



Club FADOQ Les Joyeux  
Aîné(e)s Thérésiens  
Laurentides

Notre choix, rester jeune et  
en santé !

ACTIVITÉS  
2023 - 2024  
Hiver

La Maison du Citoyen  
37, rue Turgeon  
Sainte-Thérèse (Québec) J7E 3H2

<https://fadoqsth.com>  
[fadoqrabais.ca](https://fadoqrabais.ca)

Relâche des Fêtes  
Du mardi 12 décembre  
au mardi 16 janvier 2024

## Conseil d'administration 2023

Réal Marcotte 514 730-3154  
Président

Carole Paiement 450 433-7316  
Vice-présidente  
Cartes de membre

Maureen Pagé 438 498-6261  
Secrétaire

Robert Grégoire 514 772-3995  
Trésorier

Raymond Bertrand 450 430-0771  
Administrateur

Louise Laramée 450 430-1614  
Administratrice

Denise Paquette 450 438-5631  
Administratrice

### Comités Spéciaux

Nicole Duclos 450-437-0232  
Voyages

Renaud Graveline 438-869-2592  
Ateliers informatiques



## Formulaire d'adhésion au CLUB « Les Joyeux Aîné(e)s Thérésiens »



Délai : 3 à 4 semaines pour la réception de votre carte			
Identification			
M. Mme.	Nom :	Prénom :	Date de naissance :
Identification pour adhésion de conjoint(e)			jj / mm / aaaa
M. Mme.	Nom :	Prénom :	Date de naissance :
Adresse :		App.	Casse postale :
Ville :			jj / mm / aaaa
Province :		Code postal :	Téléphone :
Adresse de courriel :			
Adresse de courriel conjoint(e) :			
1 adhésion pour 12 mois (25\$)		1 adhésion pour 24 mois (45\$) ** Nouveau**	
2 adhésions pour 12 mois (50\$)		2 adhésions pour 24 mois (90\$) ** Nouveau**	
Faire votre chèque à l'ordre « Les Joyeux Aîné(e)s Thérésiens »		Date :	Montant total :
Signature :			

---

## Activités Régulières

---

Lundi

9h à 12h salle D, Ateliers informatiques <\$>

Mardi

10h30 à 11h30 salle C, Vie active

12h30 à 16h salle A, Bingo <\$>

Jeudi

9h à 12h salle D, Ateliers informatiques <\$>

9h à 11h30 salle A, Palet américain

10h à 11h salle C, Yoga sur chaise <\$>

\*\* Salle A, Cours de danse en ligne <\$> \*\*

12h30 à 13h30 : Débutant <\$>

13h30 à 14h30 : Intermédiaire <\$>

14h30 à 15h30 : Avancé <\$>

Vendredi

9h à 12h salle D, Ateliers informatiques <\$>

13h à 16h salle D, Jeux de dards

13h30 à 16h salle C, Pétanque-atout

\*\* Il n'y aura pas de Whist militaire pendant la session hiver 2024 \*\*

Vendredi (dernier du mois)

19h à 22h Pratique de danse en ligne

\* À compter du 26 janvier 2024\*

Dimanche (3<sup>e</sup> du mois), 9h à 13h salle paroissiale de l'église Thérèse-d'Avila, Brunch des chevaliers de Colomb <\$>

Sauf indication contraire les activités ont lieu à la Maison du Citoyen  
37, rue Turgeon, Sainte-Thérèse

---

## Activités culturelles

---

### \*\*\* Voyages 2023 \*\*\*

\*\*\* Merci d'avoir voyagé avec nous. \*\*\*

\*\*\* Merci à Mme Nicole Duclos qui vous a accompagnés pour les sorties et voyages 2023 \*\*\*

- Visitez la photothèque sur notre site Web pour visionner les photos de nos voyages.

\*\*\* Visitez notre site Web pour plus de détails \*\*\*

### \*\*\* Activités spéciales \*\*\*

- Relâche des Fêtes entre vendredi le 8 décembre 2023 et mardi le 16 janvier 2024
- Nous vous souhaitons de Joyeuses Fêtes, de la santé et beaucoup de bonheur
- Samedi le 10 février 2024 à 17h00 :  
Salle paroissiale de l'église de Sainte-Thérèse-d'Avila, Sainte-Thérèse
- Mercredi le 10 avril 2024 à 10h30 :  
Une sucrée de bonne journée ! à la cabane à sucre Constantin, (Route 148) Saint-Eustache

---

## Devenir membre

---

Pour devenir membre complétez le formulaire ci-joint ou visitez notre site Internet au :  
[www.fadoqsth.com](http://www.fadoqsth.com)  
dans la section « Membre / Adhésion ».

Vous devez joindre à votre demande un chèque de 25\$ pour 12 mois ou de 45\$ pour 24 mois à l'ordre de :  
« Les Joyeux Aînés Thérésiens »

et nous le poster à l'adresse ci-dessous

Les Joyeux Aînés Thérésiens.  
La Maison du Citoyen  
37 rue Turgeon  
Sainte-Thérèse (Québec) J7E 3H2

Vous pouvez également vous inscrire en vous présentant à notre bureau situé à  
La Maison du Citoyen :  
37 rue Turgeon  
Sainte-Thérèse (Québec) J7E 3H2

### Heures de bureau

Les mardis de 9h à midi

Vous devez compter entre 3 et 4 semaines pour la réception de votre carte de membre par la poste

Si vous avez des questions vous pouvez joindre la responsable des cartes de membre Mme Carole Paiement par courriel :  
[carole.paiement@fadoqlaurentides.org](mailto:carole.paiement@fadoqlaurentides.org)  
Ou par téléphone au : 450 433-7316