

Les Idées claires

Bulletin électronique réalisé par la FADOQ – Région Richelieu-Yamaska

Édition #123 – 16 septembre 2021



Une invitation de la FADOQ-RY

Dans le cadre de la journée internationale des aînés, qui se tiendra [le 1^{er} octobre prochain](#), la **FADOQ – Région Richelieu-Yamaska** invite ses membres et la population à participer à l'une des deux marches organisées sur son territoire. Celles-ci se tiendront en simultané à Contrecoeur et à Granby.

Les marches débuteront à 10 h, cependant, les participants sont invités à arriver dès 9 heures pour rencontrer les représentants des organismes de la Table de concertation des aînés de leur région. Une belle occasion de s'informer des services offerts aux personnes de 50 ans et plus. Il est possible d'apporter son lunch, toutefois les tables à pique-nique sont limitées.



Marchons ensemble, le 1^{er} octobre pour souligner cette journée internationale et pour démontrer la richesse et l'importance des aînés dans notre société.

Veuillez noter que l'inscription est sans frais mais obligatoire et que pour participer le passeport vaccinal et une pièce d'identité seront demandés.

Serez-vous des nôtres?

JE M'INSCRIS !
accéder au formulaire

Québec

Merci à nos Grands partenaires et commanditaires

intact
ASSURANCE

SSQ
assurance

Auto • Habitation

Vie • Santé • Investissement

Les Idées claires

Bulletin électronique réalisé par la FADOQ – Région Richelieu-Yamaska

Édition #123 – 16 septembre 2021



Atelier virtuel gratuit

23 septembre 2021 à 9 h 30

Alimentation, bien-être et
porte-monnaie



Prochain rendez-vous virtuel

Cet atelier présenté par l'ACEF Montérégie-Est incitera les participants à faire des choix éclairés au sujet de leur alimentation.

Au menu : l'alimentation et ses sens, le rôle des différents nutriments, l'étiquetage sur la valeur nutritionnelle et les trucs pour réduire sa facture d'épicerie.

JE M'INSCRIS !
accéder au formulaire



AVENUES.CA

L'héritage des mots avec Louise Portal

22 SEPTEMBRE @ 19 H 00 MIN - 20 H 30 MIN

Actrice, chanteuse, écrivaine et conférencière, Louise Portal a joué, chanté, écrit et porté les mots tout au long de sa carrière. Des mots qui parlent des humains, de leurs chemins et de leurs destins. Quelle place l'écriture, les mots, la lecture, les chansons et les rôles ont-ils eue dans sa vie, quel rôle jouent-ils dans les nôtres?

[» » » Pour participer à la présentation](#)

Adhésion et renouvellement



Pour vos lunettes ou
verres de contact, il existe

**4 promos
FADOQ!**

Cliquez pour détails.

greiche & scuff

professionnels de la vue