'œuvre directement sur place. Imaginez le potentiel! Les exposants qui souhaitent embaucher pourront mettre à la vue une affiche disant "Ici, nous embauchons!"

Vous retrouverez également sur place des organismes spécialisés en employabilité. Vous êtes à la recherche d'un emploi? Préparez votre CV et votre plus beau sourire!

Je serai là avec mon équipe pour vous accueillir chaleureusement. Nous sommes impatients de vous recevoir et de vous faire découvrir la multitude de services qu'offre la

Fadoq. Ce salon est un point de rencontre privilégié et contribue activement à l'amélioration de la qualité de vie des personnes de 50 ans et plus.

Soyez des nôtres, soyez curieux, soyez inspirés!

Au plaisir de vous rencontrer!

Nicole Deutsch
Directrice générale
FADOQ Région Richelieu-Yamaska



De nombreux tirages tout au long du weekend au Salon 50+

Un tirage moitié-moitié

La Fadoq Région Richelieu-Yamaska dynamise le Salon 50+ avec un tirage moitié-moitié! Vous pourrez acheter des billets sur place auprès de nos bénévoles au kiosque de la Fadoq dès l'ouverture des portes et tout au long des journées du 18 et du 19 novembre. Chaque journée du Salon se clôturera par le tirage, où la chance sourira à un heureux gagnant. Celui-ci remportera fièrement 50 % du gros lot, tandis que la Fadoq Région Richelieu-Yamaska bénéficiera de l'autre moitié pour soutenir ses activités et projets. Les

numéros gagnants seront annoncés en temps réel sur notre page Facebook à la fin de chaque tirage, vous permettant de suivre l'excitation à distance. Ne manquez pas cette opportunité de gagner gros et de soutenir une bonne cause!

Des billets pour le spectacle de danse chinoise de la Compagnie Shen Yun

Gagner une paire de billets pour ce spectacle époustouflant. Une création artistique qui fait renaître les 5 000 ans de cette culture ancestrale. Une valeur de près de 500\$.

Des billets pour le spectacle Casse-Noisette de l'École de Ballet russe de Granby

Remportez deux billets pour adultes et deux billets pour enfants pour une formidable sortie Grands-parents et petits-enfants!

Une consultation gratuite en chirurgie esthétique

La clinique Mont-Saint-Hilaire proposera deux tirages les 18 et 19 novembre pour une consultation en chirurgie esthétique (injection neuromodulateur, agent de comblement ou laser) aux personnes qui auront complété un formulaire d'intention de service lors du Salon. Les soins offerts par la Clinique sont axés sur le bien-être, le rehaussement de la beauté naturelle, la promotion de la santé et la prévention des dommages cutanés.

Tirage de trois cartes cadeaux de 100\$ chacune des épiceries Métro



Actif. En nature.



cardio
muscultation



cardio
vitalité

cardio
nordique



plein air
tonus



Saint-Hyacinthe - Saint-Dominique - Saint-Hugues

Horaire - Inscription - Essai gratuit



Info: 450 794-2087



M^e Maxime David, L.L.L., D.D.N.
Notaire et conseiller juridique

750, avenue de l'Hôtel-Dieu
Saint-Hyacinthe (Québec) J2S 5J9

Tél. : 450 252-5930
mdavid@notarius.net

232668



Lorsque la thérapie
rencontre
le confort



M.F SUPPORT

SERVICE À DOMICILE

Melissa Ferland

conseillère,
SPÉCIALISTE en bas de compression

POUR VOS BESOINS EN BAS DE COMPRESSION

HOMME | FEMME

579 488-2065 • bas.m.ferland@hotmail.com

SIGVARIS
GROUP

REÇU POUR ASSURANCES DISPONIBLE

Horaire du Salon 50+ : pour ne rien manquer!

18 novembre 2023

10h00 – Ouverture du Salon

10h05 – Mot de bienvenue de la directrice générale, Nicole Deutsch

10h10 – Allocution du président de la Fadoq Région Richelieu-Yamaska, André Beaumont

10h15 – Allocution de Marie-Josée Taillefer, Ambassadrice des cliniques Lobe

10h00-16h30 – Visite libre du Salon et des exposants.

Plongez au cœur d'une expérience particulière : Un voyage étonnant à l'intérieur d'un côlon géant!

10h30-11h30 – Conférence Revenu Québec – Retour sur le marché du travail

11h30-12h30 – Conférence Service Canada – Recevez-vous tout l'argent auquel vous avez droit?

13h00-14h30 – Conférence de Nathalie Simard – Osez reprendre votre pouvoir !!!

15h00-16h00 – Conférence de Marie-Josée Taillefer – L'audition, une priorité

16h30 – Tirage et fermeture du Salon

19 novembre 2023

10h00 – Ouverture du salon

10h00-16h30 – Visite libre du Salon et des exposants.

Loufoque Québec présente : Équipements de sport et de loisir spécialement conçus pour les personnes de 50+. Êtes-vous prêt à relever le défi?

11h30-12h30 – Conférence Service Canada – Recevez-vous tout l'argent auquel vous avez droit?

13h00- 14h00 – Conférence d'Isabelle Huot – La santé par une alimentation gagnante

14h00-15h30 – Conférence de Marthe Laverdière – « On peut tu être heureux »

16h30 – Tirage et fermeture du Salon



Salon animé par
Claude Steben.



bleu.eco



1877 715-8886



www.bleu.eco

MATELAS - BASES DE LITS - OREILLERS ET LITERIE

LES MEILLEURS MATELAS QUÉBÉCOIS



FAIT AU QUÉBEC



ÉCOLOGIQUES



ABORDABLES

GARANTIES ALLANT JUSQU'À 20 ANS



FLEXITEC

SOINS À DOMICILE - SOINS DE LONGUE DURÉE



- LITS MÉDICAUX
- MATELAS MÉDICAUX
- MOBILIER DE CHAMBRE



FLEXITEC.CA



1 855 792-3798

Plongez au cœur d'une expérience particulière : un voyage étonnant à l'intérieur d'un côlon géant!

Le 18 novembre seulement, un gigantesque côlon gonflable fera son apparition au Salon 50+ en collaboration avec Cancer colorectal Canada.

L'objectif : mettre en avant la prévention et la sensibilisation au cancer colorectal, le deuxième cancer le plus fréquent au Canada, bien qu'il reste souvent tabou. Pour briser la gêne et démystifier cette maladie répandue, la Fadoq Richelieu-Yamaska vous convie à un voyage interactif au cœur d'une structure gonflable

impressionnante, mesurant 12 mètres de long sur 2,5 mètres de hauteur. Vous découvrirez les affections qui touchent le côlon humain, en mettant particulièrement l'accent sur le cancer colorectal. Rejoignez-nous dans cette aventure éducative et engageante pour mieux comprendre et prévenir cette maladie."



Prêts à relever le défi de Loufoque Québec? On vous attend le 19 novembre!

Ce dimanche 19 novembre, le président de Loufoque Québec, Marc Lacroix, sera présent pour vous offrir une expérience exceptionnelle.



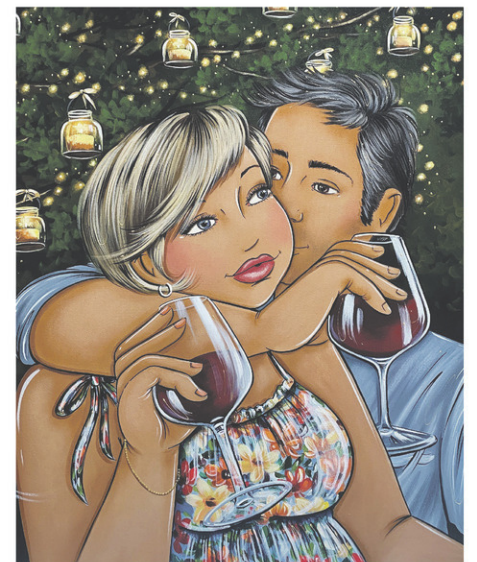
Venez découvrir un espace de plus de 30 pieds carrés rempli d'équipements de sport et de loisir spécialement conçus pour les personnes de 50 ans et plus, prêts à être testés par vous!

En fait, plusieurs de ces jeux ont déjà été acquis par nos clubs affiliés, procurant ainsi un immense plaisir à leurs membres. Êtes-vous prêt à relever le défi?

Gagnez une toile d'Isabelle Desrochers d'une valeur de 2000\$ au Salon 50+!

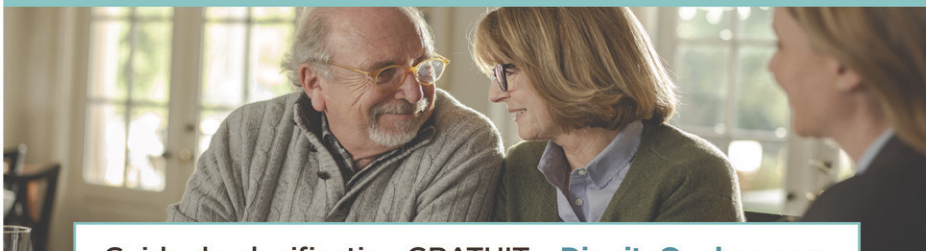
"Une opportunité exceptionnelle s'offre à tous les membres en règle de la FADOQ : Durant les journées du Salon 50+, tous les membres actuels de la FADOQ qui visitent l'événement, ainsi que les nouveaux adhérents au réseau FADOQ, auront la chance de participer à notre concours exclusif. Pour obtenir un coupon de participation, il vous suffit de vous rendre au kiosque de la FADOQ et de présenter votre carte de membre."

Isabelle Desrochers, une véritable fierté de Québec, insuffle l'essence même de cette magnifique ville dans chacun de ses traits de crayon. Artiste depuis 2000, elle partage sa passion par des ateliers au Québec et en Europe. Depuis 2012, ses toiles originales sont en vente dans des galeries prestigieuses. Elle célèbre la beauté et la confiance en soi à travers des femmes « généreuses et voluptueuses » qui débordent d'amour pour la vie. Son inspiration vient du quotidien, magnifié avec humour. « Chaque matin, quand je m'installe dans mon atelier, mon univers se révèle sur la toile, le temps s'arrête, et la magie opère. »



Un arrangement funéraire prépayé protège votre famille.

CRÉMATION | FUNÉRAILLES | CÉLÉBRATION DE LA VIE



Guide de planification GRATUIT : DigniteQuebec.com

Les Résidences Funéraires Mongeau

SAINT-HYACINTHE ET SAINT-PIE

450-774-8000

mongeau@dignitequebec.com

Chaque détail compte™ | Dignité™

Réseau Dignité est une marque de Service Corporation Internationale (Canada) ULC.

218703

Pour le respect et l'équité de tous les aînés et aînées

Bon salon de la Fadoq!



SIMON-PIERRE SAVARD-TREMBLAY
DÉPUTÉ | SAINT-HYACINTHE-BAGOT
BLOC QUÉBÉCOIS

simon-pierre.savard-tremblay@parl.gc.ca
450 771-0505 1 800 463-0505

231680



LA RETRAITE PENSEZ-S'Y BIEN

Venez participer à cette journée spéciale de conférences et d'ateliers dédiés à la préparation à la retraite.

18 novembre à 8h30

Centre Humania Assurance

- CONFÉRENCES :
- Oser le changement
 - Muscler vos méninges
 - À vos budgets
 - Transitions de vie

GRATUIT
PLACES LIMITÉES

INSCRIPTION : (450) 773-7202 poste 203
christian@lephare-apamm.ca



231684

Pliée en deux par la douleur... elle mentionne : « j'aimerais mieux mourir que de continuer à souffrir comme ça! »

Desneiges Gingras ne se doutait pas qu'un accident d'auto, subi en 1981, la rendrait handicapée un jour... d'autant plus qu'on lui avait dit que ses douleurs n'étaient dues qu'à de l'arthrose. Heureusement, son médecin lui a recommandé un traitement qui lui a « sauvé la vie ».

UN FACE-À-FACE PERCUTANT

Alors qu'avec son conjoint et deux couples ils reviennent d'une soirée de quilles, leur voiture est percutée de plein fouet par celle d'un homme en état d'ébriété. Madame Gingras subit une fracture du crâne et entre dans un coma qui durera 3 mois.

Elle récupère relativement bien et peut poursuivre son travail de coiffeuse jusqu'en 2010, année où elle prend sa retraite.

C'EST JUSTE DE L'ARTHROSE

Vers 2015, une douleur à la hanche droite la dérange au point de consulter son médecin. Il lui dit alors que ça doit être de l'arthrose due à son âge et lui recommande d'aller en physiothérapie. Elle n'obtient pas le soulagement souhaité, mais elle n'est pas trop limitée dans ses activités.

Elle ne peut plus dormir dans son lit. Elle passe donc toutes ses nuits dans un fauteuil inclinable

À l'automne 2020, madame Gingras fait une randonnée en forêt dans des sentiers escarpés. La nuit suivante, elle a mal. Elle ne ferme pas l'œil de la nuit. Le matin venu, en débarquant de son lit, elle ressent une douleur vive, comme un poignard, dans son dos et ses jambes.

À cause de ces douleurs vives, Desneiges passe ses journées pliées en deux. Imaginez que vous tentez d'aller toucher vos orteils avec vos doigts. Une fois à 90°, c'est la position qu'elle maintenait en tout temps.

Elle ne peut plus dormir dans son lit. Elle passe donc toutes ses nuits

dans un fauteuil inclinable où elle réussit à trouver une position qui la fait moins souffrir.

SON MÉDECIN EST SANS RÉPONSE

Elle consulte encore son médecin qui lui avoue son impuissance. C'est alors qu'il partage : « Pour être franc, je ne sais plus quoi faire avec toi. La seule solution, c'est Solutions Discales ».

*Son médecin lui dit alors :
« Pour être franc, je ne sais plus quoi faire avec toi.
La seule solution, c'est Solutions Discales »*

Qu'a-t-elle à perdre ?

Elle prend donc un rendez-vous chez Solutions Discales, espérant qu'on pourra l'aider.

La première rencontre se déroule bien. Après une batterie de tests, le chiropraticien procède à l'analyse du dossier.

Madame Gingras est en confiance. Elle constate la compétence de l'équipe et espère qu'on trouvera la solution à ses souffrances.

LE VERDICT TOMBE ET UN TRAITEMENT EST PROPOSÉ

Madame Gingras souffre d'une dégénérescence sévère des deux derniers disques du bas de son dos.

On lui propose un traitement de haute technologie; de la décompression neurovertébrale non chirurgicale.

Graduellement, les améliorations se manifestent. Mais ça n'a pas été facile. Des membres de l'équipe de-

vaient la soutenir jusqu'à la salle de traitement.

*Un jour, son mari, Marcel, la regarde et lui dit :
« Hey, Desneiges, tu marches comme avant » !*

Petit à petit, elle prend des forces et de la souplesse. Son corps se redresse peu à peu. Un jour, son mari, Marcel, la regarde et lui dit : « Hey, Desneiges, tu marches comme avant » !

Constatant ces changements significatifs et considérant la dégénérescence avancée, le docteur lui recommande de suivre des soins de maintien pour préserver les acquis.

Aujourd'hui, Desneiges Gingras est une femme transformée. Elle dort dorénavant dans son lit, peut faire ses courses et participe aux activités de ses petits-enfants.

POURQUOI PARTAGER SON EXPÉRIENCE?

« Il y a tellement de personnes qui souffrent. Si mon témoignage peut aider des gens à s'en sortir, ce sera ma contribution » nous dit-elle.

Si vous souffrez aussi de douleurs chroniques au bas du dos ou au cou, il existe une solution de haute technologie (décompression neurovertébrale non chirurgicale) qui est disponible à la clinique Solutions Discales de Saint-Hyacinthe.



Elle ne suit pas son conseil et le regrettera plus tard lorsque les douleurs réapparaissent.

Pour plus d'information ou pour prendre rendez-vous, composez le 450 250-2550.

* Dans le cadre du Programme Secondos, vous obtenez une consultation, un examen ainsi que le rapport de vos résultats sans frais et sans obligation. Les seuls honoraires qui vous pourriez déboursier sont les radiographies si nécessaires.

SOLUTIONS DISCALES ST-HYACINTHE

750, boul. Casavant Ouest, Saint-Hyacinthe (Québec) J2S 7S3
450 250-2550

Programme *SeconDos* *

SECONDE OPINION PROFESSIONNELLE

*Consultation, Examen et Analyse des radiographies SANS FRAIS

La clinique Solutions Discales St-Hyacinthe est dirigée par le Dr Yves Belanger, chiropraticien.

SOLUTIONSDISCALES

TRAITEMENT DE HAUTE TECHNOLOGIE
POUR ARTHROSE ET BLESSURE DISCALE
solutionsdiscales.ca



MOT DU PRÉSIDENT

Nous vous attendons en grand nombre pour la 14^e édition du Salon 50+ Richelieu-Yamaska, qui se déroulera les 18 et 19 novembre prochain, de 10h à 16h30, au Pavillon La COOP de l'Espace Saint-Hyacinthe. Et la meilleure nouvelle, c'est que ce salon est entièrement gratuit pour vous!

Préparez-vous à une expérience exceptionnelle, car de nombreux exposants venant de la grande région Richelieu-Yamaska seront présents. Vous aurez l'opportunité de rencontrer des professionnels chevronnés des domaines de la santé, du voyage, des services financiers, de l'immobilier, de l'employabilité, du bien-être, des loisirs sportifs et culturels, ainsi que des artisans et créateurs d'ici.

Nous avons également prévu des conférences avec des personnalités de renom, des jeux, des expériences interactives, un espace emploi, des tirages et plus encore! Attendez-vous également à de nombreuses surprises tout au long du weekend.

Notre équipe sera là pour vous renseigner sur nos services et avantages. Un espace sera spécialement réservé à ceux qui souhaitent adhérer ou renouveler leur carte de membre dans l'un de nos clubs affiliés à la FADOQ Région Richelieu-Yamaska.

Le réseau FADOQ compte plus de 550 000 membres, dont plus de 36 000 membres dans la région Richelieu-Yamaska. En rejoignant la FADOQ, vous ajoutez votre voix à celles qui soutiennent les initiatives visant à promouvoir et défendre vos droits.

Nous sommes impatients de vous accueillir et espérons que le Salon 50+ Richelieu-

Yamaska deviendra une ressource inestimable pour vous et vos proches.
Bienvenue à tous!

André Beaumont
Président
FADOQ Région Richelieu-Yamaska



MERCI

Au Cœur de la vie de la FADOQ, nous avons la chance d'être épaulés par des bénévoles qui par leur engagement, jouent un rôle primordial au sein de notre organisation et contribuent au succès de nos activités et projets tout au long de l'année. La participation et la passion de ces nombreux bénévoles soutiennent fortement le rayonnement de la FADOQ sur tout le territoire de la Région Richelieu-Yamaska. Aussi, c'est grâce à eux que nous demeurons la voix des 50 ans et plus. Mille mercis!

344
ADMINISTRATEURS
BÉNÉVOLES
DANS LES CLUBS

1893 heures de bénévolat
AUX ACTIVITÉS DU BUREAU RÉGIONAL
35 BÉNÉVOLES



Centraide
Richelieu-Yamaska

Le don planifié

UN HÉRITAGE QUI FAIT GRANDIR

IMAGINEZ VOTRE GÉNÉROSITÉ SE PERPÉTUER DANS LE TEMPS

Les avantages du don planifié

- Permet d'optimiser votre planification financière tout en contribuant au mieux-être de votre communauté;
- Laisse une « marque vivante » en permettant d'apporter un soutien à long terme à une cause qui vous tient à cœur;
- En plus de soutenir l'oeuvre que vous aimez, votre don pourrait alléger le fardeau fiscal de votre succession.

**Pour en connaître davantage sur
notre programme de dons planifiés ou
pour faire un don**

Visitez le centraidery.org ou communiquez avec nous au 450 773-6679 ou 1 844 773-6679
dons.majeurs@centraidery.org

Donnez à
centraidery.org

Sans-frais
1 844 773-6679

Suivez-nous
[f](#) [c](#) [i](#) [n](#) [i](#) [t](#)

LES APHIR

Havre de paix pour retraités

VENEZ NOUS
RENCONTRER AU
SALON
FADOQ
Kiosques 7 et 8

FIER PRÉSENTATEUR DE LA

**Conférence de
Nathalie Simard**
*Osez reprendre
votre pouvoir!*

Samedi 18 novembre à 13h

VOTRE HAVRE DE PAIX
POUR PROFITER DE LA VIE.

Informations

3333, avenue Drouin
Saint-Hyacinthe QC J2S 0M2

info@lesaphir.ca
450 250-4444

lesaphir.ca



UNE RÉALISATION **ROBN**

LISTE DES EXPOSANTS

ESPACE DÉCOUVERTES

Des cadeaux de Noël...
à s'offrir à soi ou à faire
à vos proches.

Aroma ML

Des bougies artisanales aromatisées

Bébé Fafa

Des vêtements de fibres naturelles pour
nourrisson fabriqués au Québec

BeDesign Création

Des produits qui représentent avant tout
le calme et le bien-être; aquarelles, bougies,
cartes de souhaits, carnets et bloc-notes

Billine Bougie

Des bougies artisanales parfumées aux huiles
essentielles pures et aux essences aromati-
ques naturelles

Création Rose Émotion

Des articles fabriqués à la main et personali-
sés par sublimation

DoTERRA

Des huiles essentielles et diffuseurs

Épicure

Une solution de repas simple et rapide; assai-
sonnement, épices, tisane et mélanges

Ferme agroforestière
des 3 sommets

Une entreprise familiale basée au Québec qui
met en valeur les saveurs et les multiples
richesses de la forêt. Son produit vedette est le
sirop de bouleau jaune

Fouinna

Des vêtements et accessoires faits main, sim-
ples, écologiques et pratiques

Isabelle Desrochers

Un univers coloré aux femmes voluptueuses.
Découvrez cette artiste peintre en pleine action

La chope à miel

Miel forestier québécois

Les bulles à Marie

Savons fabriqués par saponification à froid &
Cosmétiques naturels faits main

Mary Kay

Produits de beauté et de maquillage

Norwex

Des savons et produits de nettoyage biodégra-
dables. Collection et ensemble cadeau

Ô petits plats

Plats cuisinés à emporter, en portion individuelle

Thermomix

Le multicuiseur tout-en-un

Tocara

Une collection de bijoux chics, hypoallergènes
et abordables

Tour Jardin Québec

Un moyen propre, simple et efficace pour cul-
tiver des aliments frais et sains à la maison.
Santé, saveur et autonomie garantie

Vignoble Val.Caudalies

Vin, cidre et vermouth authentiques

Zyia Active

Des vêtements sport pour homme et femme.
Une marque de style de vie actif

ASSURANCES ET
SERVICES FINANCIERS

Nos partenaires **Intact Assurances** et **Beneva**
sont là pour vous renseigner et vous offrir assis-
tance et soutien.

[intact]
ASSURANCE

beneva

IMMOBILIER

eXp Agence immobilière Groupe
Benoît Bienvenue

L'agence eXp est la société de courtage qui con-
naît la croissance la plus rapide de l'industrie

Chartwell les Jardins de la Gare et
Chartwell Ste-Marthe

Immeubles locatifs destinés aux 55 ans et plus
et offrant sécurité et tranquillité d'esprit

Les Résidences Soleil

Une entreprise familiale d'ici à l'écoute des
besoins des gens du bel âge. Un environ-
nement où vous vous sentirez libre et en
toute sécurité

Groupe Robin : Complexe Le Saphir

Imaginez... Vivre dans un endroit confortable,
chaleureux, moderne et sécuritaire offrant
tous les services dont vous avez besoin

Groupe Robin :
Résidence l'Eau Vive

Votre nouveau « chez-vous ». Des apparte-
ments spacieux, accueillants et entretenus avec
soin. Ici, la sécurité est synonyme de tran-
quillité d'esprit!

LOISIRS SPORTIFS
ET CULTURELS

Compagnie Shen Yun

Spectacle époustouflant de danse racontant
l'histoire de la civilisation chinoise

Pro.JukeBox

Un mélange de nostalgie et de modernité, des
conceptions uniques pour les passionnés de
musique et de Karaoké

Raoul Chagnon

Entreprise familiale spécialisée dans les vélos
électriques et les jeux de société

Théâtre de la Dame de cœur

Découvrez l'univers de la marionnette sur-
dimensionnée... l'une d'elles sera présente
au salon!

Théâtre des Hirondelles

Situé sur le terrain de golf des Arpents Verts à
Saint-Mathieu de Beloeil. Sa bonne table et ses
conceptions théâtrales d'excellence lui confè-
rent une clientèle qui lui demeure fidèle.

Vos Origines Luc Joannette

Découvrez l'histoire de votre premier ancêtre
arrivé au Québec

Illuminons l'Hôtel-Dieu

Partenaire Père Noël

LM | FONDATION
LUC MAURICE

Aidez la **Fondation Aline-Letendre** à
illuminer le sapin de L'Hôtel-Dieu de
Saint-Hyacinthe et participez au
rehaussement de la qualité de vie **des
aînés d'ici !**

Procurez-vous maintenant vos lumières et
vos boules de Noël en ligne ou à la Boutique
du village de l'Hôtel-Dieu, au 2e étage.

Achetez en ligne maintenant !

www.fondationalineletendre.com

5\$

par lumière

50\$

par boule



Partenaires Lutins

Desjardins

dessercom
S'ENGAGER | SOIGNER | ACCOMPAGNERJournée de la Philanthropie,
journée de reconnaissance

L'arbre de vie, reconnaissant l'apport de nos
précieux bénévoles et donateurs verra
apparaître de nouveaux noms le 15 novembre
alors que 32 personnes seront honorées dans
le cadre de la Journée de la philanthropie. **La
Fondation Aline-Letendre** a pour mission de
voir à l'amélioration de la qualité de vie des
résidents de l'Hôtel-Dieu et c'est grâce à tous
ceux qui s'impliquent généreusement avec
elle, en offrant temps et argent qu'elle
parvient à perpétuer sa mission.

Du fond du cœur,

Merci !!



Envie de faire une différence ?

Implique-toi bénévolement
avec nous !Nous avons besoin
de toi pour:

- Boutique du village
- Entrée de données
- Implications lors d'activités
- Tri de vêtements
- Différentes tâches peuvent
s'ajouter au gré des
événements !

Communique avec la Fondation à
info@fondationalineletendre.com
ou au 450-771-3600

Loufoque Québec

Équipements de sport et de loisir spécialement conçus pour les personnes de 50 ans et plus

Cardio Plein air

Des programmes d'entraînement novateurs et des formations accessibles pour une expérience agréable et motivante

SANTÉ & BEAUTÉ**AA Québec**

Besoin d'aide, les alcooliques anonymes sont là pour répondre à vos questions et vous soutenir

Alyn Simard, audithérapeutes

Les aides de suppléance à l'audition

BEMER

Nicole Haché, distributeur des appareils thérapeutiques médicaux BEMER pour une meilleure circulation sanguine pour le soulagement de la douleur

Bleu Eco

Un sommeil responsable pour un avenir durable. Matelas écologiques. Produit québécois.

Clinique capillaire Cartier

Salon de coiffure spécialisé dans la santé capillaire. Traitement pour la perte de cheveux, per-ruque et greffe sans chirurgie.

Complexe Ev / Cité Mobile

Les spécialistes des vélos électriques et produits de mobilités électriques ; triporteurs, quadriporteurs et trottinettes

CISSME16

Un établissement public qui offre des services de santé et de services sociaux à la population

**Clinique médico Esthétique
Chantal Mathieu**

Pour des soins esthétiques et médico-esthétiques

**Fondation Cancer colorectal
Canada**

Un voyage étonnant à l'intérieur d'un côlon géant

**Clinique d'hygiène dentaire
Geneviève Belisle**

Pour des soins dentaires préventifs, nettoyage, blanchiment et autres

GF Podologue

Prenez soin de vos pieds. Soins d'hygiène et d'esthétique

La Clinique Mont-St-Hilaire

Des soins axés sur le bien-être, le rehaussement de la beauté naturelle, la promotion de la santé et la prévention des dommages cutanés

**Les Centres Masliah
audioprothésistes**

Services d'audiologie, d'oto-rhino-laryngologie, appareils auditifs

Lobe

Des services professionnels touchant la santé auditive et la communication vous permettant, entre autres, de retrouver le bonheur d'entendre et de bien comprendre.

**COMPLEXES ET
SERVICES FUNÉRAIRES****Respect, compréhension et empathie****Aquamation Le Sieur**

La fin d'un cycle peut-être le début d'un autre. Une alternative plus naturelle et écologique à la crémation et à l'inhumation.

Les Urnes Osiris

Un concept unique qui permet d'optimiser l'espace disponible pour un plus grand nombre d'inhumations en un même lieu.

Résidences Funéraires Mongeau

Les RFM vous accompagnent avec attention à travers ces moments éprouvants.

Complexe funéraire Ubald Lalime

Depuis plus de 75 ans, Ubald Lalime a été un lieu tout-en-un pour les services funéraires. Son engagement indéfectible consiste à fournir soutien et aide à toutes les familles en deuil.

**SERVICES ET
ORGANISMES
COMMUNAUTAIRES****Association des Grands-Parents
du Québec**

Défend les droits des grands-parents et de leurs petits-enfants dans un souci de maintenir les liens affectifs et familiaux

**Grands Frères Grandes Sœurs
de la Montérégie**

Organisme de jumelage intergénérationnel. Tout commence par la présence.

Le Curateur public du Québec

Depuis 1945, le Curateur public du Québec veille à la protection des personnes inaptes, à la sauvegarde de leur autonomie et au respect de leurs droits tout en soutenant leurs familles et leurs proches dans leurs fonctions

**Service Canada et
Agence Revenu Canada**

Service Canada est l'entité vers laquelle les Canadiens se tournent pour accéder aux programmes, aux services et aux avantages offerts par le gouvernement du Canada et ses partenaires, y compris entre autres, l'allocation au survivant et l'allocation pour les personnes âgées de 60 à 64 ans

Parfait ménage

Optez pour la qualité et la satisfaction. Parfait ménage votre meilleur allié en matière de propreté résidentielle

**VOYAGES DE GROUPE
ET CIRCUITS VACANCES****Expression Voyages**

Fort apprécié pour l'originalité de ses circuits, Expression Voyages est devenu un des plus importants voyagistes de groupe au Québec. Les amateurs de petites escapades d'un à deux jours, de spectacles, de théâtres, de festivals et de casinos sont bien servis!

Voyages Boislard Poirier

Pour des voyages sur mesure partout dans le monde en groupe, par affaire ou par loisir; croisières fluviales, Club Med, Disney, voyage corporatif et plus encore.

EMPLOYABILITÉ**Pour des rencontres productives**

Signe des temps, le Salon 50+ offre cette année la chance à ses exposants de recruter de la main-d'œuvre directement sur place. Les exposants qui souhaitent embaucher mettrons à la vue une affiche verte disant *Ici, nous embauchons!* Préparez votre CV et votre plus beau sourire!

Action Emploi

Centre-conseil en emploi

Intégration Compétences

Expertise dans le domaine de l'employabilité.

**Comme
à la
maison!**

**Venez nous rencontrer
au Salon FADOQ / Kiosques 7 et 8**

Fier présentateur de la

**Conférence de Nathalie Simard
Osez reprendre votre pouvoir!**

Samedi 18 novembre à 13h

920, boulevard Casavant Est, Saint-Hyacinthe
450 250-8483 | leauvive.ca

**l'Eau
Vive**

COMPLEXE RÉSIDENTIEL



CARTE DE LA RÉGION
**RICHELIEU-
YAMASKA**

PLUS DE
36 000
MEMBRES

51
CLUBS
AFFILIÉS

7
SECTEURS



Voici comment tirer profit de votre adhésion à la FADOQ

- Participez à une **panoplie d'activités sportives, récréatives et culturelles** gratuites ou à prix réduit pour les membres;
- Profitez de plus de **1000 rabais et privilèges** taillés sur mesure selon les goûts et les besoins des 50+, dans votre ville ou lors de vos escapades à l'extérieur de la région;
- Participez aux **différents concours** pour les membres;
- Feuillotez votre **magazine Virage** qui sera livré directement à votre domicile quatre (4) fois par année;
- Inscrivez-vous à notre **Infolettre régionale** pour ne rien manquer ou à l'infolettre du Réseau FADOQ afin de connaître les revendications effectuées au nom des 550 000 membres au Québec, dont près de 36 000 sur le territoire Richelieu-Yamaska;
- Consultez du contenu inspirant et des **entrevues exclusives** sur le site Avenue.ca;
- Visitez notre site Web [fadoq.ca/ Richelieu-Yamaska](http://fadoq.ca/Richelieu-Yamaska) pour demeurer bien informé sur les activités, promotions et formations offertes;
- **Téléchargez l'application FADOQ** afin de géolocaliser les rabais à proximité et ayez toujours votre carte FADOQ sur vous en téléchargeant la carte virtuelle sur votre cellulaire.



Allez-y, trahissez votre âge avec le Réseau FADOQ!

Le Réseau FADOQ a lancé sa nouvelle campagne *Allez-y, trahissez votre âge*, qui déboullonne certains mythes sur les personnes de 50 ans et plus.

« Depuis plus de 50 ans, notre organisation s'active à mettre de l'avant l'apport des personnes de 50 ans et plus à la société et à combattre l'âgisme. Avec cette campagne, nous attaquons de façon originale les perceptions négatives liées à l'âge, tout en rappelant la vaste gamme d'activités et de rabais que nous proposons », souligne Gisèle Tassé-Goodman, présidente du Réseau FADOQ.

Allez-y, trahissez votre âge.

Profitez de plus de **1 500 activités** en devenant membre.

Allez-y, trahissez votre âge.

Profitez de plus de **1 000 rabais** en devenant membre.

Centres Masliah
AUDIOPROTHÉSISTES

Dépistage auditif **gratuit**

Offre valable jusqu'au 31 janvier 2024.

Saint-Hyacinthe
450 774-1616

Vision Pro-Santé
2860, boul. Laframboise #200

Association des personnes aphasiques du Richelieu-Yamaska

L'Association des personnes aphasiques du Richelieu-Yamaska (APARY) offre un lieu d'échange, du soutien et des ateliers axés sur la communication afin de favoriser l'épanouissement et l'intégration sociale des personnes aphasiques. Notre équipe est formée d'une orthophoniste, une éducatrice spécialisée, une kinésiologue, une art-thérapeute et une directrice musicale.

Activités offertes :

- Atelier virtuel de stimulation à la communication
- Activité physique adaptée
- Art-thérapie
- Chorale
- Jeux de mots et de mémoire
- Orthophonie

1970, rue des Cascades Ouest, Saint-Hyacinthe (Québec) J2S 3J5
450 768-3760 • info@aphasieapary.org • aphasieapary.org



DÉCOUVREZ NOTRE RÉSIDENCE POUR ÂÎNÉS DÉDIÉE AUX SOINS



- Des repas équilibrés et préparés avec attention ;
- Services et assistance personnalisés pour aînés en perte d'autonomie ;
- Attention particulière dans une ambiance chaleureuse et familiale ;
- Une équipe attentionnée, dédiée aux soins ;
- Chambres spacieuses avec salle d'eau privée ;
- La sécurité avant tout : présence et sécurité 24 hres ;
- Séjour long-terme, répit et convalescence.
- Un programme d'activités variées et adaptées.

« EXCELLER DANS LES SOINS POUR ACCOMPAGNER LA PERSONNE À TRAVERS LES PHASES DE SA VIE »

**CHAMBRES DISPONIBLES
POUR DÉPANNAGE,
CONVALESCENCE OU LONG TERME.**



16 650, avenue Bourdages S., Saint-Hyacinthe | www.excelsoins.com | 450 778-5595

L'audition, une priorité : une conférence à votre écoute

Depuis plus de cinq belles années, Marie-Josée Taillefer, personnalité bien connue de la scène culturelle québécoise, est l'ambassadrice des cliniques Lobe et de la santé auditive. Mère de deux enfants nés avec une surdité, Olivier et Rosalie, et impliquée dans le domaine de l'audition depuis bientôt 30 ans, elle est assurément la personne idéale pour parler à la population de l'importance de prendre soin de sa santé auditive.

Sa conférence, L'audition, une priorité, lui permet d'aller à la rencontre des gens et ainsi les sensibiliser aux impacts d'une perte auditive. En racontant sa propre expérience et son parcours dans le domaine de l'audition, elle propose des conseils et des stratégies pour

conscientiser l'ensemble de la population à l'importance d'une audition en santé.

Nous vous invitons en grand nombre à assister à cette conférence touchante, le samedi 18 novembre, à 15 h.

Marie-Josée Taillefer sera également présente au kiosque Lobe afin de passer un moment privilégié avec les visiteurs du Salon, au courant de la journée.

Rencontrez les professionnels exerçant au sein des cliniques Lobe
Faites vérifier votre audition sans frais* directement au kiosque Lobe. Posez vos questions et recueillez toutes les informations nécessaires pour prendre des décisions éclairées afin de préserver une audition en santé. N'hésitez plus à prendre les devants, car chaque moment mérite d'être entendu !

*Offre permanente. 18 ans et plus.

Lobe

Retrouvez votre monde

« Ainé-Avisé » : Une Année Record de Sensibilisation et d'Éducation

Au cours des neuf derniers mois, pas moins de 22 conférences « Ainé-Avisé » ont été tenues dans nos Clubs Fadoq, nos résidences pour aînés, et les services de loisirs municipaux. Mais ce n'est pas tout, nous avons également eu le privilège de collaborer avec la Sûreté du Québec et les forces de police locales pour offrir des présentations qui ont marqué les esprits.

Deux de nos bénévoles passionnés ont présenté des vidéos informatives sur des sujets variés, mais essentiels, allant de la maltraitance aux fraudes en passant par l'intimidation.

Le résultat? Un public engagé de plus de 770 personnes, désireux d'acquérir des connaissances pour mieux comprendre et appréhender les risques qui les entourent.

Ces rencontres n'ont pas simplement offert des informations, elles ont également doté notre communauté des outils nécessaires

pour identifier ces menaces, fournissant des conseils précieux et incitant chacun à s'exprimer sur ces sujets vitaux.

Au cœur de nos rencontres enrichissantes, il y en a une qui brille d'une lueur particulière. Elle a été spécialement conçue pour créer un pont entre notre communauté et nos amis hispanophones. Grâce à la magie de l'interprétation, nous avons ainsi pu partager notre information en renforçant à la fois nos liens et célébrant notre diversité. C'est ce genre d'initiatives qui rendent nos rencontres si spéciales, car elles nous rappellent que la compréhension transcende les frontières linguistiques.

L'année prometteuse des conférences « Ainé-Avisé » est en cours, apportant éducation, sécurité, et un dialogue essentiel dans nos vies. Soyez attentifs à ce qui se profile à l'horizon, car ensemble, nous continuons d'apprendre, de grandir et de partager notre sagesse!

Pour organiser une séance Ainé-Avisé, contactez Rachel Beaulac au 450-774-8111 poste 9 ou rachel.beaulac@fadoq.ca.



VOTRE CENTRE 100% ÉLECTRIQUE

- QUADRIPORTEURS ET TRIPORTEURS LIBERTA
- VÉLOS ÉLECTRIQUES
- TROTTINETTES
- SCOOTER
- BORNES DE RECHARGE ET PLUS ENCORE

Financement
Disponible

Subvention de

500\$

disponible pour
les scooters
électriques



Horaire:

Du lundi au vendredi,
de 8 h 30 à 17 h,
ou sur rendez-vous.

Contactez-nous au
1 833-887-1155 ou sur
ajulien@complexev.com

RABAIS
fin de saison
jusqu'à
750\$
sur nos
vélos électriques



Venez nous voir

1155 boulevard Choquette l'ancien Saint-Hyacinthe Chrysler
(Entreposage disponible / livraison gratuite dans un rayon de 45 km)



FADOQ R.Y FEST : pour des rallyes intergénérationnels dynamiques et passionnants!

Encore une fois cette année, la Fadoq Région Richelieu-Yamaska a rallié ses membres autour du FADOQ R.Y FEST. Cette célébration exceptionnelle a mis en lumière cinq (5) rallyes pédestres uniques, mêlant amusement, apprentissage et exploration culturelle. Des gens de tous âges se sont rassemblés en grand nombre, réunissant ainsi une véritable foule créant une ambiance de fête et une compétition saine comme nulle autre.



À travers les rues de Saint-Hyacinthe (juin), les quartiers de Granby (juillet), les charmes du Vieux Beloeil (août), la beauté de Sainte-Hélène-de-Bagot (septembre) et les merveilles de Bromont (octobre), nos équipes ont bravé des parcours semés d'énigmes et de découvertes. Chaque rallye était une aventure à part entière, mêlant le plaisir de la découverte à la joie de la compétition. Et devinez quoi? Cette activité populaire sera de retour en 2024.

Nous sommes déjà impatients de vous annoncer les nouvelles destinations qui seront au programme le printemps prochain. Soyez prêts à relever de nouveaux défis et à explorer de nouveaux horizons avec nous!



Embarquez dans l'Aventure Cycliste de la Fadoq Région Richelieu-Yamaska

En septembre et octobre derniers, une belle équipe d'une trentaine de membres Fadoq a entrepris une expédition mémorable à vélo, explorant et sillonnant les pittoresques régions de Sorel-Tracy, Granby et Acton Vale, à la découverte de joyaux méconnus et de vues panoramiques exceptionnelles.

Pour garantir une exploration en toute sécurité, nos équipes étaient prêtes : des meneurs de pelotons aguerris guidaient les cyclistes avec expertise, tandis qu'une équipe paramédicale veillait sur chaque groupe, prête à intervenir en cas de besoin. Nous prenons la sécurité de nos aventuriers très au sérieux!

Si vous avez une véritable passion pour la pédale et que l'exploration de nouveaux lieux vous inspire, alors soyez prêt. Dès le printemps 2024, nous vous réservons de nouvelles



destinations à explorer. Vous n'avez pas encore admiré toutes les merveilles de votre région, et nous sommes là pour vous aider à les découvrir!

Préparez-vous à enfourcher votre vélo, à vous immerger dans la beauté naturelle de votre région, et à rejoindre la grande aventure cycliste de la Fadoq Région Richelieu-Yamaska. De nouvelles destinations vous attendent!

Vous désirez en savoir davantage, contactez Sophie Lambert au 450 774-8111 poste 4 ou sophie.lambert@fadoqry.ca.



CENTRE
DES
ARTS
Juliette-Lassonde
SAINT-HYACINTHE

Bientôt en spectacle



Gowan
// Jeudi 23 novembre



Disco Fever Experience
// Jeudi 18 janvier



Symphorien
// Samedi 3 février



Avec le temps / Hommage à Dalida
// Jeudi 8 février



Hommage à Sylvain Lelièvre
// Vendredi 9 février



Mario Jean
// Vendredi 16 février



Jolene and the Gambler
// Vendredi 23 février



Gilles Valiquette
// Samedi 2 mars



Louise Latraverse
// Mercredi 6 mars



Mario Pelchat
// Vendredi 5 avril



Richard Abel et Claudette Dion
// Dimanche 14 avril



Dehors novembre
// Samedi 27 avril

Découvrez les Ateliers Fadoq.ca : votre voyage vers l'excellence!

Depuis septembre, la Fadoq Région Richelieu-Yamaska est devenue le lieu incontournable pour l'apprentissage et le perfectionnement.

Nous offrons sept formations, chacune offrant de 9 à 18 heures d'exploration enrichissante. Ces ateliers, conçus pour des groupes intimes de 5 à 8 personnes, sont bien plus qu'une simple expérience d'apprentissage. Ils sont une invitation à élargir vos horizons et à développer de nouvelles compétences.

Nos ateliers sont orchestrés par des formateurs qualifiés, prêts à partager leurs méthodes, astuces et conseils de sécurité en matière de technologie. Et parce que nous comprenons les besoins des actifs de 50 ans et plus, nos ateliers se donnent aussi en soirée et le samedi en mati-

née. Nos formations sont également une bouffée d'air social pour tous nos membres.

En journée du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30.

En soirée, les mardis et jeudis de 18h00 à 21h00.

En matinée les samedis de 9h00 à 12h00.

Lieu en semaine : Loisirs Bourg-Joli, 2520 avenue Sainte-Catherine, Saint-Hyacinthe
Lieu en soirée et samedi en matinée : Bureau régional,

Préparez-vous, car en 2024, de nouvelles sessions vous attendent. Votre aventure vers le savoir et la découverte continue avec les Ateliers Fadoq.ca.

Les inscriptions pour l'hiver 2024 auront lieu du 27 novembre au 7 décembre 2023.

Informations :
Rachel Beaulac, 450 774-8111 poste 9.
www.fadoq.ca/richelieu-yamaska/activites/activites-socio-educatives/ateliers-fadoq-ca



ATELIERS
fadoq.ca

Loisirs Bourg Joli

Nous sommes reconnaissants envers Loisirs Bourg-Joli pour leur aimable mise à disposition d'un espace pour nos ateliers de formation.

Ateliers informatiques offerts en journée ainsi que le samedi en matinée

Ateliers Fadoq.ca	Prérequis	Coût	Durée
Je découvre l'ordinateur (6 cours de 3h)	Aucun	150\$	18 heures
Je découvre internet (6 cours de 3h)	Être à l'aise avec l'ordinateur	150\$	18 heures
Tablettes et téléphones Android (6 cours de 3h)	Être à l'aise avec Internet	150\$	18 heures
Je me familiarise avec Excel (4 cours de 3h)	Être à l'aise avec son équipement informatique	100\$	12 heures
Je me familiarise avec Word (3 cours de 3h)	Être à l'aise avec son équipement informatique	75\$	9 heures
Initiation réseaux sociaux Facebook et Messenger (3 cours de 3h)	Être à l'aise avec son équipement informatique et Internet	75\$	9 heures
Tablettes et téléphones Apple (6 cours de 3h)	Être à l'aise avec internet	150\$	18 heures

Ateliers informatiques offerts en soirée

Ateliers Fadoq.ca	Prérequis	Coût	Durée
Je découvre l'ordinateur	Aucun	150 \$	18 heures
Je découvre internet	Être à l'aise avec l'ordinateur	150 \$	18 heures
Tablettes et téléphones Android (6 cours de 3h)	Être à l'aise avec Internet	150\$	18 heures

acupuncture
Gabrielle Alix

Les traitements d'acupuncture apportent de nombreux bienfaits et favorisent votre bien-être au quotidien !

- Anxiété
- Insomnie
- Stress
- Migraine
- Ménopause
- Allergie
- Dépression
- et bien plus ..

450 278-2822 | gabriellealix.ac@gmail.com
15600, Grand rang St-François (près du pont de Douville)

Prenez rendez-vous dès maintenant

Ne m'oubliez pas

Société Alzheimer
des Maskoutains-Vallée des Patriotes

La mémoire du cœur

Nos services

- Écoute téléphonique
- Consultations et suivis
- Soirées d'information
- Formations
- Répit-stimulation à domicile
- Cafés-rencontres
- Information et sensibilisation

450 768-6616 • info@alzheimermvp.com
alzheimermvp.com

Bénévoles RECHERCHÉS

Pour briser l'isolement des aînés

- 1 heure par semaine
- Comme avec un.e ami.e
- Partager un café, jouer aux cartes ou simplement discuter

TUM
Trait d'Union Montérégien

www.tumparraine.org 450-223-1252

Activités des Clubs affiliés de la Fadoq Région Richelieu-Yamaska

Nous saisissons cette opportunité pour remercier les précieux bénévoles de nos 51 clubs affiliés, dont l'engagement, le dévouement et le temps consacrés rendent possibles les activités qu'ils proposent.

Consulter notre site WEB pour toutes informations supplémentaires sur les activités des clubs : www.fadoq.ca/richelieu-yamaska/clubs-fadoq

Club Aquinois - Saint-Hyacinthe

450 418-7008
info@aquinois.fadoqry.ca

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

Lundi - 16h30 - Cours de danse en ligne débutant 1
18h00 - Cours de danse en ligne débutant 2
19h30 - Cours de danse en ligne intermédiaire

Mardi - 13h - Pétanque sur tapis
13h - Jeu de cartes canasta

Mercredi - 13h30 - Pratique danse en ligne

Jeudi - 13h - Palet américain
13h - Crible
13h - Jeu de cartes canasta

ACTIVITÉS MENSUELLES

2^e samedi du mois - 9h30 -
Danse sociale et de ligne

ACTIVITÉS PONCTUELLES

11 nov. 2023 - 17h - Souper 75^e anniversaire
9 déc. 2023 - 17h - Souper du temps des Fêtes
10 février 2024 - 17h - Souper St-Valentin
3 avril 2024 - 11h - Dîner cabane à sucre
11 mai 2024 - 17h - Souper des Mères et Pères
25 août 2024 - 11h30 - Journée champêtre

Club Bedford

802 321-8028
info@bedford.fadoqry.ca

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES À la Salle du Club porte 2

Lundi - 9h30 - Vie Active

Mardi - 13h30 - Jeux de société

Mercredi - 9h30 - Pétanque-Atout
13h30 - Scrabble en groupe

ACTIVITÉS MENSUELLES - À la Salle du Club porte 2

Dernier jeudi du mois - 13h30 -

Café-rencontre afin de souligner les anniversaires du mois, réservation requise

ACTIVITÉS PONCTUELLES - Euro SPA 02 décembre 2023 - 12h - Dîner de Noël

Club Bourg Chemin - Sorel-Tracy

450 742-2622
info@bourg-chemin.fadoqry.ca

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

Lundi - 13h15 - Baseball poche
2^e et 4^e jeudis du mois - 13h30 - Bingo

ACTIVITÉS MENSUELLES

4^e dimanche de chaque mois -
13h30 - Souper, spectacle et danse

Club Contrecoeur

450 587-5705
info@contrecoeur.fadoqry.ca

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

Lundi - 13h - Baseball Poche - CMF - Salle Ispat
13h - Scrabble - CMF - Local 207

Mardi - 13h - Palet américain - CMF - Salle Ispat

Mercredi - 13h - Danse exercice - CMF - Salle Ispat
13h - Crible - CMF - Local 202

Jeudi - 9h - Curling sur tapis - CMF - Salle Ispat
13h - Babette - CMF - Salle Ispat

Vendredi - 13h - Cartes 500 - CMF - Local 202

Lundi au vendredi - 13h - Billard - CMF - Local 202

Durant l'été de la fin mai à la fin sept.

Lundi - 13h30 - Pétanque extérieure -
Parc Pierre-Eucher-Cormier

Mercredi - 13h30 - Pétanque extérieure (tournoi) -
Parc Pierre-Eucher-Cormier

Jeudi - 9h - Pickleball - Parc Antoine-Pécaudy

ACTIVITÉS MENSUELLES

3^e samedi du mois - 19h30 - Soirée de danse -
CMF - Salle des Acières

Club Farnham

450 293-6073
info@farnham.fadoqry.ca

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

Lundi - 9h30 - Cours de Tai-chi - Centre Anicet-Tessier
13h - Crible - Centre Anicet-Tessier
13h - Atelier de peinture créative -
Sous-sol Centre Saint-Romuald

Mardi - 13h - Bridge amical - Sous-sol Centre Saint-Romuald
Mardi - 13h - Quilles - Salon de quilles Côté

Mercredi - 13h15 - Parties de cartes -
Aux Résidences Magenta
13h30 - Baseball poche -
Sous-sol Centre Saint-Romuald

Jeudi - 13h - Bridge - Centre des loisirs Romuald
13h15 - Bingo - Aux Résidences Magenta

Vendredi - 13h30 - Babette et palet américain -
Sous-sol Centre Saint-Romuald

ACTIVITÉS MENSUELLES

4^e samedi du mois - 19h - Danse -
Sous-sol de l'Église

ACTIVITÉS PONCTUELLES

15 nov. 2023 - 10h - Casino, dîner, spectacle Guylain
Tremblay - Casino de Montréal

18 nov. 2023 - 9h30 - Salon 50+ - Espace St-Hyacinthe

25 nov. 2023 - 17h30 - Souper de Noël et danse -
Centre Anicet-Tessier

17 février 2024 - 17h30 - Souper-spectacle Saint-
Valentin - Centre Anicet-Tessier

11 mars 2024 - 11h30 - Dîner cabane à sucre -
Érablière Martin, Sainte-Cécile-de-Milton

21 mars 2024 - 11h30 - Dîner Resto l'Entre-Deux -
École Massey-Vanier, Cowansville

Club Granby INC. -

450 372-0886
info@granby.fadoqry.ca

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES -

Lundi - 10h - Vie active - (Salle du club - Sous-sol)
10h30 - Cours de danse débutant
13h - Cours de danse avancé

Mardi - 12h30 - Billard - (Salle du club - Sous-sol)
13h - Cours de danse (révision)
13h30 - Palet - (Salle du club - Sous-sol)

Mercredi - 12h30 - Billard - (Salle du club - Sous-sol)
13h30 - Baseball poche - (Salle du club - Sous-sol)
19h - Pratique de danse

Jeudi - 10h - Vie Active - (Salle du club - Sous-sol)
12h30 - Billard - (Salle du club - Sous-sol)
13h - Danse du professeur
13h30 - Palet - (Salle du club - Sous-sol)
19h - Dards et billard - (Salle du club - Sous-sol)

Samedi - 19h30 - Danse

ACTIVITÉS PONCTUELLES (2023) -

28 octobre - 19h30 - Soirée Halloween
4 novembre - 17h45 - Souper Anniversaire
18 novembre - 19h30 - Soirée country
16 décembre - 17h45 - Souper de Noël
30 décembre - 19h30 - Soirée Jour de l'an



RÉSIDENCE
FUNÉRAIRE
MASKA

*Il y a tant à partager,
nous le ferons ensemble!*

Prenons quelques instants ensemble.

Saviez-vous que la Coopérative funéraire de Saint-Hyacinthe fait partie d'un réseau de plus de 200,000 membres. Que nous vous offrons des services de qualité dans le respect de votre budget et de vos croyances. Par exemple, les arrangements funéraires préalables. Une belle occasion pour vous d'exprimer vos dernières volontés et décider la façon dont se dérouleront vos funérailles.

- Prendre le temps d'être bien conseillé et pour en parler avec vos proches.
- Être en mesure de faire des choix réfléchis et éclairés.
 - Faire connaître et respecter vos dernières volontés.
 - Libérer vos proches des décisions difficiles.
 - Payer les frais au prix d'aujourd'hui.
 - Donner un sens à vos funérailles.
 - De plus, votre argent est sécurisé et déposé en fiducie selon les dispositions de la loi.



Mme Nathalie Faucher originaire de Saint-Damase vous accompagne à la Résidence Maska et vous conseille dans cette démarche dans la discrétion, le respect de vos croyances et votre budget.

Pour prendre rendez-vous
450-773-8256.

5325, boulevard Laurier Ouest, Saint-Hyacinthe J2S 3V6
450 773-8256 | rfmaska.coop

231677



**CLINIQUE DE DENTUROLOGIE
ET D'IMPLANTOLOGIE
MASKOUTAIN**

**Des prothèses dentaires pour la vie?
C'est possible.**

**Les prothèses dentaires OPTIMA,
on ne les change pas,
on les restaure.**

- Fabrication et réparation de prothèses dentaires complètes, partielles et sur implants



info@cliniquedenturoacton.ca
www.cliniquedenturoacton.ca Noémi Filiatrault, d.d. Jacques Grondin, d.d.

Consultation gratuite pour tous les détails.

1167, rue Boulay, Acton Vale • 450 546-7505
970, boul. Choquette, Saint-hyacinthe • 450 546-7505

Club Otterburn Park450 339-3150
info@otterburnpark.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES**

Mardi avant-midi - sur rendez-vous seulement :
Dépannage, ordinateur, tablette, téléphone

Mardi - 13h à 16h - Jeux de société et jeux de cartes

Jeudi - 9h30 à 11h - Vie Active
13h à 16h - Jeux de cartes

**Jeux extérieurs - 5 juin au 28 août -
au 545 des patriotes, Otterburn Park**

Mercredi - 19h à 21h00 - Jeux extérieurs

**ACTIVITÉS PONCTUELLES (Dates
et heures sujettes à changement)**

16 nov. 2023 - 17h à 19h - Coquetel d'anniversaire -
Salle du club

9 déc. 2023 - 11h à 14h - Dîner de Noël - Restaurant

9 janv. 2024 - début des activités hiver 2024 -
Salle du club

13 fév. 2024 - 11h30 à 14h30 - Repas
communautaire Saint-Valentin - Salle du club

4 avril 2024 - 11h30 à 14h30 - Repas potluck au
sirop d'érable - Salle du club

14 mai 2024 - 10h30 à 14h30 -
Assemblée générale et repas - Salle du club

Samedi 15 juin (à confirmer) -
Pique-Nique des aînés - Pointe-Valaine

Club Roxton Pond450 522-8077
info@roxtonpond.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES -
Au Sous-sol du Centre communautaire**

Lundi - 13h30 - Babette

Mercredi - 13h30 - Palet américain

Jeudi - 13h30 - Journée libre Ping-pong -
Mississippi - dards et plus

**ACTIVITÉS MENSUELLES -
À la Salle communautaire**

1^{er} vendredi du mois - 19h45 - Danse

ACTIVITÉS PONCTUELLES

3 décembre 2023 - 12h - Dîner de Noël -
Salle communautaire

22 août 2024 - 15h - Épluchette de blé d'Inde
Centre communautaire

Club Saint-Alphonse-de-Granby450 372-0244
info@st-alphonse.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES -
À la Maison du Bel Âge**

Lundi - 13h30 - Exercices Vie Active

Lundi - 13h30 - Formation informatique Tablettes fournies.
Les 16-23-30 octobre et les 6 et 13 novembre.
Réservation 450-777-2897

Mardi - 9h30 - On marche, On bouge
13h00 - Jeux de cartes

Mercredi - 13h30 - Exercices Vie Active
13h30 - En remplacement de Vie Active :
Yoga sur chaise du 20 sept. au 8 nov.
En remplacement de Vie Active :
Entraînement neurocognitif (mémoire) les
22 et 29 novembre. Tablettes fournies
Réservation :450-777-2897

**ACTIVITÉS PONCTUELLES -
À la Maison du Bel Âge**

3 décembre 2023 - 11h30 - Repas des Fêtes

4 février 2024 - 11h00 - Brunch des cœurs

17 mars 2024 - 11h00 - Brunch

21 avril 2024 - 11h00 - Brunch
13h00 - Assemblée générale annuelle

2 juin 2024 - 11h00 - Brunch de fin d'année

Club St-Césaire450 469-3113
info@st-cesaire.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES**

Lundi - 13h - Baseball poche

Mardi - 9h - Palet
13h - Bingo
13h - Bridge

Mercredi - 9h - Palet

Jeudi - 13h - Whist carte

Vendredi - 13h - Pétanque intérieure

ACTIVITÉS MENSUELLES

2^e samedi du mois - 19h30 Danse

3^e dimanche du mois - 9h - Brunch

ACTIVITÉS PONCTUELLES

9 décembre 2023 - 18h - Souper des fêtes

15 mai 2024 - 19h - Assemblée générale

Club St-Damase450 797-2929
info@st-damase.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES**

À la Salle des loisirs, 105 Sainte-Anne

Mardi et jeudi - 13h à 16h - Pétanque intérieure ;
Pétanque atout; Cartes

ACTIVITÉS MENSUELLES

3^e mercredi du mois - 19h à 21h - Bingo-
Salle municipale, 113, Saint-Étienne

4^e samedi du mois - 19h30 à 22h30 -
Dance- Salle des Chevaliers, 155, Saint-Étienne

Club Ste-Hélène450 791-0304
info@ste-helene.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES**

Lundi - 8h30 - Pickleball extérieur ou intérieur - Chalet
des loisirs

Lundi - 18h00 - Art textile (tricot tissage) - Presbytère

Jeudi - 8h30 - Pickleball intérieur ou extérieur -
Chalet des loisirs
9h30 - Vie active! - Chalet des loisirs
13h00 - Activités variées - Presbytère

ACTIVITÉS MENSUELLES

4^e jeudi du mois - 18h - Souper anniversaire -
Presbytère

Mois d'été - Jardinage, Forêt nourricière - Parc Réal-Godin

ACTIVITÉS PONCTUELLES

Début septembre - 18h - Pique-nique -
Parc Réal Godin (Face au presbytère)

9 décembre 2023 - 18h - Souper de Noël -
Chalet des loisirs

26 mai 2024 - 12h - Dîner 50^e Fadoq Ste-Hélène -
Salle communautaire

4^e jeudi du mois de mai - 18h - Pique-nique -
Parc Réal-Godin (Face au presbytère)

Club Ste-Madeleine450 795-3250
info@ste-madeleine.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES**

Mardi - 13h30 - Bingo

Jeudi - 13h30 - Pétanque intérieure

Club Ste-Rosalie - Saint-Hyacinthe450 799-1492
info@ste-rosalie.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES**

Jeudi - 13h - Pétanque sur tapis et cartes -
Centre Rosalie-Papineau

Jeudi - 13h - Vente de carte de membre -
5250 Gérard Côté, St-Hyacinthe

**ACTIVITÉS MENSUELLES -
Au Centre Rosalie-Papineau,
5250 Gérard Côté, St-Hyacinthe**

1^{er} lundi du mois - 19h - Bingo

1^{er} samedi du mois - 19h15 - Soirée de danse

**ACTIVITÉS PONCTUELLES -
Au Centre Rosalie-Papineau,
5250 Gérard Côté, St-Hyacinthe**

23 nov. 2023 13h30 - Tournoi de cartes Whist et souper

2 décembre 2023 - 17h30 - Souper de Noël

15 fév. 2024 - 13h30 - Tournoi de cartes Whist et
souper

2 mars 2024 - 17h30 - Souper du Printemps

23 avril 2024 - 17h30 - Souper/assemblée générale

4 août 2024 - 11h30 - Dîner des membres

Club Ste-Victoire450 561-4215
info@ste-victoire.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES**

Les mercredis - 13h00 - Bingo - Salle de la FADOQ

ACTIVITÉS MENSUELLES

2^e dimanche du mois - 13h30 - Danse -
Centre communautaire

ACTIVITÉS PONCTUELLES

12 nov. 2023 - 11h30 - Dîner des fêtes -
Centre communautaire

12 mai 2024 - 11h30 - Dîner fêtes des Mères -
Centre communautaire

Club St-Liboire579 245-0079 et 450 793-2396
info@st-liboire.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES**

Lundi - 10h - Formation informatique - Labo. Salle Jean 23

Mardi - 14h - Formation informatique - Labo. Salle Jean 23

Mardi - 9h30 - Marche et exercices - Rues de St-Liboire

Mercredi - 19h - Formation informatique - Labo. Salle Jean 23

ACTIVITÉS MENSUELLES

1^{er} et 3^e mardis du mois - 13h30 -
Cartes et jeux divers - Local Fadoq

2^e et 4^e mardis du mois - 13h30 - Bingo -
Salle Jean 23

2^e mardi du mois - 9h - Réunion mensuelle -
Local Fadoq

3^e jeudi du mois - 11h30 - Dîners anniversaires -
Divers restaurants de St-Hyacinthe

3^e vendredi du mois - 19h - Jeux - animation -
la Salle Jean 23

ACTIVITÉS PONCTUELLES

17 nov. 2023 - 19h - Tournoi de pétanque atout à
la Salle Jean 23

3 déc. 2023 - 11h30 - Dîner de Noël Âge d'Or
St-Liboire - Salle des Chevaliers de Colomb

15 déc. 2023 - 19h - Célébrons Noël à la Salle Jean 23

Club St-Louis579 489-2696
info@st-louis.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES**

Mardi - 12h à 15h - Cartes
13h à 15h - Pétanque intérieure
15h à 16h30 - Bingo

Aucune activité en juillet et août

ACTIVITÉS MENSUELLES

2^e dimanche du mois - 10h00 à 12h00 - Brunch

Aucune activité en juillet et août

Club St-Marc-sur-Richelieu514 601-1184, 450 584-3274
info@st-marc.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES**

Mardi - 13h - Jeux de cartes - Salle FADOQ
Jeu de billard - 215, rue des Prés
Jeux de ping-pong -

Mercredi - 9h30 - Vie Active - Salle municipale, 102,
rue de la Fabrique

Lundi et mercredi - 18h30 - Pétanque (extérieure)
Terrain de pétanque

À la fin d'août - Fête des Patriotes

ACTIVITÉS PONCTUELLES

À la fin de mars - Partie de sucre annuelle -
À déterminer

Club St-Maxime Inc.450 742-0802
info@st-maxime.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES - À la Salle
Mgr Desranleau**

Mardi et jeudi - 13h30 - Pétanque intérieure -
(Membre en règle)

2^e, 3^e et 4^e dim. du mois - 13h30 - Cartes

**ACTIVITÉS MENSUELLES - À la
Salle Mgr Desranleau**

1^{er} dimanche du mois - 13h30 - Danse

2^e mardi du mois - 11h00 - Dîner (Réservation)

ACTIVITÉS PONCTUELLES

3 déc. 2023 - 11h - Repas traditionnel des Fêtes
(Réservation)

4 fév. 2024 - 11h - Dîner St-Valentin (Réservation)

3 mars 2024 - 11h - Cabane à sucre (Réservation)

18 avril 2024 - 17h - Assemblée générale (Réservation)

5 mai 2024 - 11h - Dîner Méchoui (Réservation)

Club St-Ours450 785-2887
info@st-ours.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES**

**Les activités sont temporairement
suspendues en raison d'un
remaniement des locaux par la
Municipalité de Saint-Ours.**

Club St-Simon450 791-2260
info@st-simon.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES**

Mardi - 9h à 10h - Viactive - Salle du club

Mardi - 13h30 à 16h30 - Scrabble - Salle du club

ACTIVITÉS PONCTUELLES

4 nov. 2023 - 8h à 16h - Cours de RCR

24 avril 2024 - 19h30 - Assemblée générale annuelle

2 juin 2024 - 10h - Brunch - Sous-sol de l'église

Club St-Théodore

info@st-theodore.fadoqry.ca

**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES -
À la Salle du Club**

2^e et 4^e mercredis du mois - 9h à 10h30 -
Déjeuner (comprend café, 2 toasts et tartina)

Jeudi - 9h30 à 10h30 - Exercices en douceur

Jeudi - 13h00 à 16h - Parties de cartes

Club St-Valérien450 549-2523
info@st-valerien.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES -
Salle communautaire****Mercredi** - 13h30 - Cartes
Mercredi - 18h30 - Pétanque atout**ACTIVITÉS PONCTUELLES****26 nov. 2023** - 12h00 - Dîner de Noël
24 nov. 2023 - 13h30 - Conférence : Prévention des chutes
7 déc. 2023 - 13h30 - Conférence : Nutrition saines habitudes
Les mardis et jeudis - 9 janv. au 21 mars 2024 -
10h30 - Programme PIED Prévention des chutes
2 avril 2024 - 13h30 - Conférence : Maltraitance et âgisme
24 avril 2024 - 17h - Assemblée générale & souper
26 mai 2024 - 12h - Dîner FADOQ Club St-Valérien**Club St-Dominique**450 772-5901
info@st-dominique.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES****Mardi** - 13h30 - Jeux : Cartes, Billard, Parcheesi, et autres
Mercredi - 9h30 - Vie Active**ACTIVITÉS MENSUELLES****2^e lundi du mois** - 19h - Bingo
4^e mardi du mois - 18h - Souper anniversaire**Club Rougemont**450 469-1346
info@rougemont.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES****Lundi** - 9h - Billard
13h30 - Cartes**Mardi** - 9h - Billard
13h30 - Cartes
19h - Babette**Mercredi** - 9h - Billard**Jeudi** - 9h - Billard
13h - Cartes**Vendredi** - 9h - Billard**De mai à septembre** - tous les mardis et jeudis à
19h, pétanque à l'extérieur.**ACTIVITÉS PONCTUELLES****Mars 2024** - 12h - Cabane à sucre - Mont St-Grégoire**Club McMasterville**450 464-7393
info@mcmasterville.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES****Lundi** - 19h - Palet américain
Mardi - 9h - Vie active
13h à 16h - Cartes et bureau ouvert
2^e mardi du mois - 13h - 16h - Whist
(début le 21 novembre)**Mercredi** - 13h - Cours de danse débutants
14h15 - Cours de danse intermédiaires**Jeudi** - 9h - Vie active
14h - Fléchettes**Vendredi** - 13h - Petites quilles (Salon L'Entracte)**ACTIVITÉS PONCTUELLES****14 nov. 2023** - 12h - Dîner rencontre - cartes
2 déc. 2023 - 17h30 - Souper de Noël - danses
12 mars 2024 - 12h - Dîner rencontre - cartes
3 février 2024 - 17h30 - Souper St-Valentin - danse
9 avril 2024 - 10h - Assemblée générale - goûter - cartes
4 mai 2024 - 17h30 - Souper fête des Mères et Pères - danse
24 juin 2024 - 18h30 - Fête nationale - danse (Hôtel de Ville)
19 août 2024 - 14h30 - Épluchette de blé d'Inde**Pétanque** - tous les lundis, mercredis et vendredis -
18 h 30 durant l'été et à la fin des activités intérieures
et lorsque la température le permet en septembre.**NOTE : La collecte de sang aura lieu
au mois d'août (date à déterminer) -
apportez votre vin et coupe lors des
dîners et soupers****Club Upton**450 278-0099
info@upton.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES -
Salle communautaire****Mardi** - 13h - Baseball poche
Mercredi - 13h - Pétanque Atout**ACTIVITÉS MENSUELLES****1^{er} vendredi du mois** - 19h - Bingo
Dernier dimanche du mois - 9h30 - Déjeuner**ACTIVITÉS PONCTUELLES****10 décembre 2023** - 12h - Dîner de Noël**Club Massueville-St-Aimé**450 788-2161
info@massueville-st-aime.fadoqry.ca**ACTIVITÉS RÉGULIÈRES****Mercredi** - de 13h à 17h - Cartes et pétanque**ACTIVITÉS MENSUELLES****2^e mercredi** - 19h - Bingo**ACTIVITÉS PONCTUELLES****9 déc. 2023** - 18h - Souper de Noël avec musique
6 avril 2024 - 17h - Cabane à sucre
21 avril 2024 - 13h - Partie de cartes (Whist)
17 août 2024 - 15h - Épluchette de blé d'Inde
avec musique
20 octobre 2024 - 13h00 - Partie de cartes (Whist)
7 déc 2024 - 18h00 - Souper de Noël avec musique**Les autres clubs affiliés :**

- Club Ange-Gardien
- Club Cowansville
- Club St-Barnabé-Sud
- Club Saint-Antoine-sur-Richelieu
- Club St-Hugues
- Club St-Jean-Baptiste
- Club St-Joseph INC. (Saint-Hyacinthe)
- Club St-Pie
- Club Sorel INC. (Sorel-Tracy)
- Club Waterloo
- Club St-Michel-d'Yamaska
- Club Ste-Cécile-de-Milton
- Club St-Paul d'Abbotsford
- Club St-Robert
- Club Acton Vale
- Club St-Bernard
- Club La Présentation
- Club Bromont
- Club Ste-Christine
- Club Adamsville (Bromont)
- Club Deux-Monts (Sutton-Abercorn)
- Club Association des retraités
QIT-QMP INC. (Sorel-Tracy)
- Club de la Bonne Humeur (Lac-Brome)

**Découvrez
plusieurs activités
dans votre clubs affilié**

**Soyez
connectés avec
nos forfaits
Internet + télé
via la fibre d'ici**

**Appelez dès maintenant
pour vérifier la disponibilité
et commander votre forfait :**

1 855 683-5050

maskatel.ca





MOUVEMENT SANTÉ

À votre service
DEPUIS 30 ANS

Votre référence en équipement santé

www.mouvementsante.com

VENTE • LOCATION • SERVICE

- Tout pour la mobilité
- Salle de bain adaptée
- Quadriporteur
- Fauteuil roulant
- Apnée du sommeil
- Bas compressifs
- Service de réparation
- Et bien plus

HEURES D'OUVERTURE

Lundi au vendredi : 9 h à 16 h 30
Samedi et dimanche : FERMÉ

VASTE CHOIX DE FAUTEUILS AUTO-SOULEVEURS

FAUTEUIL MOTORISÉ
QUI PERMET DE VOUS
ASSEOIR ET VOUS
RELEVER SANS EFFORT



ORTHEX^{MD}
Le bien-être par la posture



DÉCOUVREZ NOS COUSSINS ET OREILLERS POSTURAUX




PRODUITS QUÉBÉCOIS

MOUVEMENT  SANTÉ

l'apnée du sommeil
c'est réglé!

**SAVEZ-VOUS QUE
L'APNÉE DU SOMMEIL**

Peut causer ou aggraver :

- Hypertension artérielle
- Diabète de type II
- Maladies cardiovasculaires
- Obésité

**DISCUTEZ-EN AVEC VOTRE MÉDECIN POUR
OBTENIR UNE PRESCRIPTION**

**NOUS OFFRONS LE TEST DE DÉPISTAGE
DE L'APNÉE DU SOMMEIL AINSI QUE LES
APPAREILS DE TRAITEMENT**



Une entreprise
BIEN DE CHEZ NOUS!

SAINT-HYACINTHE

2475, boul. Casavant Ouest, (QC) J2S 7E5 • 450 778-2520