

28^e édition de la journée Viactive en Outaouais

**Au Domaine des Trembles
250, Boulevard Saint-Raimond**

Mercredi 17 mai 2017

INVITATION À TOUS LES REGROUPEMENTS ET LES PARTICIPANTS DE VIACTIVE

Pour qui: Les 50 ans et plus, participant régulièrement aux pauses Viactive

Quand: Heure d'arrivée: 8 h 30
Heure de départ: 15 h 15

Parcours: Parcours court (marche) : Visite de la Ferme Moore
Parcours long (marche) : Vue sur la rivière

**Les participants retourneront au Domaine pour le dîner.
Une boîte à lunch sera remise à chacun.**

Objectif: Nous voulons faire de ce rassemblement, une Journée Viactive
remplie de surprises, de belles rencontres et d'activités.

Activités: Kiosques santé/artisanats (\$ \$ \$), danse en ligne, prix de présences

IDENTIFICATION DES REGROUPEMENTS

IDENTIFIÉ VOTRE REGROUPEMENT DE FAÇON LOUFOQUE



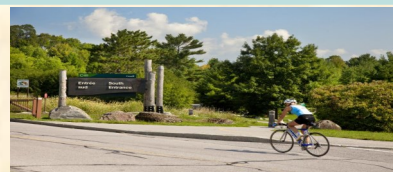
Date limite d'inscription: VENDREDI 24 MARS 2016

AU PLAISIR DE VOUS COMPTER PARMİ NOUS



Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de l'Outaouais

Québec



FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Nom du club ou de l'organisme: _____

Nom, prénom de la personne contact: _____

Courriel de la personne contact: _____

Numéro de téléphone du responsable: _____

Nombre de participants: _____ x **30 \$** = _____ **\$**

TRANSPORT ET LIEU D'EMBARQUEMENT:

Adresse complète du lieu d'embarquement (**1 seul lieu par regroupement**)

Numéro de rue _____ Nom de la rue _____

Ville _____ Code Postal _____

Politique de remboursement: Il n'y a aucun remboursement des inscriptions effectuées.

Coût: 30 \$

Ce montant inclut;

->Transport ->Café ->Muffin ->Marche ->Dîner ->animation musicale
->cadeaux de présence ->beaucoup de plaisir!

Veillez retourner ce formulaire d'inscription avant le 24 mars 2017.

Nous acceptons des paiements;

->Comptant

->Chèque libellé à l'ordre de « ARO » et le faire parvenir à l'adresse suivante:

Académie des retraités de l'Outaouais
Martine Alie Patry, Conseillère Viactive
331, boul. Cité-des-Jeunes, Gatineau, Qc J8Y 6T3
Téléphone: 819 420-0202 Télécopieur: 819 777-5090
Courriel: aro2.viactive@videotron.ca
site web: www.academiedesretraites.ca

***Veillez noter que nous acceptons les inscriptions par téléphone et les paiements par carte de crédit**

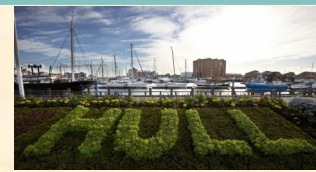


Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de l'Outaouais

Québec

Déroulement détaillé de la journée

Heure	Activité
8 H 30	Accueil dans les autobus
9 H 00	Accueil dans le chapiteau
9 H 30	Mot de bienvenue
9 H 40	Tirage des prix des présences
9 H 50	Échauffement
9 H 55	Bénédiction de la marche
10 H 00	<p>Départ de la marche</p> <p><u>Parcours long : sentier 1</u></p> <p>Marcher en direction de la rivière 10 H 40 : Suggestion de départ de la rivière 10 H 55 : Suggestion d'arrivée à la ferme Moore (temps libre, visite) 11 H 10 : Suggestion de départ de la Ferme Moore</p> <p><u>Parcours court: sentier 2</u></p> <p>10 H 15 : Arrivée à la Ferme Moore 10 H 20 : Nous allons former 3 groupes et vous attirer un guide 10 H 25 : Visite des terrains et de la ferme avec votre guide 10 H 55 : Temps libre pour les kiosques et les toilettes 11 H 10 : Suggestion de départ de la Ferme Moore</p> <p>* Les heures et parcours sont des suggestions, vous êtes libre d'emprunter le parcours que vous désirez ainsi que de décider du moment que vous prenez le chemin du retour.</p>
11 H 30	Arrivée au Domaine des Trembles
11 H 45	Dîner / Animation musicale / Vente de billet pour divers prix à gagner
12 H 20 à 12 H 30	Chorégraphie-Angèle Péloquin
12 H 45 à 14 50	Animation musicale / Danse / Billard / cartes / etc
12 H 45 à 13 H 45	Atelier Saines habitudes de vie
13 H 45	<p><u>Prise de photo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 13 H 45: ◆ 13 H 50: ◆ 13 H 55: ◆ 14 H 00: ◆ 14 H 05: ◆ 14 H 10: ◆ 14 H 20: ◆ 14 H 25: ◆ 14 H 30: ◆ 14 H 35: ◆ 14 H 40: ◆ 14 H 45: ◆ 14 H 50:
14 H 00 à 14 H 30	Présentation du Domaine des Trembles
15 H 00	Mot de clôture
15 H 15	Retour aux autobus
*Plusieurs choix d'activités s'offrent à vous en après-midi. Vous êtes libres de choisir laquelle vous désirez faire.	
<u>Bon retour!</u>	



28^e édition de la journée Viactive en Outaouais

Au Domaine des Trembles, Chartwell

Mercredi 17 mai 2017

RAPPEL DES CONSIGNES

Bonjour à tous,

Nous sommes heureux de vous accueillir en grand nombre à la 28^e édition de la Journée Viactive en Outaouais au Domaine des Trembles . Nous désirons vous rappeler quelques consignes pour assurer le bon déroulement de l'événement.

Les responsables de regroupements doivent prendre en charge leur groupe dans le but de;

- ♦ Rappeler aux participants de s'habiller confortablement pour marcher, selon la température et le sentier choisis (souliers, bottes, imperméables, chasses-moustiques, etc.). Les effets personnels peuvent être laissés aux tables à l'aréna **toutefois, nous ne sommes pas responsables des articles perdus ou volés.**
- ♦ Demander aux participants d'arriver au lieu d'embarquement au moins **15 minutes avant l'heure du départ** de l'autobus. **Nous n'attendrons pas les retardataires.** Le tableau de tous les transports sera annexé pour consultation. Les responsables s'assurent également que tous leurs membres soient présents au départ et au retour en autobus.
- ♦ Demander aux participants **d'attendre dans l'autobus** à l'arrivée au Domaine. **Quelqu'un viendra directement dans l'autobus pour souhaiter la bienvenue, donner les directives de la journée et remettre les enveloppes** qui contiennent les coupons pour la collation du matin, les coupons de tirage, le plan de la salle, les renseignements sur les parcours. Les participants seront ensuite invités à **se regrouper aux tables qui leur sont assignées.** Bref, nous avons fait tous les efforts possibles pour accommoder les participants.

Nous vous remercions grandement de votre contribution à la réussite de la 28^e édition de la Journée Viactive en Outaouais.

**PROFITONS DE CETTE JOURNÉE VIACTIVE DU 17 MAI 2017 POUR VOUS
AMUSER, CAR LE PLAISIR EST AU RENDEZ-VOUS !**



Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de l'Outaouais

Québec