



# Connexion

*Journal des locataires de l'Office d'habitation de l'Outaouais*

**Volume 23 No 3 - Décembre 2020**

## Nous déménageons!



L'Office d'habitation de l'Outaouais déménagera dans son nouveau bureau.

**À partir du 5 janvier 2021, nous serons situés au :  
649, boulevard de la Gappe  
Gatineau (Québec) J8T 8G1**

Le déménagement des bureaux de l'OH de l'Outaouais permettra d'améliorer ses services à la clientèle en rapatriant toutes les équipes dont l'une est actuellement située au 117, rue Carillon et l'autre au 227, chemin de la Savane. Nous avons très hâte de vous accueillir à notre nouveau siège social.



Le projet a été développé avec une orientation carbone neutre écoresponsable. Nous pouvons noter les éléments suivants : structure en acier, dalles de plancher en bois, finis des planchers en pin, éclairage naturel important, ventilation naturelle et stations de recharge pour voitures électriques.

Une attention particulière a été portée au choix des matériaux. En effet, la majorité d'entre eux ont été spécifiquement choisis afin d'être plus durables et, lorsque possible, de source locale. Finalement, le nouveau siège social de l'OH de l'Outaouais est doté du premier toit vert sur un bâtiment commercial dans la Ville de Gatineau. Un mélange de succulents est installé sur la toiture de l'édifice.

## Changement de structure du comité consultatif des résidents

La fusion des offices d'habitation à travers le Québec nous a apporté son lot de changements et votre Comité consultatif des résidents (CCR) n'y échappe pas! En effet, depuis la dernière année, les membres du CCR travaillent au changement de structure afin de respecter la Loi modifiant la Loi sur la Société d'habitation du Québec qui déclare que les OH de plus de 2 000 logements doivent créer des comités de secteur à leur CCR (Article 12 2.3 Comité consultatif et comité de secteur, paragraphe 58.6). Gérant plus de 4 000 logements en Outaouais à travers différents programmes, l'OH de l'Outaouais doit s'y conformer. C'est donc ainsi que les secteurs de l'Est et de l'Ouest ont été mis sur pied, prenant exemple sur

la division des secteurs des Services à l'entretien des immeubles. Les comités de secteur ont comme mandat « de voir à l'amélioration des services directs aux résidents (...), examiner les demandes et les plaintes qui lui sont soumises sur toute matière relative à l'entretien des immeubles et la qualité des services (...), soumettre à l'office toute recommandation utile pour remédier à un problème ainsi que tout avis relatif à la planification des travaux majeurs et au développement social et communautaire » (Loi modifiant la Loi sur la Société d'habitation du Québec – Article 12 2.3 Comité consultatif et comité de secteur, paragraphe 58.7).

Secteur Ouest	Secteur Est
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rue North;</li> <li>- Boulevard Wilfrid-Lavigne</li> <li>- Boulevard Sacré-Cœur;</li> <li>- Chemin des Fondateurs;</li> <li>- Autoroute Transcanadienne;</li> <li>- Rue Pearson;</li> <li>- Rue des Étudiants;</li> <li>- Rues Jumonville et Arthur-Buies;</li> <li>- Rues Étienne-Brulé et Le Breton;</li> <li>- Rue George Bilodeau;</li> <li>- Rues Lesage et Mutchmore;</li> <li>- Rue Mance;</li> <li>- Rue Edgar-Chénier;</li> <li>- Rues Prévost et Duhamel;</li> <li>- Rue Bégin;</li> <li>- Rue Leduc;</li> <li>- Rue Vaudreuil;</li> <li>- Rue Carillon;</li> <li>- Rue Broad;</li> <li>- Rue Robert Wright;</li> <li>- Rue Sainte-Bernadette;</li> <li>- Rue Kent;</li> <li>- Rue Duhamel;</li> <li>- Rue Hélène-Duval;</li> <li>- Rue Viger;</li> <li>- Rue Conservatoire;</li> <li>- Rue Lévesque;</li> <li>- Rue Liverpool;</li> <li>- Boulevard Mont-Bleu;</li> <li>- Rue Laval;</li> <li>- Montée Beausoleil.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rue Notre-Dame;</li> <li>- Rues Claire et Guertin;</li> <li>- Rue du Progrès;</li> <li>- Rue Saint-Pierre;</li> <li>- Rue Church;</li> <li>- Rue Jean-Louis-Champagne;</li> <li>- Rue Kemp;</li> <li>- Chemin de la Petite Nation;</li> <li>- Rue du Manoir;</li> <li>- Rue de Place Bellevue;</li> <li>- Rue de l'Hôtel-de-Ville;</li> <li>- Rues Hanson et Jean-Dallaire;</li> <li>- Rue Lambert;</li> <li>- Rue de la Baie;</li> <li>- Rue Nilphas-Richer;</li> <li>- Boulevard la Vérendrye Est et rue O'Farrel;</li> <li>- Chemin de la Savane;</li> <li>- Rues Lausanne et Lamarche;</li> <li>- Boulevards de l'Hôpital et St-René;</li> <li>- Boulevard du Mont-Bleu;</li> <li>- Rues Gouin et Graveline;</li> <li>- Rue Dupuis;</li> <li>- Rue Marengère;</li> <li>- Rues des Sables et de la Péribonka;</li> <li>- Rue Rodolphe Pelletier;</li> <li>- Rue Victor-Lacelle;</li> <li>- Rue F. X.-Bouvier;</li> <li>- Rue P. -Labine;</li> <li>- Rue Kent;</li> <li>- Boulevard Gréber;</li> <li>- Boulevard Labrosse;</li> <li>- Rue Saint-Denis;</li> <li>- Boulevard Maloney, rues Notre-Dame et Jeannine-Grégoire-Ross;</li> <li>- Rue Maclaren Est.</li> </ul>

## Mot du Comité exécutif sortant du Comité consultatif des résidents

Depuis maintenant plus de deux ans, nous travaillons activement pour tous les locataires sur différents enjeux et visons l'amélioration des milieux de vie. Ce mandat a été bouleversé par la pandémie, mais nous avons continué à faire de nos immeubles des endroits bienveillants et à encourager les mesures sanitaires en place pour la santé et la sécurité de tous. Nous vous invitons d'ailleurs à en faire de même et à vous impliquer pour faire la différence!

Gardons espoir, car après la pluie, vient le beau temps! D'ici là, nous sommes confiantes que le nouveau comité exécutif continuera à faire avancer les dossiers.

Votre comité exécutif sortant du Comité consultatif des résidents : mesdames Micheline Clément, Nicole Girard, Anita Toutloff, Mélanie Lamarche et Louise Villeneuve.

## Délégués de secteur et représentants des locataires au conseil d'administration de l'OH de l'Outaouais

Voici vos délégués de secteur :

- Secteur Est
  - Brigitte Charette
  - Micheline Clément
- Secteur Ouest
  - Louise Villeneuve
  - Chantal Tremblay

Voici les nouveaux représentants des locataires au conseil d'administration de l'OH de l'Outaouais :

- Louise Villeneuve
- Yves Dubé

Vous impliquer dans votre milieu de vie vous intéresse? Communiquez avec moi pour en savoir plus sur la vie associative ou pour être mis en communication avec le comité de votre secteur :

Amélie Cousineau  
819 568-0033, poste 550  
cousineau.a@ohoutaouais.ca

## Nouveau président de la FLHLMQ



Yves Dubé

Toutes nos félicitations à monsieur Yves Dubé, un de nos locataires, qui est devenu nouveau président de la Fédération des locataires d'HLM du Québec (FLHLMQ). Engagé depuis plusieurs années auprès du Comité consultatif des résidents (CCR) de l'Office d'habitation de l'Outaouais, monsieur Dubé saura partager ses connaissances à travers toute la province maintenant. Nous sommes très fiers de ses réalisations et lui souhaitons beaucoup de succès dans ce nouveau rôle.

## Nouvelle présente au CA de l'OH de l'Outaouais



Dominique Godbout

Toutes nos félicitations à madame Dominique Godbout qui a été élue présidente au conseil d'administration de l'Office d'habitation de l'Outaouais. Elle y agissait à titre de vice-présidente dans les dernières années.

De plus, madame Godbout vient d'être nommée présidente du conseil d'administration du Regroupement des offices d'habitation du Québec (ROHQ) où elle siégeait également à titre de vice-présidente.

Nous nous réjouissons de ces deux élections et lui souhaitons beaucoup de succès dans ces nouveaux rôles.



# Un immeuble de 26 logements bénéficie d'une cure de rajeunissement

L'Office d'habitation de l'Outaouais a remis à la disposition de la population 26 logements d'une chambre à coucher d'un projet immobilier existant qui a bénéficié d'une cure de rajeunissement. Situé sur la rue Jean-Dallaire, le projet Habitations Raymond Brunet a été complètement transformé afin de le rendre au goût du jour et plus confortable pour les occupants.



Les logements ont été offerts aux ménages sur la liste d'attente de l'OH de l'Outaouais qui les a loués à partir du 1<sup>er</sup> octobre 2020. Débutés en août 2019, les travaux de l'immeuble situé au 90, rue Jean-Dallaire sont d'envergure.

« Nous avons tout défait à l'exception de la charpente de bois et des fondations de béton. L'objectif était d'amener le bâtiment à un niveau moderne, notamment au niveau des normes, des séparations coupe-feu, etc. Nous avons eu pour objectif de corriger également certains enjeux de conceptions à l'origine », a indiqué monsieur Alexandre Héroux-Thériault, directeur des services techniques à l'OH de l'Outaouais.



Pendant la reconstruction

« Il y avait, entre autres, un problème de luminosité dans le bâtiment. Nous avons donc inséré des murs

rideaux dans les cages d'escalier afin de faire pénétrer le maximum de lumière naturelle et nous avons ajouté de l'éclairage blanc et des couleurs pâles dans le corridor. Parmi les nouveautés, nous avons créé une salle communautaire afin d'encourager les locataires à mettre en place une association de locataires dans l'immeuble », a-t-il ajouté.

Les logements ont également été transformés grâce à la remise à neuf des cuisines et des salles de bain, ainsi que l'ajout des portes-patio et des échangeurs d'air très compacts avec un système de contrôle central, ce qui va aider à assurer la qualité d'air. D'ailleurs, cette dernière sera préservée dans tout le bâtiment, car celui-ci a été identifié comme le premier immeuble non-fumeur de l'OH de l'Outaouais.



« Depuis quelques années, nous donnons aux requérants la possibilité de cocher dans leur demande de logement s'ils sont intéressés ou non à habiter dans un logement sans fumée. Grâce à la création d'édifices sans fumée, les locataires qui le souhaitent auront la possibilité de vivre dans un environnement libre de fumée de cannabis et de tabac. Ceci s'inscrit dans notre volonté d'être à l'écoute des besoins de nos locataires », a conclu monsieur Mario Courchesne, directeur général de l'OH de l'Outaouais.

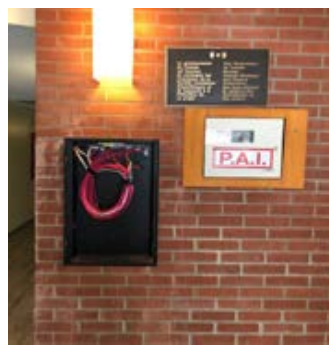


# Remplacement d'un système d'alarme incendie

Dans le but d'augmenter la santé et la sécurité des locataires, nous avons remplacé le système d'alarme incendie afin de le rendre aux normes du jour. Nous avons effectué ces travaux dans plusieurs ensembles immobiliers en 2020, c'est notamment le cas de :

- Résidence Laurent-Bissonnette (Papineauville)
- Villa des Cèdres (Chénéville)
- Habitation du Côteau (Sainte-Cécile-de-Masham)
- Habitation Les Pins (Lac-des-Loups)

Nous prévoyons faire les mêmes travaux à la résidence L'Oasis, à Grand-Remous, en 2021.



## Chute à déchets

Les services à l'entretien des immeubles enregistrent un volume de demande de déblocage important suite à des chutes à déchets obstruées. Les locataires des ensembles immobiliers en hauteur ont le « **privilege** » de pouvoir utiliser une chute à déchet leur permettant de se départir des déchets non recyclables et non compostables directement du corridor de leur étage. Cet avantage vient toutefois avec certaines obligations.

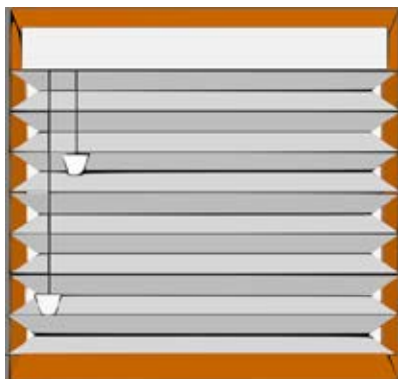
### Sacs permis

Les déchets doivent être rangés dans des sacs de poubelle de maximum 20 pouces de largeur et 22 pouces de hauteur (voir l'exemple à droite). De plus, les sacs doivent être bien scellés. Aucun déchet hors sac n'est permis dans la chute à déchet.



### Objets interdits

Plusieurs objets sont interdits dans la chute à déchets. Voici quelques exemples ci-dessous :



**En récapitulatif, seulement les objets placés dans des sacs de poubelle scellés de 20 x 22 pouces sont acceptés dans la chute à déchet.** Si l'objet dépasse le sac indiqué ci-dessus, le locataire doit se rendre à l'extérieur de l'immeuble où se trouvent des contenants à déchets et recyclage. D'ailleurs, nous vous invitons à trier vos déchets.

Si vous apercevez des locataires fautifs, nous vous invitons à nous signaler les faits au 819 568-0033, poste 507. Tous les locataires risquent d'être pénalisés si les demandes de déblocage se poursuivent et que la chute à déchet devient condamnée.

### Frais

Veuillez prendre note qu'une personne qui ne respecte pas les règles mentionnées ci-dessus pourra recevoir une facture de la part de l'OH de l'Outaouais. En effet, débloquer une chute à déchets représente des coûts importants et les frais pourront donc être facturés au locataire fautif.

# Déneigement

Nous travaillons avec des entreprises qualifiées pour assurer le déneigement des stationnements. **Le plan de déneigement de votre ensemble immobilier sera affiché à l'entrée principale de votre immeuble.**

Voici les entreprises retenues par l'OH de l'Outaouais qui effectueront le déneigement au sol pour la saison 2020-2021.

SECTEUR/VILLE	ADRESSE	ENTREPRISE / PERSONNE
Buckingham	* Church * Jean-Louis-Champagne	Paysagiste En vert et Fils inc. 819 665-0159 ou 819 665-0342 <a href="mailto:Info@paysagisteenvert.com">Info@paysagisteenvert.com</a>
	* Maclaren Est	ALG Développement 819 208-0221 <a href="mailto:Algdevelopment@outlook.com">Algdevelopment@outlook.com</a>
Masson-Angers	* Saint-Pierre * Victor-Lacelle	Paysagiste En vert et Fils inc. 819 665-0159 ou 819 665-0342 <a href="mailto:Info@paysagisteenvert.com">Info@paysagisteenvert.com</a>
Gatineau	* De la Péribonka * Labrosse * Du Progrès * Des Sables * La Vérendrye * Saint-Denis * Dupuis * Maloney Est * O'Farrell * Gouin * Notre-Dame * Graveline * Jeannine-Grégoire-Ross	Paysagiste En vert et Fils inc. 819 665-0159 ou 819 665-0342 <a href="mailto:Info@paysagisteenvert.com">Info@paysagisteenvert.com</a>
	* P.-Labine * St-René * De l'Hôpital * Du Mont-Royal * De la Baie	ALG Développement 819 208-0221 <a href="mailto:Algdevelopment@outlook.com">Algdevelopment@outlook.com</a>
	* 227, de la Savane * Lausanne/Lamarche * Guertin * Nilphas-Richer * Marengère * Claire	Pavage Gadbois 819 776-5331 <a href="mailto:Info@pavagegadbois.ca">Info@pavagegadbois.ca</a>
	* 240, Notre-Dame * Fortin	Déneigement LMS Multi-Travaux 873 376-1414 <a href="mailto:loumar17@hotmail.fr">loumar17@hotmail.fr</a>
	* William * Gréber	Scellant Millenium 819 665-7708 <a href="mailto:Info@fondationsmconstant.com">Info@fondationsmconstant.com</a>
Hull	* Bégin * Duhamel * Prévost * Leduc * Lambert * Viger * Mutchmore * Jean-Dallaire * Hanson * Étienne-Brûlé * Lesage * Arthur-Buies * Edgar-Chénier * Le Breton * Vaudreuil * Jumonville * Sacré-Cœur * Carillon * Des Étudiants * Georges-Bilodeau * Mance	Déneigement Techni-Snow inc. 819 682-8868 <a href="mailto:melanie@techni-snow.ca">melanie@techni-snow.ca</a>
	* Liverpool	Déneigement LMS Multi-Travaux 873 376-1414 <a href="mailto:loumar17@hotmail.fr">loumar17@hotmail.fr</a>
	* Mont-Bleu	Excterra 613 682-7569 <a href="mailto:excterra@gmail.com">excterra@gmail.com</a>
	* 75, rue Lesage	Scellant Millenium 819 665-7708 <a href="mailto:Info@fondationsmconstant.com">Info@fondationsmconstant.com</a>
Aylmer	* Broad * North * Conservatoire * Pearson * Robert-Wright * Wilfrid-Lavigne	Excterra 613 682-7569 <a href="mailto:excterra@gmail.com">excterra@gmail.com</a>
Val-des-Monts	* 3, chemin Manoir	Entreprises P. Surette 819 671-2137
Papineauville	* 170, rue Laval	Entretien ML 819 790-0651 (stationnement seulement)
Fassett	* 27, rue Kemp	Entretien ML 819 790-0651 (stationnement seulement)
Thurso	* 280, rue de l'Hôtel de Ville	Transport Michel Deschamps et fils 819 985-2936 (stationnement seulement)
Grand-Remous	* 1346, route Transcanadienne	M. Serge Gauvreau (locataire)
Chénéville	* 94, chemin de la Petite-Nation	Les Entreprises A. Turpin 819 428-4726 (stationnement seulement)
La Pêche	* 10, chemin des Fondateurs * 96, montée Beausoleil	Construction Bruno Drouin 819 456-2487
Val-des-Bois	* 103, place Bellevue	Entreprise Michel Neaut 819 454-2310 ou 819 665-9222 (stationnement)



## Déneigement - suite

Lors de chute de neige de plus de cinq centimètres, le déneigeur affichera les avis de déneigement complet à l'entrée principale de votre immeuble **24 heures avant le ramassage final**. Lors d'un déneigement complet, il est très important de respecter l'heure inscrite sur l'avis et d'enlever votre voiture du stationnement afin que tous les locataires puissent bénéficier de la sécurité d'un stationnement bien dégagé.

Pour les locataires de maisonnettes, le déneigeur affichera les avis de nettoyage sur les poteaux à l'entrée des stationnements.

Si vous souhaitez utiliser le stationnement de votre immeuble, **vous devez posséder une vignette valide**. Pour obtenir votre vignette, contactez l'OH de l'Outaouais au 819 568-0033, poste 521. **Attention!** Tout véhicule se trouvant dans un de nos stationnements sans vignette ou, encore, mal stationnée, pourrait recevoir **une contravention de la sécurité publique!**

### Ville de Gatineau

Nous vous rappelons que du **1<sup>er</sup> décembre au 1<sup>er</sup> avril inclusivement, entre minuit et 6 heures**, il est défendu de stationner dans les rues de la ville, à moins que vous vous soyez procuré un permis de stationnement auprès de la Ville de Gatineau, au coût de 85 \$. Les détenteurs de ce permis devront toutefois se trouver une solution de rechange lorsqu'un avis d'accumulation de neige au-delà de cinq centimètres au sol est annoncé. Pour plus d'information, composez le 311.

## Le projet Vert chez moi

Le projet Vert chez moi est de retour pour l'année 2021! Il s'agit des jardins communautaires dans votre milieu de vie.

Si vous êtes intéressé à recevoir le projet dans votre ensemble immobilier, contactez-nous!

Karine Bernard, intervenante communautaire  
819 568-0033, poste 548



## Des dessins de Noël

Les membres de l'association des locataires Les gens actifs du 165, boul. Mont-Bleu ont réalisé des dessins avec de la peinture lavable à l'entrée de leur immeuble. Quelle belle initiative pour partager la joie avec leurs voisins!



# Communauto

Communauto, c'est quoi? Il s'agit de la location d'un véhicule en libre-service avec ou sans réservation.

Inscrivez-vous et louez un véhicule à petit prix. La location peut durer entre 30 minutes et 30 jours.

Pour plus d'informations sur le service, communiquez avec Communauto : 1 877 496-1116.



En partenariat avec Communauto, des points de services ont été installés dans les stationnements de deux des immeubles de l'Office d'habitation de l'Outaouais :

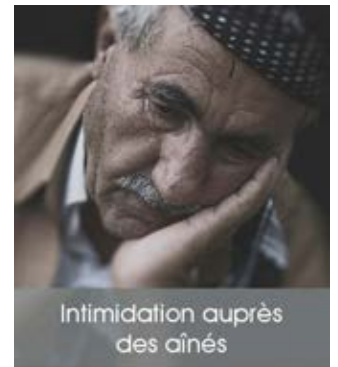
- 40, boulevard Sacré-Coeur;
- 155, boulevard Mont-Bleu.

## Offre exclusive pour les résidents de l'OH de l'Outaouais

À l'utilisation du code promotionnel « OHO », obtenez 40 \$ de rabais sur la cotisation annuelle d'une nouvelle inscription. Pour vous inscrire, appelez Communauto au 1 877 496-1116.

# Les défis du vivre ensemble

La vie en société, particulièrement dans les ensembles immobiliers regroupant un nombre important d'individus, peut être porteuse de problématiques. La cohabitation harmonieuse exige ouverture d'esprit, tolérance et communication de la part de chacun. À cet égard, l'OH de l'Outaouais a préparé une série de dépliants qui aborde différents défis du vivre ensemble. Vous pouvez les consulter sur le site Web de l'organisme : [www.ohoutaouais.ca](http://www.ohoutaouais.ca).





## Maison communautaire Daniel-Johnson



À la MCDJ, nous suivons les directives de la santé publique.

L'équipe de la MCDJ est là pour vous du mardi au jeudi de 9 h à 16 h 30 (fermé de 12 h à 13h ). Nous serons fermées du 22 décembre 2020 au 11 janvier 2021.

Au nom du conseil d'administration et de l'équipe de travail, nous désirons vous souhaiter un beau temps des fêtes.

Quand décembre revient, il ramène avec lui le temps des fêtes et son cortège d'émotions et de sensations nouvelles. Nous regardons les lumières de Noël scintiller. Certains jours, la neige crisse sous nos pas et l'air frais et vivifiant nous emplit les poumons.

Les temps sont difficiles. Il est vrai que nous vivons une période de grande incertitude avec cette COVID-19.

Malgré la pandémie, malgré la distanciation, malgré l'impossibilité de voir et de coller tous les gens qui nous sont si précieux à nos cœurs, nous souhaitons que le temps des fêtes soit l'occasion de bonheur, de joie, de paix, de solidarité et surtout de la santé!

Amitiés et souhaits chaleureux pour ces fêtes de fin d'année,

Rachel Larocque, MCDJ



## Les Enfants de l'Espoir de Hull



Le centre d'aide aux familles « Les Enfants de l'Espoir de Hull » offre une panoplie d'activités pour les enfants de 0 à 12 ans et pour les familles de l'île de Hull. Vous trouverez, une équipe accueillante, des ateliers originaux et toujours quelqu'un pour vous accompagner et vous soutenir.

HEURES D'OUVERTURE :

LUN-VEN : 8 h 30-16 h 30

**Bureaux : 305, rue St-Rédempteur, J8X 2T4**

**Activités : Chalet Dupuis**

**Adresse postale : 36, rue Mance, J8X 4A3**

Téléphone : 819 778-5259

Télécopieur : 819 778-7409

Site Web : [www.enfantsdelespoirhull.org](http://www.enfantsdelespoirhull.org)

Courriel : [info@enfantsdelespoirhull.org](mailto:info@enfantsdelespoirhull.org)

Pour les enfants :

**Ateliers de stimulation et de préparation à l'école pour les 18 mois à 5 ans**

Permet à l'enfant de se préparer à un milieu de garde et de favoriser son développement global.

LUN-MAR : 9 h - 11 h 30

**Activités parascolaires 6-12 ans**

Permet aux enfants de participer à des activités physiques, sociales, culinaires, artistiques et éducatives.  
 \*Heures à déterminer.

**Samedi en activités 6-12 ans**

Permet aux enfants de participer à des activités sportives.  
 SAM: 9 h - 12 h

Pour les parents :

Permet aux parents de socialiser et de développer de nouvelles compétences et habitudes.

- Cuisines collectives / Cuisines économiques / Cuisines

multiculturelles (Formule adaptée, sur inscription seulement)

- Ateliers récréatifs et de support
- Cours d'habiletés parentales Y'APP sur demande

**Petit message des membres de l'équipe des Enfants de l'Espoir de Hull :**

Nous tenons à vous rassurer que nous sommes toujours présents pour les familles de la communauté malgré la pandémie de la Covid-19. Nous poursuivons nos activités grâce à quelques modifications apportées afin de les rendre sécuritaires et conformes aux règlements de la Santé publique.

Nous savons que ce sont des moments difficiles que nous vivons présentement et nous demeurons disponibles pour toutes questions et demandes.

Vous pouvez nous rejoindre en tout temps du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 30 par téléphone, par courriel ou sur notre page Facebook.

# La Maison de l'Amitié de Hull



58. rue Hanson, J8Y 3M5  
Téléphone : 819 772-6622  
maisonamitiehull@videotron.ca

En cette période de pandémie,  
il y a des moments plus difficiles.  
Nous sommes là pour vous.  
Si vous demeurez dans le quartier  
Jean-Dallaire/Hanson, n'hésitez pas  
à nous contacter au 819 772-6622  
ou venir nous voir.

## Noël de l'Amitié

Cette année le Père Noël ira chez vous!  
Il débarque dans votre quartier juste pour vous!  
Animation et surprises.

Inscrivez votre enfant : 819 772-6622

**Date limite d'inscription : Lundi 14 décembre 2020**

## SKI COOL : pour les 9-13 ans!

Initiation au ski de fond

Inscriptions sur place à partir de décembre 2020

15 \$ pour 6 dimanches, incluant une participation à la  
compétition de la Gatineau Loppet

## Ateliers tricot

Les lundis tricot en matinée. Venez apprendre et  
rencontrer de nouvelles personnes.

Pour vous inscrire : Gabriela 819 772-6622

## Camp de mars 2021

Enfants 6-12 ans du quartier Jean-Dallaire

Inscriptions à partir de la fin janvier 2021

## Les mercredis en folies

Pour les 6-12 ans

C'est gratuit et amusant. Informez-vous!

Contactez : Gabriela ou Shanie

## Place aux Ados

Pour les 11-17 ans

Tous les jeudis soir de 18 h à 21 h

Table babyfoot, air-hockey, musique, jeux, nourriture

Contactez : Nadine

# Le Tremplin des lecteurs



Le Tremplin des lecteurs est un organisme de bienfaisance  
enregistré qui offre une formation de base en français,  
mathématique et informatique aux adultes de 16 ans et  
plus afin de favoriser leur retour aux études ou sur le  
marché du travail.

160, boul. Maloney Est, unité 12

Gatineau (Québec) J8P 1C1

819 643-0745

[www.tremplindeslecteurs.org](http://www.tremplindeslecteurs.org)

[www.facebook.com/letremplindeslecteurs](https://www.facebook.com/letremplindeslecteurs)

## Nouveauté!

Formation de base offerte en ligne également.

## Formation présecondaire

Formation adaptée aux besoins de nos apprenants et  
gratuite.

- Ateliers de français et de mathématiques, des  
ateliers d'enrichissement, des sorties éducatives et  
plus encore!
- Ateliers d'alpha-francisation / Ateliers de francisation  
(inscription en tout temps).

## Ateliers d'informatique de base

Cet atelier est destiné aux personnes qui ont peu ou pas de  
connaissances en informatique que ce soit sur ordinateur

ou sur un appareil mobile (tablette ou téléphone).  
L'atelier se donne en petits groupes (maximum cinq  
personnes par groupe) une fois par semaine à raison de  
2 h par atelier sur une période de quatre semaines. Cet  
atelier a pour but de vous apprendre les notions de base  
en informatique, l'utilisation du système d'exploitation,  
l'utilisation d'internet (navigation, recherche), les  
réseaux sociaux et les courriels ainsi que tout ce qui a  
trait à votre appareil mobile (Android et/ou Apple).

Plusieurs groupes seront offerts durant l'année scolaire  
2020-2021. Pour informations, veuillez nous appeler  
au 819 643-0745 ou nous envoyer un courriel à  
[tremplindeslecteurs@hotmail.com](mailto:tremplindeslecteurs@hotmail.com).

# Centre Action Générations des Aînés de la Vallée-de-la-Lièvre



390, avenue de Buckingham  
Gatineau (Québec) J8L 2G7

Téléphone : 819 281-4343  
Télécopieur : 819 281-4344

Courriel : [centregenerationsdesaines@videotron.ca](mailto:centregenerationsdesaines@videotron.ca)  
Site Web : [centreactiongenerationsdesaines.com](http://centreactiongenerationsdesaines.com)

Le Centre Action Générations des Aînés de la Vallée-de-la-Lièvre est un organisme dont la mission est de favoriser le bien-être, l'autonomie et l'épanouissement des aînés de la Vallée-de-la-Lièvre. L'ensemble de nos services vise le plein potentiel de l'aîné dans son désir de demeurer chez soi le plus longtemps possible.

## Territoire

Nous desservons le territoire de la Vallée-de-la-Lièvre : les secteurs **Buckingham** et **Masson-Angers** de la Ville de Gatineau, les municipalités de **Thurso**, Lochaber partie Ouest, L'Ange-Gardien, Mayo, Mulgrave & Derry, Notre-Dame-de-la-Salette, **Val-des-Monts** (secteur de Poltimore), **Val-des-Bois** et Bowman.

## Nos services :

- L'accompagnement-transport

Ce service est destiné aux aînés pour les accompagner à des rendez-vous médicaux ou thérapeutiques ainsi qu'à notre café-rencontre du Centre du Sourire. Ce service s'adresse aux personnes de 55 ans et plus ayant des pertes d'autonomie temporaires et/ou permanentes et qui demeurent à domicile. Il est également offert aux

personnes de 50 ans et plus qui ont des problèmes de santé physique, de santé mentale, ayant un profil gériatrique, une déficience intellectuelle ou qui est en convalescence.

- Le service de la Bouff' Mobile

Notre service de Bouff' Mobile offre des repas frais ou congelés à domicile, et ce, du lundi au vendredi. Ce service s'adresse aux personnes de 55 ans et plus ayant des problèmes de santé, en convalescence, étant moins motivées à préparer leur repas, étant proches aidants. Il est également offert aux personnes de 50 ans et plus qui ont des problèmes de santé physique, de santé mentale, ayant un profil gériatrique ou une déficience intellectuelle.

- Programme d'aide aux aînés vulnérables et à risque d'exclusion (PAVRE)

Deux travailleuses de milieu dont le mandat est de briser l'isolement que peuvent vivre les personnes aînées tout en encourageant leur autonomie, en favorisant leur pouvoir d'agir sur leur vie et ainsi leur permettre de demeurer à domicile le plus longtemps possible.

## Marché communautaire Aylmer

Initié par les Partenaires du secteur Aylmer, Le Marché communautaire Aylmer vise à offrir des aliments frais à coût abordable et à proximité aux familles et personnes d'Aylmer, prioritairement celles vivant dans les quartiers défavorisés et les déserts alimentaires.

Chaque semaine, nous offrons des paniers d'aliments frais que vous pouvez commander en ligne ou par téléphone et que vous recevrez chaque lundi! De plus, vous aurez accès à du contenu sur la saine alimentation et les habitudes de vie, pour cultiver le plaisir dans la cuisine, en plus de recettes alléchantes pour faciliter l'utilisation des aliments.

Nous avons notre programme « Saine Alimentation » pour les personnes ayant des problèmes de santé tels

que le diabète, le syndrome métabolique, les maladies cardiovasculaires ou encore, un taux de cholestérol élevé. Ce programme offrira 15 semaines de paniers gratuits aux personnes, en plus d'offrir un service de conseils personnalisés.

Si vous avez des questions, des suggestions ou encore, des commentaires, notre assistante Virginie se fera plaisir de vous écouter, de vous aider et de répondre à vos demandes.

Virginie Gauthier: 873 655-2763  
[assistante.partenairesaylmer@gmail.com](mailto:assistante.partenairesaylmer@gmail.com)  
[www.marcheaylmermarket.ca](http://www.marcheaylmermarket.ca)



## Climatiseurs



Pour la période estivale, l'OH de l'Outaouais permet l'installation de climatiseurs dans les logements. Toutefois, ils doivent être retirés au plus tard le 31 octobre de chaque année. Merci de votre collaboration.

## Sapin de Noël



Par mesure de sécurité, il est interdit d'avoir un sapin de Noël naturel. Nous vous remercions de votre collaboration.

## Chers locataires



Le conseil d'administration et les employés de l'Office d'habitation de l'Outaouais vous souhaitent un joyeux temps des Fêtes.

Tous nos meilleurs vœux de santé, bonheur et prospérité pour l'année 2021!

## HEURES D'OUVERTURE DES BUREAUX :

Modifiées à cause de la pandémie, consultez le site Web pour plus de détails.

## Attention! Les bureaux seront fermés :

À compter de 11 h le 23 décembre 2020 jusqu'au 4 janvier 2021 inclusivement – Fêtes de fin d'année  
2 avril 2021 – Vendredi saint  
5 avril 2021 – Lundi de Pâques



Office  
d'habitation  
de l'Outaouais

## NOUVELLE ADRESSE À PARTIR DU 5 JANVIER 2021 :

**649, boulevard de la Gappe  
Gatineau (Québec) J8T 8G1**

**819 568-0033**

[www.ohoutaouais.ca](http://www.ohoutaouais.ca)



OHOutaouais

Ce journal est distribué aux locataires de l'Office d'habitation de l'Outaouais.

Il est publié trois fois par année et est disponible en téléchargement sur [www.ohoutaouais.ca](http://www.ohoutaouais.ca).

Merci à toutes les personnes et tous les organismes qui ont collaboré à ce numéro.

Dépôt légal  
Bibliothèque nationale  
ISBN 1491-1825