

La Coopérative funéraire de l'Outaouais **40 ans d'accompagnement !**

Mercredi 3 avril 2019

La Coopérative funéraire de l'Outaouais (CFO) fête cette année ses 40 ans d'existence. 40 ans de leadership, 40 ans de réussites, 40 ans d'accompagnement de ses membres et 40 ans de services à la communauté.

La CFO a été créée en 1979 par un groupe de citoyens de l'Outaouais qui s'est donné pour mission d'offrir aux gens d'ici une gamme complète de services funéraires à la mesure de leurs attentes et de contribuer au maintien de services funéraires à prix abordable.

Parmi les valeurs de la Coopérative, on retrouve le respect pour les familles endeuillées et les défunts, une éthique professionnelle dans notre offre de services, l'implication dans la communauté et l'utilisation des ressources de façon responsable.

La CFO est reconnue comme l'entreprise funéraire la plus importante de l'Outaouais et se classe parmi les dix plus grandes entreprises funéraires du Québec.

Sans rien prendre pour acquis, nous pouvons nous réjouir de l'évolution de notre organisation. Quand nous regardons tout le chemin parcouru, nous pouvons être fiers car nous avons grandi avec succès.

2019 sera donc l'occasion de célébrer notre histoire, nos réalisations, notre contribution à la communauté et notre savoir-faire. Ce sera aussi une magnifique occasion de réunir des gens qui ont joué ou jouent toujours un rôle important dans nos réussites.

Merci.

Le président du conseil d'administration,
Dan Gay

Causerie : COOPÉRATIVE FUNÉRAIRE de L'OUTAOUAIS

Date : mercredi 3 avril

Heure : 13 h

Endroit : 5-B, rue St-Arthur, Gatineau

Coût : gratuit

M^e Isabelle Pelletier de la firme PME Inter notaires et Diane Fortin, conseillère en planification funéraire à la Coopérative funéraire de l'Outaouais, feront une présentation sur la planification successorale et l'importance de faire ses arrangements funéraires. Toutes deux spécialistes dans le domaine, elles sauront répondre à toutes vos questions.

Inscription obligatoire au 819-777-5774 ou fadoqoutaouais@gmail.com



LIRE ET FAIRE LIRE-LE BONHEUR DE LA LECTURE POUR LES PETITS PAR LES AÎNÉS



Vous avez 50 ans +, vous aimez les livres et avez envie de faire découvrir le plaisir de lire aux petits ? Devenez bénévole-lectrice/lecteur avec *Lire et faire lire* !

Initié par le romancier Alexandre Jardin, *Lire et faire lire* a traversé l'Atlantique pour s'installer au Québec en 2002. Le but de ce programme est de faire se rencontrer des aînés (50 ans +) et de jeunes enfants (4 à 8 ans) dans une activité de lecture à voix haute. (Voir article complet dans la revue *Virage/printemps* 2019 page 30 et 31 - www.viragemagazine.com/pour-le-plaisir-de-lire-et-faire-lire).

Si vous désirez en connaître davantage sur cette organisation qui compte plus de 150 bénévoles à Gatineau, vous n'avez qu'à communiquer par téléphone au 819-663- 3305, poste 220, par courriel à lfgatineau@gmail.com ou encore rendez-vous sur le site www.lireetfairelire.qc.ca et cliquer sur « antenne locale » puis sur 07. Outaouais.

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS : SECONDAIRE EN SPECTACLE

En 2019, l'école Hormidas-Gamelin de Buckingham sera hôte de l'événement *Secondaire en spectacle panquébécois* du 30 mai au 2 juin prochain. 850 jeunes en provenance de toutes les régions du Québec participeront à cet événement. L'activité a besoin de 200 bénévoles pour mener à bon port cette activité. Si vous désirez vous impliquer au sein de cette organisation, rendez-vous sur la page web : www.secondaireenspectacle.qc.ca/le-rendez-vous-panquebecois/devenir-benevole ou communiquer avec madame Francine Jeanrie au 819-921-5368.



PORTES OUVERTES DIMANCHE, 7 & 28 AVRIL • 13 H À 16 H

Prêt à explorer LA VIE EN RÉSIDENCE
pour vous ou un proche ?

Joignez-vous à nous pour découvrir le style de vie chez Chartwell, rencontrer nos employés et résidents et connaître notre offre pour les membres de la FADOQ!

Visitez Chartwell.com/fr/PortesOuvertes
ou appelez au 1 844 478-6473 pour plus de détails.



UN GRAND HOMMAGE À FÉLIX LECLERC EN VERSION SYMPHONIQUE – samedi 6 avril

Heure : 14 h

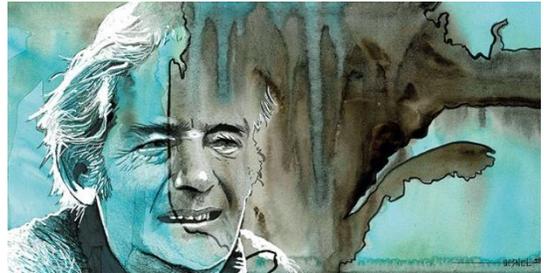
Endroit : Salle Odysée – Maison de la culture de Gatineau

Coût : 52 \$ (taxes incluses)

L'Orchestre symphonique de Gatineau a préparé un concert unique qu'il présente exceptionnellement à 14 h (en supplémentaire) pour permettre aux aînés qui le préfèrent d'y assister en après-midi plutôt qu'en soirée. 24 des plus belles chansons de Félix avec 48 tableaux sur écran géant qui présentent sa vie.

Pour plus de renseignements : 819 682-2929

Réservation en ligne : <http://www.maisondelaculture.ca/salle-odyssee/spectacles/autres-evenements/osg-felix-alouette-en-liberte.html>



LANCEMENT DU RECUEIL DE FADOQ OUTAOUAIS - vendredi 10 mai



C'est avec un immense plaisir que nous vous invitons au lancement du livre produit par FADOQ OUTAOUAIS. Des auteurs de notre association ont osé prendre la plume pour étaler au grand jour leurs émotions, leur vécu et les grands et petits moments de leur vie. D'autres ont exprimé haut et fort leurs opinions, des nouvelles, des poèmes, du slam et des billets d'humeur, le tout enrobé de mots et d'images à vous faire voyager dans un monde réel ou imaginaire.

Venez rencontrer les auteurs et constater leur passion de l'écriture. Des exemplaires du livre au coût de 12 \$ seront disponibles sur place.

Heure : 13 h

Endroit : 5-B, rue Saint-Arthur, Gatineau

Coût : gratuit et ouvert à tous

Le saviez-vous ?

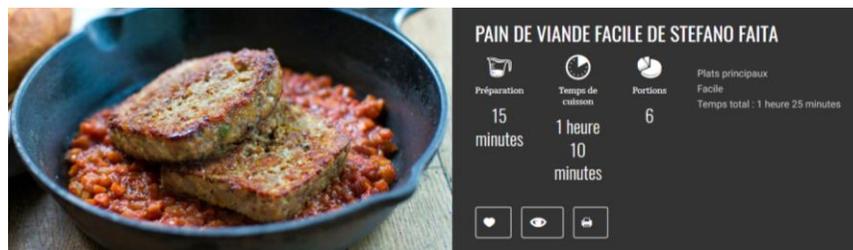
De nombreuses études ont démontré que lorsque l'on appareille une seule des deux oreilles malentendantes, la capacité de compréhension de la parole non appareillée diminue beaucoup plus comparativement à l'oreille appareillée. La différence est énorme : entre 5 et 17 % de diminution ! Voilà pourquoi il est important d'avoir deux appareils auditifs lorsque vous avez une perte auditive aux deux oreilles. Renseignez-vous auprès d'un audioprothésiste pour en savoir davantage : 1-888-844-0864.



DIFFUSION DU BULLETIN ÉLECTRONIQUE

À tous les mois, la FADOQ Outaouais diffuse un bulletin électronique à tous ses membres qui ont consenti à le recevoir. Presqu'à chaque envoi, des personnes nous informent qu'elles n'ont pas reçu le dernier bulletin. Il semble y avoir des problèmes de réseautage et nous sommes présentement en communication avec les fournisseurs pour essayer de régler ces difficultés d'envoi.

Si vous ne recevez pas notre bulletin, vous pourrez le consulter, ainsi que les bulletins précédents en vous rendant sur www.fadoqoutaouais.qc.ca. Vous n'avez qu'à cliquer sur l'icône « ACTUALITÉS », cliquer sur « Magazine et Bulletin » et ensuite sur la case de droite Bulletin électronique FADOQ – Région Outaouais.



Ingrédients

- 350 g de veau haché
- 350 g de bœuf haché
- 350 g de dinde hachée
- 1 poignée de persil italien haché
- 90 ml (6 c. à soupe) de fromage parmesan râpé
- 2 œufs
- 6 tranches de pain blanc imbibées de lait et égouttées
- Sel et poivre
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 oignon moyen, haché
- 2 carottes, hachées
- 2 branches de céleri, hachées
- 120 ml (1/2 tasse) de vin rouge
- 1 pot de 660ml de Sauce Tomate Basilic Stefano Faïta

Méthode

1. Préchauffer le four à 400F.
2. Dans un grand bol mettre le veau, le bœuf, la dinde, le parmesan, le persil, les deux œufs et le pain. Assaisonner de sel et poivre.
3. Mélanger tous les ingrédients à la main et former un pain.
4. Enfourner le pain de viande (dans un moule à pain antiadhésif ou huilé) à découvert 50 à 60 minutes, ou vérifier à l'aide d'un thermomètre à cuisson que le pain de viande atteigne une température de 165°F.
5. Pendant ce temps, faire chauffer l'huile d'olive dans une sauteuse ou une petite casserole, y faire revenir l'oignon, les carottes et le céleri.
6. Après quelques minutes, déglacer au vin rouge et laisser réduire.
7. Lorsque le vin a réduit, ajouter la sauce tomate et laisser mijoter 10 minutes.
8. Une fois cuit, sortir le pain de viande du four et laisser tempérer à couvert 10 minutes.
9. Retirer le pain de viande du moule et le couper en tranches.
10. Dans une poêle, faire dorer les tranches de chaque côté avec un peu d'huile d'olive.
11. Garnir de sauce au moment de servir.

BIEN GÉRER SES AVOIRS À LA RETRAITE- mercredi 8 mai

Heure : 13 h

Endroit : 5-B, rue Saint-Arthur, Gatineau

Coût : gratuit (café et beignes seront servis)

Conférenciers : André Boucher, planificateur financier et
Jacques Beaulieu, spécialiste en épargne collective

Inscription obligatoire au 819-777-5774 ou fadoqoutaouais@gmail.com (nombre de places limitées)

Description : Certains points qui seront discutés : pourquoi un plan de retraite par écrit a plus de succès; comprendre les risques associés à la retraite; pourquoi réviser son plan annuellement; l'évolution des besoins à la retraite; créer son propre plan de retraite, etc.



CLUB DE MARCHE DE CANTLEY : LES ÉTOILES D'ARGENT

Club de Marche FADOQ

**On reste en forme
et on ne lâche pas !**



HORAIRE DES RANDONNÉES PÉDESTRES POUR AVRIL

Jour, date, heure	Lieu de randonnée	Niveau de difficulté
Mardi 2 avril à 10 h	Cantley, chemin River, stationnement au 8, chemin River	Facile
Mardi 9 avril à 10 h	Gatineau, aréna Guertin, stationnement, rue Allard	Facile
Mardi 16 avril à 10 h	Cantley, parc Godmaire stationnement coins Godmaire et Bouchette	Facile et intermédiaire
Mardi 23 avril à 10 h	Gatineau, stationnement coins Montée-Paiement et Davidson est, centre d'achat près du Tim Horton	Facile
Mardi 30 avril à 10 h	Cantley, stationnement coins de Marsolais et Mont-Joël	Facile et intermédiaire

Bonne randonnée !

Richard Matte
819-827-0398



SORTIES À VÉLO FADOQ – 15 mai



Au cours des derniers cinq ans, Gilles et Suzanne coordonnent les sorties de vélo FADOQ du mercredi, de mai à septembre.

Accessibles à tous, ces randonnées débuteront le **15 mai jusqu'à la mi-septembre**. Si vous désirez vous joindre à ce groupe des plus enthousiastes, vous n'avez qu'à consulter l'horaire du mois sur la page Facebook ([facebook.com/fadoqoutaouais.com](https://www.facebook.com/fadoqoutaouais.com)) ou vous rendre sur le site web de la FADOQ Outaouais

<https://www.fadoq.ca/outaouais> pour connaître les lieux de départ. Port du casque et carte de membre FADOQ obligatoires.

SVP, arrivez 15 minutes avant l'heure de départ.



JEUX RÉGIONAUX 2019 – du 7 avril au 28 mai



Région Outaouais

C'est le temps de vous inscrire !

Pour une troisième année, la FADOQ région Outaouais vous invite à ses jeux régionaux qui se dérouleront du 7 avril au 28 mai 2019. Comme vous serez en mesure de le constater, plusieurs activités individuelles ou en équipes sont au programme. Nous allons d'ailleurs profiter de cet événement pour procéder au lancement du recueil FADOQ regroupant 38 textes comprenant des nouvelles, poèmes, slam et billets d'humeur. Trente-deux auteurs aînés de l'Outaouais ont participé à ce projet piloté par monsieur Michel Lavoie.

Pour toute question sur le processus d'inscription ou toute autre information, veuillez consulter notre site internet www.fadoqoutaouais.qc.ca ou communiquer avec le bureau régional au 819-777-5774 ou fadoqoutaouais@gmail.com.

La carte FADOQ est obligatoire pour toutes les activités.

Les participants des jeux régionaux auront l'opportunité de participer à la finale provinciale à Trois-Rivières du 17 au 19 septembre prochain. Lors de la finale provinciale 2018 tenue à Saint-Jérôme, la délégation de l'Outaouais a remporté une médaille d'or en pickleball ainsi qu'une médaille d'argent en course à pied.

TOURNOI DE QUILLES - dimanche 7 avril



Heure : 15 h

Endroit : Salle de quilles King Pin de Buckingham, 210, rue Sauvé

Coût : 15 \$/pers. (comprend droit de jeu et souper à la pizza)

Note : Équipes de 5 joueurs

Organisé en partenariat avec le club Les Rayons de Soleil de Montpellier.

TOURNOI DE DARDS - mercredi 1^{er} mai

Heure : 13 h

Endroit : Centre communautaire de Montpellier

Coût : 10 \$ (incluant le dîner)

Note : Équipes de 4 joueurs

Information : Pauline Lanoie – 819-428-7796

Organisé en partenariat avec le club Les Rayons de Soleil de Montpellier.



TOURNOI DE BASEBALL-POCHES - vendredi 3 mai

Heure : 12 h 30

Endroit : Centre communautaire de Buckingham,
181, rue Joseph

Coût : 5 \$/pers. (incluant le souper à la pizza)



Organisé en partenariat avec le club FADOQ St-Luc. Le baseball-poches est une discipline au programme de la finale des jeux FADOQ.

COURSE 5 km ET 10 km - dimanche 5 mai

En collaboration avec Les Classiques BougeBouge, nous vous invitons à participer à la 2^e édition de BougeBouge Outaouais (www.bougebouge.com/evenements).



Il y a une catégorie féminine et une masculine à la course ainsi que des groupes d'âge : 50 à 59 ans, 60 à 69 ans, 70 à 79 ans, 80 à 89 ans.

Heure : 7 h 30

Endroit : Maison du Citoyen (secteur Hull)

Inscription : 25 \$

Note : Les courses de 5 km et 10 km sont au programme des jeux provinciaux. Les membres FADOQ intéressés à participer à cette activité doivent obligatoirement communiquer avec le bureau régional de la FADOQ avant de s'inscrire en ligne à l'événement.

MARCHE POPULAIRE - mardi 7 mai



Heure : 10 h à 11 h

Endroit : 5-B, rue Saint-Arthur,
Gatineau

Coût : gratuit

Inscription et carte de membre FADOQ obligatoires.

Joignez-vous au club de marche Les Étoiles-d'argent de Cantley pour une marche d'une heure dans le quartier Saint-Rosaire. Beignes, café, jus et muffins servis au retour.

INITIATION MARCHE NORDIQUE - mercredi 8 mai

Joignez-vous à une randonnée pédestre en nature avec vos bâtons de marche. Encadrée par un kinésiologue accrédité de Myokin santé, cette technique permet d'augmenter l'amplitude des pas tout en utilisant les membres du haut et du bas du corps requérant plus de 90 % de tous les muscles.



Heure : 13 h à 14 h 30

Endroit : Parc du Lac Beauchamp

Coût : gratuit

Inscription obligatoire et carte de membre obligatoires.

INITIATION À LA MARCHÉ RAPIDE – jeudi 9 mai



Heure : 13 h à 14 h 30

Endroit : Parc du Lac Leamy

Coût : gratuit

Activité qui se déroule sur un parcours de 3 km. Le marcheur doit veiller à ce

que le pied ramené en avant prenne contact avec le sol par le talon avant que la pointe du pied arrière ait quitté le sol. Discipline à la finale provinciale des jeux FADOQ et dans tous les grands événements sportifs.

LANCEMENT DU RECUEIL DE FADOQ OUTAOUAIS - vendredi 10 mai

Venez rencontrer les auteurs et constater leur passion de l'écriture. Des exemplaires du livre au coût de 12 \$ seront disponibles sur place (voir page 3 de la section Informations Diverses).



Heure : 13 h

Endroit : 5-B, rue Saint-Arthur, Gatineau

Coût : gratuit et ouvert à tous

TOURNOI DE PICKLEBALL - samedi 11 mai

Ce tournoi se déroulera dans le cadre de la finale régionale des jeux FADOQ. Les gagnants dans les différentes catégories auront la possibilité de représenter l'Outaouais lors de la finale provinciale FADOQ qui se tiendra en septembre à Trois-Rivières.

- Équipe de 2 joueurs pour le volet compétitif
- Inscription individuelle pour le volet participatif (formule Méli-Mélo + clinique de perfectionnement)

Deux groupes d'âge 50-65 et 65 et + pour le volet compétitif dans les catégories suivantes : double masculin, double féminin, double mixte



Heure : 9 h à 16 h

Endroit : Centre sportif de Gatineau, 850, boul. de la Gappe

Coût : 20 \$/pers. (incluant le dîner)

Balles fournies

TOURNOI 500 - mardi 14 mai

Heure : 13 h

Endroit : 5-B, rue Saint-Arthur, Gatineau

Coût : gratuit

Inscription obligatoire.



TOURNOI DE SCRABBLE - mercredi 15 mai



Heure : 9 h 30
Endroit : Complexe Whissell
Saint-André-Avellin
Coût : gratuit

Inscription/information : 819-983—1501
Tbouch56@live.ca

Organisé en partenariat avec le Club Vallée d'Or Saint-André-Avellin FADOQ.

RANDONNÉE À VÉLO – mercredi 15 mai

Heure : 10 h
Endroit : Parc Moussette
(secteur Val-Tétreau)
Coût : gratuit



Inscription et carte FADOQ obligatoires.
Note : lancement de la saison de vélo du groupe du mercredi.

INITIATION JEUX DE CARTES – vendredi 17 mai



Heure : 13 h
Endroit : 5-B, rue Saint-Arthur,
Gatineau
Coût : gratuit
Inscription obligatoire

Note : ateliers d'initiations au Canasta, Whist militaire et 500.

TOURNOI DE PÉTANQUE – vendredi 17 mai

Heure : 13 h
Endroit : 5-B, rue Saint-Arthur, Gatineau
Coût : 5 \$/pers. (goûter inclus)
Inscription et carte de membre obligatoires

Note : équipe de 3 joueurs
Organisé en partenariat avec le Club Les Étoiles d'Argent de Cantley. La pétanque est une discipline au programme de la finale provinciale des jeux FADOQ.



MINI-ROULÉ – vendredi 24 mai



Heure : 13 h
Endroit : Club de golf Dunnderosa
11 chemin Notch, Chelsea

Coût : 5 \$
Inscription et carte de membre obligatoires.

TOURNOI DE GOLF RÉGIONAL FADOQ – lundi 27 mai

Heure : 12 h 30
Endroit : Club de golf Mont
Cascades
Formule : Florida (4 balles,
meilleure balle)

Coût : 100 \$ (incluant golf, voiturette, brunch et souper)
Inscription et carte de membre FADOQ obligatoires
Note : Le golf est au programme de la finale provinciale des jeux FADOQ.



OUVERTURE LIGUE DE GOLF – lundi 6 mai (date tentative, à la merci de mère nature)

Pour une 5^e année, tous les lundis à compter de 13 h, des membres FADOQ se rencontrent au Club du Mont Cascades pour une ronde amicale de golf en bénéficiant d'un rabais substantiel et exclusif. Cette ligue amicale s'adresse tant à la gente féminine que masculine et cela, pour tous les niveaux de jeu. Pour plus d'information, communiquer avec le bureau régional ou pierregauthier2@videotron.ca. Hors d'œuvre et amuse-gueules seront servis lors de l'ouverture seulement.



LE TOURNOI MULTIRÉGIONAL AU CLUB DE GOLF LE SORCIER – lundi 12 août



Les régions FADOQ de l'Outaouais, des Laurentides, de Laval, de Mauricie et de l'île de Montréal s'associent pour vous inviter à la 13^e édition du tournoi multirégional qui aura lieu sur le magnifique parcours du Club Le Sorcier de Gatineau qui sait plaire tant aux golfeurs débutants qu'à ceux de haut niveau. Le coût de l'inscription inclut : brunch, droit de jouer, voiturette, souper, taxes et services. Une formule Vegas est appliquée pour ce tournoi de nature récréative. Venez profiter de cette journée pour

fraterniser et échanger avec des membres FADOQ d'autres régions du Québec. C'est un rendez-vous à ne pas manquer.

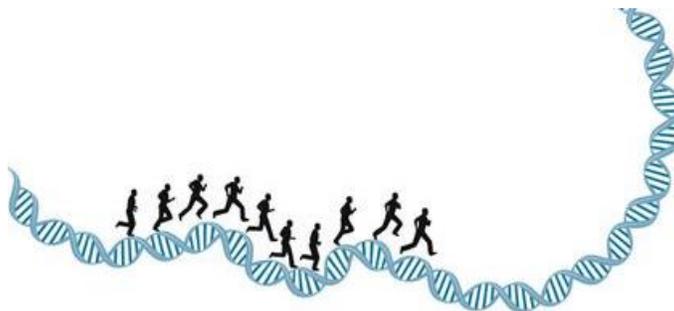
Endroit : Club de golf le sorcier, 967 Montée Dalton, Gatineau, J8R 3C5

Accueil/brunch : 10 h

Départs simultanés : 12 h 30

Coût : 120 \$ (inclut la contribution de 10 \$ de la FADOQ Outaouais)

Inscription : 819-777-5774





TOURNOI WHIST DE L'AMITIÉ

Date : samedi 13 avril 2019

Heure pour l'inscription : 13 h - Coût pour cartes : 5 \$

Endroit : Salle municipale de Plaisance, 281, rue
Desjardins

Souper seulement : 15 \$ membre. 18 \$ non-membre

Cartes+ souper : 20 \$ membre, 23 \$ non-membre (souper suivi par des
interprétations de Patrick Normand par Robert Bélisle)

Information/réservation : 819-427-8479



CLUB FADOQ DE FASSETT INC.

SOUPER DE FIN D'ANNÉE

Date : 7 mai 2019

Heure : 18 h

Endroit : Centre communautaire municipal

Animation musicale : Yolande et Marcel Gauthier

Information/réservation : Manon Cyr - 819-423-6232

Note : réservation avant le 27 avril



LA TOURNÉE DES IDOLES - Québec

Date : du **25 au 26 mai 2019** (2 jours - 1 nuit)

Coût : 389 \$ par personne en occupation double
Centre Vidéotron de Québec

Comprend : transport en autocar de luxe, hébergement pour 1 nuit, 3 repas, billet pour le spectacle (section mauve), services d'un guide-accompagnateur, tour guidé de Québec, taxes et frais de service.

Embarquement : 5-B, rue Saint-Arthur, Gatineau

Information/inscription : 819-777-5774



CHIGAGO EXPRESS



Date : du **16 au 21 juin 2019** (6 jours - 5 nuits)

Coût : 1 099 \$ par personne en occupation double

Comprend : transport en autocar, hébergement pour 5 nuits au centre-ville de Chicago, 5 repas, services d'un guide-accompagnateur et d'un guide local, activités au programme, manutention d'une valise par personne, taxes et frais de service

Embarquement : 5-B, rue Saint-Arthur, Gatineau

Inscription / information : 819-777-5774

LA FABULEUSE HISTOIRE D'UN ROYAUME – Saguenay Lac-Saint-Jean

Date : du **26 au 28 juillet 2019** (3 jours - 2 nuits)

Coût : 669 \$ par personne en occupation double

Comprend : transport en autocar de luxe, hébergement pour 2 nuits, 7 repas, manutention d'une valise par personne, visite du Village historique de Val-Jalbert, visites du Zoo sauvage de Saint-Félicien ainsi que du Musée du fromage cheddar de Saint-Pierre, spectacle La fabuleuse Histoire d'un Royaume.

Embarquement : 5-B, rue Saint-Arthur, Gatineau

Inscription/information : 819-777-5774

ÎLES-DE-LA-MADELEINE



Date : du **30 juillet au 5 août 2019** (7 jours - 6 nuits)

Coût : 1 699 \$ par personne en occupation double

Comprend : transport en autocar de luxe, tous les traversiers, hébergement pour 6 nuits, 18 repas, services d'un guide-accompagnateur et d'un guide local, nombreuses activités au programme, manutention d'une valise par personne, taxes et frais de service.

Embarquement : 5-B, rue Saint-Arthur, Gatineau

Information / inscription : 819-777-5774

PHILADELPHIA ET LE PAYS DES AMISH (incluant une visite de New Holland)

Date : du **8 au 11 septembre 2019** (4 jours - 3 nuits)

Coût : 679 \$ par personne en occupation double

Passeport canadien obligatoire

Comprend : transport en autocar de luxe, hébergement pour 3 nuits, 6 repas, service d'un guide-accompagnateur, tour de ville de Philadelphie, découverte des Amish, visite de New Holland Agriculture.

Embarquement : 5-B, rue Saint-Arthur, Gatineau

Information / inscription : 819-777-5774



TRAIN ANIMÉ DES COULEURS – Isle-aux-Coudres



Date : **du 28 au 29 septembre 2019** (2 jours – 1 nuit)

Coût : 399 \$ par personne en occupation double Hébergement à l'Isle-aux-Coudres

Comprend : transport en autocar de luxe, hébergement pour une nuit, 3 repas, service d'un guide-accompagnateur, trajet de 4 heures en train animé des Chutes Montmorency, dîner servi à bord du train, visites du Musée Maritime de Charlevoix et de la papeterie Saint-Gilles. Taxes et frais de services.

Embarquement : 5-B, rue Saint-Arthur, Gatineau

Information / inscription : 819-777-5774

NOËL AU 7^e CIEL - Montréal

Date : samedi **30 novembre 2019** (1 journée)

Coût : 169 \$ par personne

Mât du Stade olympique Montréal

Comprend : transport en autocar de luxe, 1 repas, service d'un guide-accompagnateur, dîner quatre services dans le mât du Stade olympique, visite de l'exposition les Crèches de Noël à l'honneur à l'Oratoire Saint-Joseph du Mont-Royal, 200 crèches provenant de plus de 100 pays.

Embarquement : 5-B, rue Saint-Arthur, Gatineau

Inscription / inscription : 819-777-5774



Annonces personnelles

Désireux de rejoindre le maximum de personnes avec notre infolettre mensuelle, nous offrons maintenant l'occasion à nos membres de publier de petites annonces personnelles sous la rubrique *Le coin des membres*. Présentement, l'infolettre est publiée et diffusée mensuellement par voie électronique à un peu plus de 8 500 personnes. Bien que chaque annonce publiée soit vérifiée pour son authenticité et que toutes les annonces nous paraissant douteuses soient écartées, nous demandons à nos lecteurs de toujours demeurer vigilants. La FADOQ ne peut se porter garante de la qualité des appels que vous recevrez et ne peut être tenue responsable des erreurs qui pourraient se glisser dans le texte des annonces.

<p>Débutante de 70 ans recherche professeur de guitare « patient » offrant flexibilité de rendez-vous et taux abordables, demeurant près du boul. La Vérendrye/Montée Paiement/Gréber. Information : 819-525-1502</p>	<p>Nouveau groupe de parole et d'écoute pour Femmes dans l'Outaouais : information : dianegratton54@videotron.ca</p>
<p>Manteau en vison naturel rasé, 12 ans, longueur au dessus du genou, comme neuf, 325 \$. Information : lietten@videotron.ca ou 819-561-4577</p>	

La FADOQ Outaouais offre gratuitement, aux membres FADOQ, la possibilité de publier de petites annonces. Les annonces suivantes seront acceptées : logements à louer et à partager, chalets à louer, autos et objets à vendre, services informatiques, transport et autres. Alors n'hésitez pas à contacter le bureau régional ou à nous envoyer un courriel à fadoqoutaouais@gmail.com.



Préparation de l'infolettre :
Éditeur : **Richard Bisson**
Révisseuse : **Céline Jetté**
Mise en page : **Claude Legault (Mme)**
Distribution : **Réseau FADOQ**





RABAIS

En cette période d'impôt, veuillez prendre note qu'ImpôtExpert offre en exclusivité aux membres FADOQ 25 % de rabais sur les logiciels en ligne.

BOUTIQUES MARIE CLAIRE

20 % de rabais dans les boutiques Émotions
10 % de rabais dans les boutiques Marie-Claire, Grenier, Claire France.

YELLOW

10 % de rabais chez chaussures Yellow pour les membres de la FADOQ.

Restaurant Le Napoléon, 489, rue Notre Dame, Montebello : 10 % sur tous les repas avant taxes. Boissons alcoolisées et gazeuses non incluses.

HOME-USE PAR SAASFORCE, distributeur à domicile des logiciels **Antivirus McAfee et Norton** offre un rabais de 50 % aux membres FADOQ sur les logiciels suivants pour une durée d'un an :

- McAfee Total Protection pour 10 appareils
- McAfee Total Protection pour 5 appareils
- McAfee Livesafe pour tous vos appareils
- Norton Security Deluxe pour 5 appareils

Chartwell résidences pour retraités et FADOQ Outaouais :
un partenariat pour vous **simplifier** la vie!

En tant que membre, obtenez **250 \$**
à la signature d'un bail.*

*Vous êtes un membre FADOQ déjà résident chez Chartwell?
Obtenez 5 repas **gratuits** en salle à manger de votre résidence!**

Pour plus de détails, composez le **1 855 913-7940** ou visitez
CHARTWELL.COM pour trouver la résidence près de chez vous.

*Des conditions s'appliquent.



CHARTWELL
résidences pour retraités



greiche & scaff
professionnels de la vue

Merci à nos Grands Partenaires



Auto • Habitation



Vie • Santé • Investissement