



Joyeuse fête des Mères à toutes les mamans!



Une mamie extraordinaire donne toujours une maman exceptionnelle.



Conférences virtuelles : 6, 11 et 14 mai 2021

Bonne nouvelle! Nous avons ajouté à notre programmation du printemps, deux nouvelles conférences virtuelles en complémentarité de celle qui était déjà prévue en mai.

Pour vous inscrire et recevoir vos accès à Zoom, veuillez téléphoner au 819 777-5774.

La vraie vie débute dans la soixantaine

Présentée par Jean-Pierre de Beaumont, andragogue
Le jeudi 6 mai, de 14 h à 16 h / Coût de 15 \$ +tx.

À 20 ans on veut changer le monde, mais à 60 ans, peut-on tout simplement vouloir en profiter et faire des choses nouvelles, différentes, voire exotiques ?

Les besoins fondamentaux étant comblés, celui d'une vie intérieure plus intense se fait sentir et apparaît le besoin d'actualiser son potentiel vers un accomplissement de soi plus grand. Il est temps de profiter de la plus belle phase de votre vie et de réaliser ce dont vous rêvez réellement !



Écris-moi une chanson

Présentée par Maude Alain-Gendreau, musicienne et vidéaste
Le mardi 11 mai, de 9 h à midi / Coût de 20 \$ +tx.

Chacun a ses sources d'inspiration, ses structures de prédilection et ses formes poétiques préférées.

Ponctuée d'écoute musicale, de théories et d'exercices, cette conférence éveille la créativité et offre des outils simples à tous ceux qui souhaitent écrire les paroles de leur propre chanson.





À nos agendas

**Préarrangements funéraire :
on peut-tu juste en parler?**

Présentée par notre partenaire,
la Coopérative funéraire de l'Outaouais
Le vendredi 14 mai, dès 10 h via Zoom
Coût : offert gratuitement

Cette conférence virtuelle vous permettra
de démystifier les contrats
d'arrangements préalables et de mieux
comprendre comment vos proches en
bénéficieront.

La conférence est ouverte à tous.
Parlez-en à votre entourage!

JOIGNEZ-VOUS À NOUS POUR UNE CONFÉRENCE VIRTUELLE
On peut-tu juste en parler?

La FADOQ-Région Outaouais et la Coopérative
funéraire de l'Outaouais vous invitent
à une conférence virtuelle animée par mesdames
Guylaine Beaulieu et Diane Fortin.

Cette dernière est une experte en la matière.
Elle démystifiera les contrats d'arrangements
préalables et vous expliquera comment vos
proches en bénéficieront.

**Vendredi le 14 mai
à 10 heures via Zoom.**

Renseignez vous auprès
de la FADOQ-Région Outaouais
pour les inscriptions :
819 777-5774

www.cfo.coop



Coopérative funéraire
de l'Outaouais

CARTE PROMO - Pour seulement 15 \$, obtenez une carte FADOQ valide pour une durée de 10 mois qui vous permettra de participer à l'ensemble des activités du secrétariat régional, sans exception!

AGA de la FADOQ - Région Outaouais

Nous désirons vous informer que l'assemblée générale
annuelle de la FADOQ – Région Outaouais aura lieu, en
mode virtuel, le 11 juin 2021. L'avis de convocation officiel
contenant les détails pertinents sera bientôt diffusé.

Vous avez de l'entrain, de bonnes idées et vous aimez le
travail d'équipe? Impliquez-vous en devenant membre
du conseil d'administration (CA) du secrétariat régional ou
au sein d'un CA de l'un de nos 15 clubs affiliés. Joignez-vous
à une équipe dynamique et contribuez à votre bien-être et
celui des aînés dans votre communauté.

Pour signaler votre intérêt, communiquer avec le secrétariat régional de la
FADOQ – Région Outaouais aux coordonnées ci-dessous. **Il ne manque que vous!**





i Rabais offerts aux membres

Nouveaux rabais : sortez votre meilleure carte!

Restaurant Eggspress

Du lundi au vendredi, obtenez un rabais de 10 % sur les petits déjeuners.

56-A, boulevard Gréber, Gatineau, QC



Antirouille Uni

Spécialistes de l'esthétique automobile, obtenez un rabais de 20 % avec tout achat de 100 \$ et plus.

22, rue de Valcourt, Gatineau, QC



Les aliments M&M

Obtenez 10 % sur les produits à prix régulier.

200, rue Principale, Aylmer (Gatineau)

205, rue Bellehumeur, Gatineau



Répertoire des rabais





Région Outaouais



Sujets divers

Table de concertation des aînés et des retraités de l'Outaouais (TCARO)

La TCARO est à la recherche d'aînés d'exception pour participer à la réalisation de son projet de publication d'un recueil. Ce projet consiste à discuter avec des personnes âgées d'exception de l'Outaouais et recueillir leur témoignage dans un recueil.

Par « personnes âgées d'exception », nous entendons les aînés qui ont réalisé des choses exceptionnelles aux yeux des générations plus jeunes. Ce ne sont pas nécessairement des aînés qui ont changé le monde (plutôt rares), mais des personnes qui ont influencé leur entourage de façon positive.

Pour plus d'informations



SONDAGE

PORTANT SUR LA MAIN-D'OEUVRE D'EXPERIENCE



Partenaires du sondage

L'hiver dernier, vous avez été 4 034 personnes à répondre à notre sondage portant sur la main-d'œuvre d'expérience! Quel succès!! En guise de remerciement, vous aviez le choix de participer au tirage d'une tablette électronique d'une valeur de 650 \$.

Mme Hélène Gagné, une résidente de Gatineau, a remporté le tirage au sort. Toutes nos félicitations !

Merci d'avoir participé à notre sondage, les résultats vous seront dévoilés très prochainement.



FADOQ – RÉGION OUTAOUAIS
811-D, boul. Saint-René O, C.P. 12009
Gatineau (Québec) J8T 0C3

Téléphone : 819 777-5774 / 1 800 828-3344
www.fadoq.ca/outaouais
Courriel : admin@fadoqoutaouais.qc.ca



fadoq

Région Outaouais



Merci à nos Grands partenaires et commanditaires



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



Pour vos lunettes ou verres de contact :
4 PROMOS FADOQ
ET LE CÉLÈBRE
RABAIS SELON L'ÂGE.*

*Cliquez pour détails.

