



MOT DE LA DIRECTION GÉNÉRALE

Chers membres,

Nous souhaitons vous informer qu'étant donné la situation qui sévit en Outaouais, la suspension de nos activités dispensées dans nos locaux se poursuivra pour le reste de la session en cours, soit jusqu'en décembre 2020. Afin d'honorer les engagements des formateurs ainsi que pour vous permettre de bénéficier du contenu de votre ou vos cours déjà offerts, la FADOQ offrira les cours suivants en versions virtuelles à compter de la semaine du 26 octobre prochain.

Mardi - Cardio Latin à 11 h

Mercredi - Zumba à 9h30

Mardi - Essentrics à 12h30

Mercredi - Ateliers l'art de s'habiller à 18h

Mardi - Cours d'espagnol à 13h30

Vendredi - Cardio latin vendredi à 10h et 11h30 (Essentrics)

Veillez noter que les quelques journées de cours n'ayant pas eu lieu en raison de notre fermeture forcée seront reportées au calendrier en décembre. Un membre de notre équipe vous téléphonera dans les prochains jours afin de valider votre choix (participation au cours en version virtuelle ou remboursement). Si vous optez pour un remboursement, celui-ci sera automatiquement fait au cours des prochaines semaines. Nous profiterons de cet appel pour obtenir ou valider votre adresse courriel afin que vous puissiez accéder à la plate-forme de connexion pour assister aux cours virtuels C'est par l'entremise de cette adresse courriel que vous recevrez les instructions de connexion pour assister aux cours. Il s'agit d'une procédure non complexe et rapide.

Concernant les cours convertis en mode virtuel, aucune nouvelle inscription ne sera acceptée pour cette session. À l'exception des cours ci-haut énumérés, nous devons malheureusement annuler le reste de nos activités qui étaient déployées depuis la mi-septembre. Tous les participants concernés seront remboursés au cours des prochaines semaines. Notez que certains cours à convertir en virtuel sont à déterminer au cours des prochains jours. Si tel est le cas, vous recevrez un appel de notre part.

Nous sommes désolés des incon vénients que cette suspension ou annulation aura pu vous occasionner. Nous tenons à vous remercier de la confiance que vous nous avez accordée et soulignons que votre détermination à vous tenir debout, forts et actifs devant cet adversaire coriace est inspirante pour l'ensemble de la communauté. Nous avons entendu votre besoin de bouger, d'apprendre et de socialiser. Nous serons au rendez-vous dès la prochaine session, en vous proposant des façons de faire novatrices. Nous vous invitons à surveiller attentivement nos prochaines communications.

Veillez également noter que nos bureaux demeurent fermés au public jusqu'au 28 octobre pour s'arrimer à la demande gouvernementale. Nous suivons la situation de près et nous vous tiendrons informés de toute évolution.

Profitez des beautés que la nature nous offre, divertissez-vous autant que vous le pouvez et dites-vous,

Ensemble, nous y arriverons.



Mise à jour COVID-19

Palier 4 – Alerte maximale (zone rouge)

Gatineau et MRC des Collines



Le Palier 4 – Alerte maximale applique de manière ciblée des mesures plus restrictives pouvant aller jusqu'à faire cesser les activités non essentielles pour lesquelles le risque ne peut pas être contrôlé suffisamment, en évitant autant que possible un confinement généralisé comme lors de la première vague de la pandémie.

Mesures en vigueur

À domicile (maison et chalet)

Interdits :

- visiteurs d'une autre adresse

Acceptés :

- un seul visiteur d'une autre adresse pour les personnes seules (il est recommandé de toujours recevoir la même personne afin de limiter les contacts sociaux)
- proches aidants
- personnes offrant service ou soutien
- main-d'œuvre pour travaux prévus

Établissements d'enseignement préscolaires et primaires

- Un seul groupe-classe stable, en tout temps, sans mesure de distanciation
- Distance de 2 mètres entre les élèves des différentes classes dans les aires communes
- Activités parascolaires suspendues
- Sorties scolaires et activités interscolaires suspendues
- Projets pédagogiques particuliers maintenus en groupe-classe stable. Si impossible, une distanciation de deux mètres doit être maintenue en tout temps entre les élèves ne provenant pas du même groupe-classe stable et les règles sanitaires doivent être rigoureusement observées
- Mêmes règles pour le sport scolaire et le sport associatif
- Prêt et location des locaux scolaires suspendus

-
- Port du masque de procédure (ou chirurgical) pour tout le personnel scolaire en tout temps
 - Visiteurs à l'école réduits au minimum
 - Services de garde scolaire organisés dans le respect des groupes-classes stables ou instauration de sous-groupes respectant la distanciation physique
 - Repas du midi avec le groupe-classe stable

Établissements d'enseignement secondaires

- Port d'un couvre-visage par tous les élèves en tout temps dans l'école et sur le terrain de l'école
- Activités parascolaires suspendues
- Sorties scolaires et activités interscolaires suspendues
- Projets pédagogiques particuliers maintenus en groupe-classe stable. Si impossible, une distanciation de deux mètres doit être maintenue en tout temps entre les élèves ne provenant pas du même groupe-classe stable et les règles sanitaires doivent être rigoureusement observées
- Mêmes règles pour le sport scolaire, et le sport associatif
- Prêt et location des locaux scolaires suspendus
- Port du masque de procédure pour tout le personnel scolaire en tout temps
- Visiteurs à l'école réduits au minimum
- Repas du midi avec le groupe-classe stable
- Présence en classe un jour sur deux pour les élèves de 4^e et 5^e secondaire. Elle ne s'applique pas aux élèves handicapés ou en difficulté d'adaptation ou d'apprentissage qui fréquentent une école spécialisée, une classe spéciale ou le Parcours de formation axée sur l'emploi
- Cours à option se déroulant dans le respect de la distanciation physique de 2 mètres lorsque les élèves ne proviennent pas du même groupe-classe stable ou cours à distance

Centres d'éducation des adultes et de formation professionnelle

- Port du couvre-visage obligatoire en tout temps, pour tous les élèves, sauf lorsqu'assis dans une salle de classe à 2 mètres de distance les uns des autres
- Port du masque de procédure en tout temps pour le personnel, sauf en classe, où ils doivent maintenir une distance de 2 mètres avec leurs élèves
- Privilégier la formation à distance pour les programmes d'études s'y prêtant le mieux
- Présence physique en classe priorisée pour les élèves à risque de décrochage ou à besoins particuliers
- Activités parascolaires et sorties éducatives suspendues

Établissements d'enseignement supérieur

- Un maximum d'activités d'enseignement à distance
- Activités en classe permises si la présence de l'étudiant est essentielle à l'acquisition ou à l'évaluation des connaissances
- Stages et laboratoires maintenus
- Bibliothèques demeurent ouvertes uniquement pour l'utilisation du comptoir de prêts et des espaces de travail individuels

Loisir et sport

- Aucune activité sportive et de loisir organisé permise

- Activités individuelles ou en duo autorisées dans le respect des consignes sanitaires
- Entraînements sous forme individuelle permis
- Installations sportives intérieures ouvertes pour pratique libre, mais accès aux vestiaires non permis, à l'exception des toilettes
- Aucune compétition permise
- Salles d'entraînement fermées

CHSLD et résidence privée pour aînés (RPA)	Visites à des fins humanitaires Visites de personnes proches aidantes (1 personne à la fois, et un maximum de 2 personnes par jour en CHSLD)
Rassemblements privés à l'intérieur ou à l'extérieur	Interdits
Activités organisées dans un endroit public	Interdites, sauf pour les lieux de culte et les funérailles (maximum de 25 personnes et tenue d'un registre des présences) Les manifestations demeurent permises, mais le port du masque ou du couvre-visage est obligatoire en tout temps
Déplacements interrégionaux	Non recommandés vers une zone verte , jaune ou orange et à l'extérieur du Québec (sauf déplacements essentiels, étudiants, travailleurs, garde partagée, transport de marchandises)
Auditoires et audiences dans un lieu public intérieur	Salles de spectacle, cinémas, théâtres, et musées fermés Bibliothèques fermées autres que celles tenues par les établissements d'enseignement, à l'exception des comptoirs de prêts
Restaurants	Salles à manger fermées Livraison, mets pour emporter et commandes à l'auto seulement
Bars, brasseries, tavernes, casinos	Fermés Microbrasseries et les distilleries, fermées uniquement pour leurs services de consommation sur place de nourriture ou de boisson
Entreprises, commerces et boutiques	Ouverts
Services professionnels et de santé en cabinet privé	Ouverts seulement pour les services nécessitant une présence en personne
Soins personnels et esthétiques	Maintien des services Saunas et spas fermés, à l'exception des soins personnels qui y sont dispensés
Organismes communautaires	Maintien des services

[\(https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/systeme-alertes-regionales-et-intervention-graduelle/palier-4-alerte-maximale-zone-rouge/\)](https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/systeme-alertes-regionales-et-intervention-graduelle/palier-4-alerte-maximale-zone-rouge/)



ATELIERS VIRTUELS ET GRATUITS SUR LA LITTÉRACIE FINANCIÈRE

**Santé
et Services sociaux**

Québec 

Au nom de la **Fondation canadienne d'éducation économique (FCEE)** et **IG Gestion de patrimoine** nous aimerons vous inviter à assister à cette série de trois ateliers VIRTUELS et GRATUITS sur la littéracie financière. Ceci est dans le cadre du Mois de la littéracie financière en novembre 2020. Ces ateliers gratuits visent à aider les personnes âgées à mieux comprendre les enjeux financiers qui les concernent et les préoccupent et aborderont entre autres les sujets suivants :

- découvrir comment établir et atteindre des objectifs financiers
- adapter, planifier et gérer leur retraite d'une perspective financière
- reconnaître différentes dépenses et planifier un budget concret
- apprendre comment continuer épargner après la retraite
- planifier et commencer une deuxième carrière
- composer avec la perte d'un partenaire ou d'un conjoint
- prendre des dispositions pour leur succession

L'atelier abordera également les difficultés financières associées à la pandémie de COVID-19.

Voici les trois dates:

Mardi 3 novembre, de 13 h à 14 h 30 HNE: https://cfee-org.zoom.us/webinar/register/WN_qpZrakNrRLmJdqbWD6NymA

Vendredi 13 novembre, de 10 h à 11 h 30 HNE: https://cfee-org.zoom.us/webinar/register/WN_y2ISksibRhGb0CoHoQ1mOQ

Mercredi 25 novembre, de 15 h à 16 h 30 HNE: https://cfee-org.zoom.us/webinar/register/WN_cM1ly-fS1e6chGJ7qR7ZA

Si vous souhaitez organiser un atelier destiné aux personnes âgées dans votre collectivité, veuillez nous contacter: <https://cfee.org/contact-us/>

Ou via notre courriel : mail@cfee.org

N'hésitez pas à partager dans vos réseaux cette invitation d'apprendre plus sur la littéracie financière !! Ou même ce lien : <https://cfee.org/fr/program/ateliers-pour-les-personnes-agees/>.



PARTENAIRES



*Coopérative funéraire
de l'Outaouais*



greiche & scaff
professionnels de la vue

Québec 



Merci à nos Grands Partenaires



Auto • Habitation



Vie • Santé • Investissement

AVEC LIBRESPACE^{MD} FADOQ

Obtenez des rabais et de précieux avantages pour vos assurances auto et habitation



Protégez vos proches... de loin

Assurance vie
sans examen médical

trouvez un conseiller

