

fadoq

L'infolettre

Région Outaouais



Lancement de la programmation

L'équipe de la FADOQ – Région Outaouais est fière de vous présenter sa nouvelle programmation du printemps. Nous vous proposons avant tout, de belles occasions pour se rassembler, échanger et tisser des relations d'amitié. Profitez de l'arrivée du printemps pour sortir, vous exercer et venir apprendre.

Voici donc un bref aperçu de ce qui vous est offert, en exclusivité!

Activités

- Poils et Haltères
- Cardiofit+ en Combo
- Danse en ligne
- Yoga thérapeutique et Yoga doux
- Espagnol : niveaux 1, 2 et 3
- Club de marche, de 500 et de lecture
- Cardio rythme latin
- Essentrics
- Méditation
- Ligue de billard et de Pickleball
- Peinture à l'acrylique
- Photographie

Ateliers et conférences

- Android : initiation aux tablettes et téléphones
- Apple : initiation aux tablettes et téléphones
- Place aux téléviseurs intelligents
- Jardinage : cultures en pot
- L'énergie des pierres semi-précieuses
- Mon empreinte écologique
- Virage à la voiture électrique
- Vivre avec le diabète
- L'alzheimer, un jour à la fois (offre de trois différents ateliers)

[Télécharger la trousse de la programmation](#)

[M'inscrire à la programmation](#)

Gala de danse du Club FADOQ St-Luc



Le 26 mars 2022 à Buckingham

Le Club FADOQ St-Luc invite tous les membres FADOQ à se joindre **gratuitement** à leur Gala de danse qui se tiendra le 26 mars prochain à la Salle des Chevaliers de Colomb à Buckingham, de 13 h 30 à 16 h 30.

Pour participer, vous devez absolument réserver votre place d'avance. Le nombre de personnes est limité à 120 alors n'attendez pas pour réserver!

Informations supplémentaires : (819) 790-9863.

[M'inscrire au gala](#)

Voyages prévus en 2022

Nous désirons remercier sincèrement notre cher partenaire, **Groupe Voyages Québec**, pour l'organisation de cette belle brochette de voyages prévus en 2022.

1. Les carnivals du monde : 29 et 30 avril
2. Le meilleur de Québec : 8 au 10 juillet
3. Croisière-spectacle Mexico Mexico : 26 juillet
4. Îles de la Madeleine : 26 juillet au 1er août
5. Côte-Nord et archipel de Mingan : jusqu'au bout de la 138 25 au 31 juillet
6. Escapade dans l'Ouest canadien : 27 juillet au 6 août
7. Beautés du St-Laurent : 5 au 7 août
8. Notre-Dame de Paris : 13 août
9. La Nouvelle-Écosse : 20 au 26 août
10. Le temps des pommes au cœur de la Montérégie : 22 septembre
11. Toronto et Niagara : 24 au 27 septembre
12. Boston et les châteaux de la Nouvelle-Angleterre : 9 au 12 octobre

Télécharger la trousse des voyages

Inscriptions aux voyages

Noter que les places assignées aux divers voyages sont parfois limitées.
Pour vous inscrire :

1. Passer nous voir en personne à la FADOQ - Région Outaouais :
811-D, boul. St-René Ouest, Gatineau ;
2. ou communiquer avec Chantal Fortier au (819) 777-5774, poste 202.



On cherche la crème de la crème !

Poste à combler :
Directeur(trice)
adjoint(e)



Poste à combler

Envie de changement ou d'un nouveau défi?
La FADOQ - Région Outaouais est à la recherche d'un(e) directeur(trice) adjoint(e).

Sous la supervision de la direction générale, en collaboration avec l'équipe de travail et de bénévoles, la personne titulaire de ce poste contribuera au développement stratégique de l'organisation dans le respect de ses valeurs. Ses activités principales requièreront de la polyvalence, du leadership dans le but de proposer des solutions innovantes dans le développement des services.

Acheminez-nous votre CV avant le 31 mars!

[Description complète](#)



On cherche des bénévoles en or !

Partagez votre savoir-être
et votre savoir-faire.



Bénévoles recherchés

À la FADOQ Région - Outaouais, les bénévoles sont essentiels au bon déroulement et au succès de tous nos événements. C'est pourquoi nous sommes à la recherche d'une cinquantaine de bénévoles de partout en Outaouais.

Si vous souhaitez rejoindre notre équipe de bénévoles, nous avons une place pour vous et ce, peu importe vos disponibilités. Communiquer avec la coordonnatrice des loisirs, Mme Chantal Fortier, qui se fera un grand plaisir de noter vos coordonnées.

Merci d'avance!

[En savoir plus](#)

Téléchargez l'application mobile FADOQ

Vous pourriez gagner :

- Un VR de CanaDream pour 5 nuits (valeur de 4 500 \$)
- 3 prix de 1 000 \$

TÉLÉCHARGEZ MAINTENANT



Merci à tous nos grands partenaires



Auto • Habitation



Vie • Santé • Investissement





Pour vos lunettes ou verres de contact, il existe
4 promos FADOQ!
Cliquez pour détails.



greiche & scaff
professionnels de la vue



Devenez travailleur autonome!
On recrute des conseiller(-ère)s en
sécurité financière

[Postulez](#)



LIBRESPACE™ FADOQ
Des rabais et de précieux
avantages pour vos assurances



Bien entendre, ça change tout !



**DÉPISTAGE AUDITIF
SANS FRAIS**

Valable jusqu'au 30 juin 2022.

Prenez rendez-vous
au **1-888-444-3381**



Hull • Gatineau
Aylmer • Buckingham
Shawville • Maniwaki

legroupeforget.com

**GROUPE
FORGET**
AUDIOPROTHÉSISTES

