

CALENDRIER (activités et programme)	France Desroches	514-916-4556
CARTE DE MEMBRE	Lise Valois	450-291-5656
COMITÉ DES TÉLÉPHONES	Lise Valois	450-291-5656

#### **ACTIVITÉS :**

ACTIVITÉ PHYSIQUE (Viactive)	France Desroches	514-916-4556
CARTES (POKER et autres)	Lise Valois	450-291-5656
JEUX DES AINÉS 2025	France Desroches	514 916-4556
PÉTANQUE	Marie-Paule Éthier	450-291-3345
QUILLES	Michel Gauthier	450-291-3079
SOUPERS	Lise Valois	450-291-5656
TAI-CHI	Michel Arcierie	450 291-3720
YOGA SUR CHAISE	France Desroches	514-916-4556

#### **Directrice des loisirs :**

France Desroches

#### **POUR NOUS JOINDRE :**



[clubfadoqileauxnoix@hotmail.com](mailto:clubfadoqileauxnoix@hotmail.com)

ou

Suivez-nous sur notre nouvelle page Facebook !



Club FADOQ Île-aux-Noix

#### **Conseil d'administration 2024-2025**

Présidente Carmen Fortin	450-545-0409
Vice-Présidente France Desroches	514-916-4556
Secrétaire Denis Barker	450-545-9252
Trésorière Lise Valois	450-291-5656
Administrateur Michel Arcierie	450-291-3720

**La carte de la FADOQ vous offre de nombreux avantages ainsi qu'une panoplie de rabais et privilèges aux quatre coins du Québec !**

Fort de ses **580 000** membres, le Réseau FADOQ est le plus grand organisme d'aînés au Canada. Il rassemble et représente les personnes de 50 ans et plus dans le but d'améliorer et de conserver leur qualité de vie.



Club FADOQ Île-aux-Noix  
Rive-Sud-Suroît

**Visitez le site Internet**

**[www.fadoq.ca/rive-sud-suroit/](http://www.fadoq.ca/rive-sud-suroit/)**

**Consultez la section « Rabais » pour accéder au carnet rabais régional imprimable**



Club FADOQ Île-aux-Noix  
Rive-Sud-Suroît

**CALENDRIER  
DES ACTIVITÉS**  
(pour les 50 ans et plus !)

**CLUB FADOQ  
ÎLE-AUX-NOIX  
(N051)**

**BIENVENUE  
AUX NOUVEAUX  
MEMBRES**

**2024-2025**

## CALENDRIER DES ACTIVITÉS (2024-2025)

<u>ACTIVITÉS</u>	AOÛT 2024	SEPT 2024	OCT 2024	NOV 2024	DÉC 2024		JAN 2025	FÉV 2025	MARS 2025	AVR 2025	MAI 2025
Épluchette de blé d'Inde et hot-dog (17 h à 19 h) * Membres seulement * - Local des organismes	23										
Banquet du 40 <sup>e</sup> anniversaire du Club (17 h 30) * Pour tous / billet requis (\$\$) * - Centre Paulinoix		27									
Soupers (17 h 30) - sur réservation * Membres seulement * 20,00\$ (payable sur place) * Local des organismes			18	15	13		-	21	21	18	16

Lundi (10 h – 11 h)	Tai Chi	Débute le 23 septembre 2024 – Local des organismes
Lundi (12 h 30)	Quilles	Débute le 23 septembre 2024 - St-Jean
Mardi (10 h – 11 h)	Activité physique « Viactive »	Débute le 24 septembre 2024 – Local des organismes
Mardi (13 h – 16 h)	Cartes – Poker – Jeux de société	Débute le 24 septembre 2024 – Local des organismes
Mercredi (9 h – 10 h)	Marche	Débute le 25 septembre 2024 – Centre Paulinoix
Mercredi (13 h 30 h – 14 h 30 h)	Yoga sur chaise	Débute le 25 septembre 2024 – Local des organismes
Jeudi (10 h – 11 h)	Activité physique « Viactive »	Débute le 26 septembre 2024 – Local des organismes
Jeudi (19 h – 22 h)	Cartes – Poker – Jeux de société	Débute le 26 septembre 2024 – Local des organismes
Lundi et mercredi (19 h – 21 h)	Pétanque	Dates à déterminer (juin à septembre)
Avril 2025 (14 h)	Assemblée générale annuelle (AGA)	29 avril 2025 (14 h 00) – Local des organismes
Avril et mai 2025 (inscriptions en mars 2025)	Jeux des aînés (Jeux régionaux 2025)	Avril et mai 2024 – Inscriptions mars 2024

LES ACTIVITÉS DÉBUTENT EN SEPTEMBRE 2024 ET SE TERMINENT EN MAI 2025.