

## **AVANTAGES d'être membre** (20\$ / année)



1. Recevoir 4 fois / année la **revue Plein Soleil** de Diabète Québec.
2. **Assister à un bloc de 2 rencontres gratuites** avec une diététiste (par petits groupes)
  - 1 conférence sur l'alimentation
  - 1 visite guidée dans un supermarché pour apprendre à lire les étiquettes.

**Jour : 13 h 30 à 15 h 30** ou  
**Soir : 18 h 30 à 20 h 30**

Réservation au bureau de l'ADL :  
450-686-0330

### **RABAIS**

**Conditions : Sur présentation de la carte de membre.**

Sujet à changement sans préavis.

Ne peuvent être jumelés à aucune autre promotion ou forfait.

### 3. **Activités physiques\***

Afin de promouvoir la bonne forme physique, l'Association offre de rembourser 50% des frais encourus pour l'inscription à un cours / personne / session (**max.50\$ dans l'année de sept. à juin.**)  
Un remboursement vous sera émis par la suite sur présentation d'un reçu officiel.

Exemple d'activités : Aquaforme, danse sociale ou en ligne, conditionnement physique, yoga, tai-chi.  
*Pour toute autre activité, veuillez vérifier avec l'ADL.*

4. **Clinique Physiomédic** \*Rabais de 15% sur le prix d'un massage (450-629-8282).
5. **Diète Santé** \*Rabais 10% sur consultations privées avec une nutritionniste (450-973-2206).
6. **Laboratoire de la rétine RD** \*Rabais de 10% sur le dépistage par télémédecine (514-344-2692).
7. **Clinique d'optométrie Fabreville** \*Rabais de 10% à l'achat d'une paire de lunettes complète (verres et monture) ou de lunettes solaires (450-622-9201).
8. **Laboratoire orthopédique Médicus** \*Rabais de 20% à l'achat de tout produit non conventionné (1-866-525-3757).
9. **Carrefour Multisports** \*Rabais de 50% sur les frais d'inscriptions à l'achat d'un abonnement d'un an. (Certaines conditions s'appliquent) (450-687-1857).
10. **Le doigté de Renée** \*Rabais de 10\$ sur un soin d'hygiène des pieds fait par une hygiéniste, à domicile ou au bureau (514-712-8990).
11. **Resto Turquoise** \*Rabais de 10% sur un repas. Laval 450 624-1919, St-Eustache 450 473-1944. Possibilité d'avoir du sirop sans sucre ajouté et des produits sans gluten.
12. **Weight Watchers** \*Frais d'inscription gratuits à l'achat d'un forfait pré-payé 1-800-651-6000.
13. **Matelas Excellence** \*Rabais de 10% sur tout achat. Ouvert au public (450-629-1543).

## AVANTAGES d'être membre (suite)

14. **Iris Le Groupe Visuel** \*Certificat-cadeau de 50\$ que vous recevrez 1 fois / année à l'automne.
15. **Discount** \*10% de rabais sur location d'autos et camions\*
16. **Uni-Pro et le Spécialiste participants**\*Une inspection gratuite par année et une réduction de 5% sur les travaux suite à ladite inspection.
17. **Rabais Campus** offre des rabais sur des abonnements à différents journaux et magazines.
18. **Forma Vie** offre une séance de conditionnement physique GRATUITE par des kinésiologues et adaptée à vos besoins! Prenez rendez-vous au 450 667-6907 (1545 boul. l'Avenir, bur. 308 Laval).
19. **Belle et Mince de Laval (succursale Dagenais seulement)** pour diabète, cholestérol et perte de poids, offre un rabais de 50% sur les frais d'inscription. **Aucun contrat à signer.** Pour informations : 514-820-0505.
20. **Clinique podiatrique de l'Avenir** \*Rabais de 10% sur consultations et traitements 450 668-5501 Dre Louana Ibrahim et Dre Sophie Roy, podiatres, 1565 de l'Avenir, bur. 212, Laval.
21. **Massothérapie** Rachel St-Maurice (450-491-3601) et Christine Neumayer (514-827-1361) à Deux-Montagnes. \*Rabais de 5\$ pour 1 heure de massage et 10\$ pour 1½ heure de massage.
22. **Clinique Physiothérapie Myokinétix** \*Rabais-santé de 10\$ sur un soin d'une heure en physiothérapie et/ou massokinésithérapie 3699 Boul.Dagenais Ouest, Laval (450) 937-5537.
23. **Medigas** \*Rabais de 10% sur l'achat d'accessoires pour le traitement de l'apnée du sommeil. Pour informations ou pour connaître nos adresses: 514-324-0202.