fadoq
Région Outaouais

Infolettre – Édition mai 2021

LANCEMENT DES RANDONNÉES DÉCOUVERTES

Dans le cadre du mois national de l'histoire autochtone, qui débutera le 1er juin prochain, la FADOQ - Région Outaouais est fière de lancer sa programmation **Randonnées découvertes : venez explorer la présence historique des autochtones en Outaouais !**

Les Randonnées découvertes sont **offertes gratuitement** aux membres FADOQ. Elles ont été élaborées en collaboration avec le Centre d'Innovation des Premiers Peuples et en partenariat avec Loisir sport Outaouais. Elles permettent aux membres FADOQ de se joindre à des groupes de marcheurs-explorateurs et de partir à la découverte de divers sites d'interprétations qui témoignent du passage des autochtones dans notre région depuis des milliers d'années.

Tout au long de l'été, les participants seront accompagnés d'un guide, d'un aîné autochtone et les sorties seront agrémentées par des cérémonies ancestrales. Toutes les randonnées sont de moins de 5 km et les groupes de marcheurs-explorateurs seront organisés en respect des consignes sanitaires.

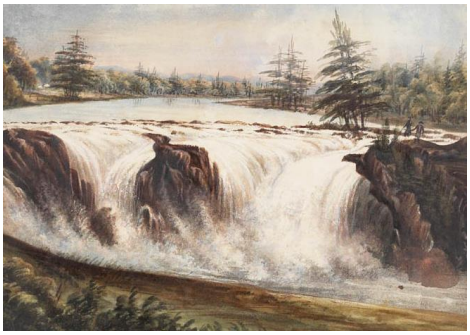
L'été est l'occasion idéale pour se retrouver au cœur de la nature et découvrir toute la richesse de la culture autochtone.

Programmation des randonnées découvertes

Mardi, le 1er juin 2021

Nous entamerons le Mois national de l'histoire autochtone en soulignant les contributions historiques des Autochtones à la naissance du Canada et la force des collectivités d'aujourd'hui.

- Randonnée vers le site de fouilles archéologiques publiques de la CCN au parc du Lac Leamy à la rencontre des rivières Gatineau et des Outaouais.
- Coût : gratuit.



Lundi, le 21 juin 2021

Nous soulignerons la Journée nationale des peuples autochtones en valorisant l'importante contribution des Premières Nations, des Inuits et des Métis à l'identité canadienne.

- Randonnée vers la loge des anciens du KUMIK jusqu'au site sacré de la chute Chaudière.
- Coût : gratuit.

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

fadoq
Région Outaouais

À nos agendas

Lundi, le 19 juillet 2021

Cette journée sera consacrée à l'exploration de la culture autochtone.

- Randonnée vers la loge des anciens du KUMIK jusqu'à l'Île Victoria (pont Du Portage).
- Coût : gratuit.

Lundi, le 9 août 2021

Nous soulignerons la Journée internationale des peuples autochtones, notamment la pluralité et l'importance des identités des peuples autochtones partout au Québec et dans le monde.

- Randonnée autour du Lac Leamy ou circuit en canot ou en kayak jusqu'aux divers points de rencontre.
- Coût : gratuit.

Autres détails importants

- Les Randonnées découvertes sont exclusives aux membres FADOQ (carte valide).
- Les membres FADOQ peuvent s'inscrire gratuitement à une ou plusieurs randonnées.
- **Inscrivez-vous rapidement car les places sont limitées,** en fonction des consignes sanitaires en vigueur.
- En cas de mauvaise température, nous communiquerons avec les participants.

Pense-bête

Sur place, apportez au besoin les items suivants :

- Masque, collation, breuvage, crème solaire, chapeau, casquette, chasse-moustiques, jumelles, appareil photo, bâtons de marche, lunettes de soleil, etc.

Inscriptions : cliquer ici !

Ou téléphonez-nous pour vous inscrire : 819 777-5774

Merci à notre collaborateur
www.cipp-fpic.com

Centre d'Innovation des Premiers Peuples

LOISIR SPORT OUTAOUAIS

Merci à notre partenaire
www.urlso.qc.ca

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

fadoq
Région Outaouais

À nos agendas

15 juin

JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LA MALTRAITANCE DES PERSONNES AÎNÉES

Votre gouvernement

Québec

AÎNÉ-AVISÉ

INVITATION AUX ATELIERS VIRTUELS

Dans le cadre de la Journée mondiale de la sensibilisation à la maltraitance envers les personnes aînées, la FADOQ - Région Outaouais vous invite à vous inscrire gratuitement à l'un des six ateliers Aîné-Avisé qui seront offerts en collaboration avec différents corps policiers de l'Outaouais.

L'objectif ? Prévenir et sensibiliser ! Peu importe notre âge ou notre situation, la maltraitance peut arriver à n'importe qui et à tout moment, surtout aux aînés.

Inscrivez-vous aux ateliers virtuels Aîné-Avisé, **c'est gratuit !**

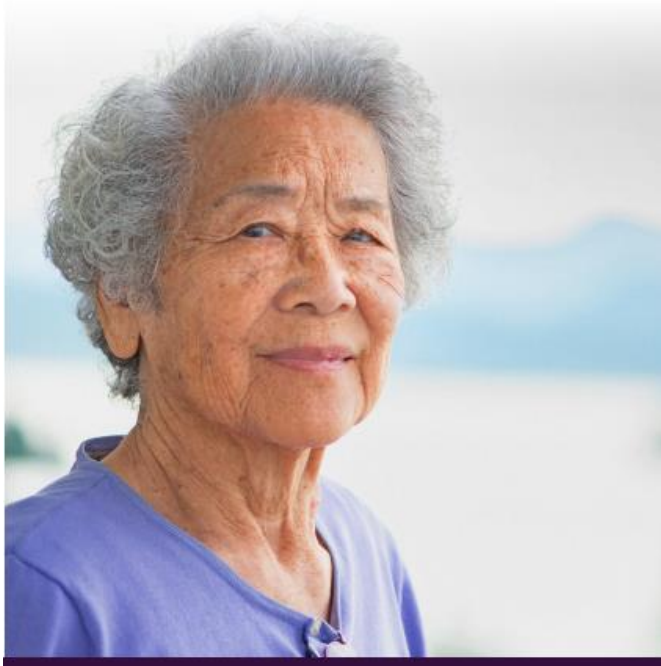
- Le 15 juin : de 10 h à 11 h ou de 13 h 15 à 14 h 15
- Le 16 juin : de 10 h à 11 h ou de 13 h 15 à 14 h 15
- Le 17 juin : de 10 h à 11 h ou de 13 h 15 à 14 h 15

En participant, vous en apprendrez davantage sur vos droits, les signes précurseurs, les démarches à entreprendre pour dénoncer une situation et bien plus.

Inscriptions : cliquer ici !

Ou téléphonez-nous pour vous inscrire : 819 777-5774

LA MALTRAITANCE
envers les personnes aînées



c'est inacceptable !
N'hésitez pas à en parler

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

fadoq
Région Outaouais

Merci à nos Grands partenaires et commanditaires

intact ASSURANCE
Auto • Habitation

SSQ assurance
Vie • Santé • Investissement

Québec

CHARTwell
résidences pour retraités

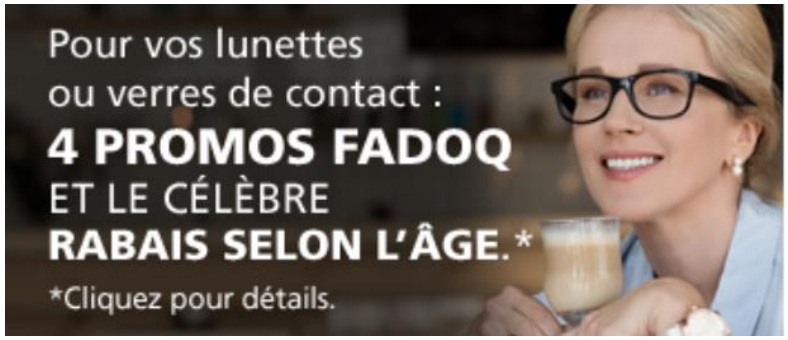
Coopérative funéraire de l'Outaouais

greiche & scaff
professionnels de la vue

GROUPE FORGET
AUDIOPROTHÉSISTES

AVEC LIBRESPACE^MD FADOQ
Obtenez des rabais et de précieux avantages pour vos assurances auto et habitation
intact ASSURANCE

SSQ assurance
Protégez vos proches... de loin
Assurance vie
sans examen médical
trouvez un conseiller



greiche & scaff
professionnels de la vue

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