



Cabane à sucre - Le Domaine de l'Ange-Gardien



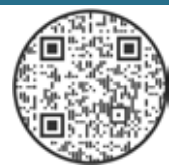
Cuisine collective



Rassemblement à Québec

LE SOMMAIRE

Mot de direction	2	Les usagers du transport adapté...STO	9
Rassemblement à Québec	3	Bénévolats à l'ADOO	9
Appeler ISEP via le SRV	4	Cuisine collective	10
Candidats pour siéger au C.A.	5	Cercle de parole	11
Microsoft ferme la plateforme Skype	6	Nature accessible - grâce au Relais plein Air	11-12
Sortie traditionnelle à la cabane à sucre	7	Journée internationale des droits des femmes	13
Soirées sociales	8	Sensibilisations	14-15



Mot de la direction



Je suis François Marchand, le tout nouveau directeur de l'ADOO, tout droit sorti du four. Je prendrai la relève de Carole Normand, qui a travaillé avec vous depuis les 18 dernières années.

Mon parcours professionnel s'est construit autour d'une conviction simple : améliorer un peu le monde, sans trop se prendre au

sérieux. Titulaire d'un baccalauréat en travail social à l'Université du Québec en Outaouais et d'une maîtrise en sciences politiques à l'Université d'Ottawa (oui, je suis allé des deux côtés de la rivière!), j'ai passé ces quinze dernières années à collaborer avec diverses communautés en tant qu'organisateur communautaire, professionnel de recherche et enseignant universitaire. Tout ce temps passé sur le terrain et dans les livres, m'a permis d'affiner mes compétences en matière de mobilisation citoyenne, de gestion de projets et de défense collective des droits—et parfois même de réussir à convaincre des gens de travailler ensemble, parce que c'est comme ça que les choses peuvent changer, en travaillant ensemble.

Dans mon parcours, j'ai eu le plaisir de jongler avec des responsabilités variées en gestion de bénévoles, gestion financières, animation d'ateliers et communication (sans oublier les inévitables "toutes autres tâches connexes!"). Ah oui, j'oubliais de vous dire que j'aime beaucoup les recherches conscientisantes, que certains appellent "recherche-action". J'en ai coordonné une pour faciliter l'accès aux soins et services sociaux à Gatineau. Il se pourrait donc que vous m'entendiez en parler de temps à autres, et pourquoi pas, en faire une ensemble !?!?

Du côté universitaire, j'ai contribué à des projets sur la transition socioécologique et l'intervention communautaire, confirmant une fois de plus que, parfois, les chercheurs peuvent avoir les pieds sur terre.

Toujours passionné par l'éducation citoyenne, j'ai prolongé mon séjour sur les bancs d'école avec une scolarité doctorale en sociologie, où j'ai étudié les pratiques citoyennes dans les milieux communautaires auprès des enfants. Eh oui, pour moi chaque voix mérite d'être entendu, y compris celle des enfants et même celles qui chantent un peu faux. Comme la mienne par exemple.

Ma décision de devenir directeur de l'Association de l'Ouïe de l'Outaouais (ADOO) s'inscrit naturellement dans ce parcours. C'est une chance pour moi de défendre et promouvoir les droits des personnes sourdes et malentendantes, tout en sensibilisant le public et les décideurs sur leurs besoins spécifiques. J'aborde cette mission avec enthousiasme, déterminé à créer un environnement de travail agréable, collaboratif et où l'humour est toujours le bienvenu. Parce que finalement, travailler ensemble dans la bonne humeur, c'est toujours plus efficace pour faire bouger les choses!

Au grand plaisir de vous rencontrer très bientôt dans les activités!

François Marchand





Rassemblement à Québec : Pour des services publics accessibles et inclusifs



Le 9 avril 2025, une grande coalition de citoyens, groupes membres et alliés s'est réunie devant l'Assemblée nationale à Québec. Cet événement, organisé par le Regroupement des groupes populaires en alphabétisation du Québec (RGPAQ), a permis de déposer la déclaration "Traversons l'écran pour que l'humain demeure au cœur des services publics", accompagnée de 12 804 signatures en soutien à des services publics plus accessibles et humains.



Cette journée a mis en lumière un problème important : trop de Québécois et Québécoises sont laissés de côté par le virage numérique. Le RGPAQ et ses alliés rappellent au gouvernement que les services publics doivent être accessibles à tous, peu importe le niveau de littératie ou les compétences numériques.

Ryan et Michael de l'équipe de l'ADOO ont participé à ce rassemblement et ont soutenu les

efforts. Ce rassemblement a permis de proposer des solutions pour améliorer l'accès aux services publics :

- Garantir des services en personne
- Simplifier les démarches administratives
- Offrir un accès abordable à Internet et aux outils numériques
- Soutenir l'apprentissage de la lecture, de l'écriture et des technologies

Plus de 300 personnes étaient présentes pour exprimer leur soutien et faire entendre leurs voix. Le message est clair : personne ne doit être exclu des services publics.

Cet événement à Québec a marqué un moment important dans la lutte pour des services publics accessibles. L'objectif est de faire pression sur le gouvernement pour qu'il prenne des mesures concrètes pour que tous les citoyens puissent accéder aux services essentiels.

Le 9 avril 2025, la mobilisation a été forte :

Ensemble, nous luttons pour des services publics accessibles à tous!

Ryan McGuire





Appeler ISEP via le SRV



Il n'y a pas longtemps que l'Interprétation Signes et Paroles (ISEP) a embauché Yannick Gareau en tant que coordonnateur en chef du service à la clientèle. Il est sourd et exprime en LSQ et en ASL.

Plusieurs d'entre vous avez une préférence de rejoindre l'ISEP par caméra pour faire vos demandes en LSQ/ASL plutôt que d'écrire par courriel. Finalement, ce service est offert! C'est avec lui que vous pourrez rejoindre via le SRV pour faire vos demandes.

Vous pouvez continuer faire vos demandes de réservation par courriel comme que vous faites auparavant via : **info@isep.ca** si vous préférez.

Comment ça fonctionne pour faire la demande via le SRV?

Le fonctionnement est simple.

- 1) Utilisez l'application du SRV soit sur votre ordinateur ou laptop portatif, votre tablette ou avec votre cellulaire.
 - 2) Composez le numéro : **(613) 518-0171**
 - 3) Ça sonnera et attendez une réponse par Yannick
- a) S'il vous répond, allez de l'avant à faire vos demandes. (Voir l'exemple en capture d'écran)



- b) S'il n'y a pas de réponse, un répondeur automatique s'ouvrira avec un vidéo de Yannick informant qu'il ne pourrait pas prendre l'appel et vous demande de lui laisser un message. Par la suite, vous pourrez laisser un message et attendre le retour de son appel. Ou simplement tentez d'appeler de nouveau un peu plus tard.

(Voir les images ci-dessous les captures du vidéo du message du répondeur par Yannick, l'écran quand arrive le temps pour vous de laisser un message, l'image du moment que vous signez le message.)



En cas d'urgence

S'il y a un cas d'urgence, composez-le **(613) 699-9101** et ce sera répondu en voix et vous pouvez ainsi envoyer un courriel à : **info@isep.ca**

Si vous avez des questions en lien avec leurs services ou avez besoin d'amples informations, contactez l'équipe d'ISEP.





Candidats pour siéger au conseil d'administration



Comme vous le savez, l'Assemblée Générale Annuelle (AGA) de l'ADOO se tiendra le mardi 17 juin 2025, dans nos locaux. Lors de cette rencontre, nous aurons le plaisir de vous présenter divers rapports relatifs à l'année 2024-2025, ainsi que les bilans et prévisions financières de l'association.

L'AGA sera également l'occasion d'organiser des élections pour pourvoir plusieurs postes au sein du Conseil d'Administration (C.A.). Nous vous encourageons à réfléchir à la possibilité de vous porter candidat.e pour siéger au C.A. et ainsi participer activement aux décisions importantes de notre organisation.



Si vous souhaitez vous engager au sein du Conseil d'Administration, mais que vous ne pourrez malheureusement pas être présent.e lors de l'assemblée, nous vous offrons la possibilité de soumettre votre candidature par

écrit. Pour cela, il vous suffit de nous adresser une lettre de procuration dans laquelle vous vous présentez et expliquez les raisons de votre désir de rejoindre le C.A. Si vous préférez vous exprimer en Langue des Signes Québécoise (LSQ), vous pouvez enregistrer un message vidéo dans lequel vous transmettez les mêmes informations. Ensuite, un membre de notre équipe se fera un plaisir de vous accompagner dans la rédaction de la lettre qui viendra accompagner votre vidéo.



Pour toute question ou pour obtenir davantage de renseignements, n'hésitez pas à nous contacter par courriel, par téléphone ou en nous rendant visite durant nos heures d'ouverture. Nous serons ravis de vous assister.





Microsoft ferme la plateforme Skype



Microsoft a mis fin à son service de téléphonie Skype en mai 2025. Lancé en 2003 et acquis par Microsoft en 2011 pour la somme considérable de 8,5 milliards de dollars, Skype a marqué une étape importante dans l'évolution des communications numériques en popularisant les appels vocaux et webcam sur Internet. Les utilisateurs actuels de Skype sont désormais encouragés à migrer vers la version gratuite de Microsoft Teams. Il s'agit d'une plateforme collaborative plus récente qui intégrera les conversations et les contacts existants des utilisateurs actuels de Skype.

Skype a révolutionné la communication en permettant la transmission de la voix et par vidéo sous forme numérique via une connexion internet. Sa simplicité d'utilisation et surtout la gratuité des appels entre abonnés ont rapidement séduit un large public à travers le monde. L'introduction des appels vidéo en 2005 a renforcé son attractivité et en a fait un outil de communication privilégié, tant pour les particuliers que pour les professionnels. Skype a ainsi contribué à démocratiser l'accès à la communication longue distance à un coût considérablement réduit.

Cependant, au fil des années, Skype a fait face à une concurrence de plus en plus forte. L'émergence et la popularisation d'autres applications de messagerie et d'appel, telles que FaceTime d'Apple, WhatsApp de Meta, ainsi que les propres plateformes de Microsoft, Teams, et Google Meet, ont progressivement érodé la base d'utilisateurs de Skype. Bien qu'ayant atteint un pic d'environ

300 millions d'utilisateurs en 2016, Skype n'a pas réussi à maintenir sa position dominante face à ces nouveaux acteurs, qui proposaient souvent des fonctionnalités similaires, voire plus étendues, et bénéficiaient d'une intégration plus poussée dans des écosystèmes logiciels populaires. La décision de Microsoft de mettre fin à Skype marque la fin d'une ère et souligne l'évolution rapide du paysage des communications numériques, où l'innovation et l'adaptation constante sont essentielles pour rester compétitif. La migration vers Microsoft Teams vise à consolider les offres de communication de l'entreprise sur une plateforme unique et plus moderne.

Le 22 avril, nous avons organisé des ateliers informatiques pour aider nos membres à effectuer la transition de Skype à Teams. Ces ateliers ont permis aux participants de se familiariser avec les nouvelles fonctionnalités de Microsoft Teams. Les membres peuvent nous contacter en cas de besoin.

Pour connaître les étapes pour le transfère de Skype à Teams, voici un lien vers un document PDF qui explique les étapes pour l'installation de Teams : <https://drive.google.com/file/d/18Dg4mwN0ymYOyI6gtUbQ7DS0FGx FuszQ/view?usp=sharing>

Michael McGuire



Une sortie traditionnelle à la cabane à sucre



Samedi, le 1er mars 2025, c'est par une formidable journée ensoleillée que l'ADOO a pu réunir 29 membres autour des tables pour savourer, à volonté, un repas sucré à l'érable! Les membres ont profité de cette occasion pour jaser entre amis et de voir les autres membres de la communauté. Un gros merci pour votre participation!

L'ADOO tient à remercier Gilles Gauthier (président de l'ADOO) qui a pris soin de la distribution des billets et qui a pris des photos; nous sommes certains qu'il y avait également d'autres participants.es qui lui ont donné un petit coup de main. Nous vous remercions aussi!





Soirées sociales

Tous les vendredis (presque!) en soirée, dans la salle communautaire de l'ADOO, c'est une soirée qui vous appartient, chers membres. Vous pouvez arriver à n'importe quel moment entre 18h-22h. C'est votre chance de venir socialiser, soit pour jaser entre ami.es, ou pour jouer à des jeux de société. Il y a des darts, la planche de « Shuffle », puis une petite variété de jeux de société, tel que : Wizard, Jok-R-Uummy, Yogi, Triominos, Rummy et autres...

Vous ne connaissez pas ces jeux? Pas grave! Les membres et l'un des employé.es, seront ravis de vous montrer comment jouer.

Si vous avez vos propres jeux, apportez-les! Vous pourrez ainsi jouer avec les autres membres, et enseigner à ceux et celles qui ne connaissent pas. C'est amusant d'apprendre de nouveaux jeux!





Bonne nouvelle... les usagers du transport adapté... STO!

Depuis le 31 mars 2025, il y a plus de flexibilité aux usagers du transport adapté de la Société des Transport de l'Outaouais (STO) pour faire les réservations. Les usagers pourront faire les réservations jusqu'à 17h la veille du déplacement, et ce, 7 jours par semaine.

Avant cette amélioration, les réservations se faisaient avant midi (12h) la veille et le samedi avant midi (12h) pour les réservations du lundi. Ce sont les clients qui ont fait la demande de changement afin de pouvoir répondre à leurs besoins et améliorer leur expérience client.

Les réservations peuvent être fait en ligne **www.sto.ca** ou par téléphone au **(819) 773-2222, option 1.**



Faire du bénévolat à l'ADOO

À l'ADOO, nous apprécions l'aide que nos bénévoles nous offrent et c'est pour ça que nous avons décidé de lancer un nouveau programme d'appréciation des bénévoles à compter de septembre 2025.

Le programme vise à récompenser ceux et celles qui offrent de leur temps en tant que bénévole à l'ADOO lors d'activités, sorties, célébrations, conférences, ateliers, Moisson Outaouais, etc. Une fois qu'une personne aura fait du bénévolat, son nom sera ajouté au tirage mensuel. Si la personne fait du bénévolat plus d'une fois au courant du mois, par exemple 3 fois au courant du mois de septembre, son nom se verra ajouté 3 fois dans le tirage mensuel. Ce qui lui donne plus de chance de gagner.

Une affiche sera installée à l'ADOO sur laquelle vous pourrez trouver la liste des bénévoles du mois courant et une autre liste sera installée avec les gagnants ou gagnantes de l'année en cours.

À la fin de chaque mois, tous les noms des bénévoles qui ont participé ainsi que le gagnant ou la gagnante du mois se verront ajouter au tirage de fin d'annn juin, il y aura une célébration dédiée exclusivement aux bénévoles qui auront participé au courant de l'année. Lors de cette célébration, l'ADOO va offrir un goûter, remettre des certificats d'appréciation et faire le tirage du prix de l'année.

Si vous désirez offrir de votre temps en tant que bénévole, svp contacter l'ADOO pour vous inscrire.



Activité mensuelle : cuisine collective

Dès maintenant, nous aurons notre cuisine collective une fois par mois seulement. Les 2 étapes de cette activité sont importantes. Premièrement, une première rencontre sert à décider ce que nous allons manger et planifier les achats selon les rabais. C'est pendant la 2e rencontre sur une autre date que les participants cuisinent ensemble. Vous voulez aussi vous amuser dans la cuisine et rapporter chez vous des repas délicieux prêts à manger ? Surveillez les dates pour les deux rencontres et inscrivez-vous sur le babillard à l'ADOO ou par courriel au adoo@adoo.ca !

La cuisine collective, ça a l'air de quoi ?



Muffin au cheddar, parfaits pour accompagner un potage! Merci pour l'idée de recette. Helene!

On travaille en équipe, on échange nos connaissances en cuisine, et on se partage les tâches (Préparation, cuisson, vaisselle...)

Les résultats sont délicieux!



Julie nous a montré comment cuisiner un superbe potage aux poireaux et courgettes.



À la fin, on mange ensemble pour goûter et jaser. Avant de quitter, les participants se préparent le restant en portions égales à ramener chez eux.



Cercle de parole « Ho'oponopono »

Le 22 février dernier, lors du cercle de parole, nous avons abordé le sujet du Ho'oponopono et les participantes ont bien aimé leur expérience.

Elles ont maîtrisé la matière et elles ont posé de bonnes questions. Le partage entre les participantes lors de l'atelier m'a émerveillée. Je voyais bien la connexion entre elles comme si elles étaient amies depuis une éternité.

Lors de la pause, nous avons déguster de bonnes collations offertes par deux participantes avec une bonne tasse de café.

Elles se sont même entendues de se revoir le mois prochain lors du prochain cercle de parole qui aura lieu dimanche 30 mars à compter de 1pm.



Nature accessible, grâce au Relais plein air

Le Relais Plein Air, situé au 397 boulevard de la Cité-des-Jeunes à Gatineau, offre une variété d'activités de plein air inclusives. Mais que signifie « inclusif » ? Cela veut dire que les activités sont pensées pour inclure des personnes de tous âges et de toutes capacités, qu'elles aient une mobilité réduite, utilisent un fauteuil roulant (manuel ou électrique), une marchette, soient non-voyantes ou malvoyantes, autistes, sourdes ou malentendantes.

L'objectif est simple : permettre à chacun et chacune de profiter du plein air dans un environnement sécuritaire, accueillant et adapté.

Activités offertes :

En plus des activités extérieures, certaines activités se déroulent à l'intérieur, telles que :

- Ateliers d'art
- Contes et légendes

- Séances de musique
- Yoga sur chaise

Côté plein air, plusieurs équipements adaptés pour l'hiver comme pour l'été sont disponibles, y compris des équipements nautiques (pour les activités sur et dans l'eau). Une sélection d'équipements est également prévue pour les enfants.

Voici un aperçu des activités proposées tout au long de l'année :

- Essayage et balades avec équipements adaptés
- Balades en vélo tandem adapté
- Activités nautiques (planche à pagaie, kayak)
- Randonnées en nature (en toutes saisons)
- Ski de fond classique et en luge
- Raquettes
- Course à pied avec ou sans équipement adapté

Nature accessible, grâce au Relais plein air

Accompagnement personnalisé :

Lors de chaque activité, des accompagnateurs formés sont présents pour vous assurer sécurité et soutien. Il est essentiel de communiquer à l'avance avec Marie-Pier Bouladier, la coordonnatrice, afin de :

- Réserver l'activité
- Préciser les besoins des participant·e·s (ex. : assistance, accessibilité)

- Indiquer si un·e interprète LSQ ou ASL est requis·e
- Déterminer si l'activité se fera en groupe ou individuellement

Une bonne planification permet de coordonner les ressources nécessaires (interprètes, matériel adapté, personnel, lieux de rencontre, etc.) afin de rendre votre expérience agréable et rassurante, même si c'est votre première fois.

Exemples de matériel adapté :

Et ce n'est pas réservé qu'aux personnes en fauteuil roulant ! Toute personne qui en a besoin peut en bénéficier.



Ça vous intéresse de participer? Contactez Marie-Pier Bouladier par courriel, téléphone en voix ou texto pour faire les démarches!
Courriel: marie-pier.bouladier@relaispleinair.ca
Téléphone (voix et texto) : 819-209-1194



Souligner la journée internationale des Droits des Femmes (8 mars)

Le 18 mars, des membres Sourdes et malentendantes se sont réunies autour d'un dîner pour célébrer entre femmes. Elles ont pu échanger sur leur vécu, leurs expériences en tant que personne ayant une surdité et leur réalité de femme avançant dans l'âge avec sagesse, vitalité et fierté, naviguant les petits et grands défis de la vie. Elles se sont trouvées des points en commun, ont pu apprendre les unes des autres et créer une oeuvre collective « Je suis fière d'être une femme parce que... ».



Pour l'observer de plus près, venez la voir à l'ADOO! Il nous reste qu'à lui trouver sa place sur nos murs pour l'accrocher...

Les participantes Sourdes ont enseigné des signes de la LSQ aux participantes malentendantes, qui étaient très enthousiasmées par cette opportunité.

Les femmes ont travaillé ensemble pour produire une toile unique et inspirante.





Sensibilisation : Kiosque université McGill

Comme à chaque année depuis que nous accueillons des stagiaires en médecine, l'ADOO s'est rendu au campus Outaouais de l'Université McGill, situé dans le groupe de médecine de famille universitaire (GMF). Nous avons tenu un kiosque de sensibilisation pour informer les futurs médecins sur les besoins de la population ayant une surdité et les services que nous leur offrons.

Comme toujours, plusieurs d'entre eux démontrent un intérêt pour la langue des signes. Nous en profitons pour les encourager à s'inscrire à un cours, pour faire la promotion de la LSQ et surtout, souligner l'importance du droit aux services d'interprétation en contexte de soin. C'est en approchant les différentes générations et populations de domaines variés que nous pourrions sensibiliser de façon efficace





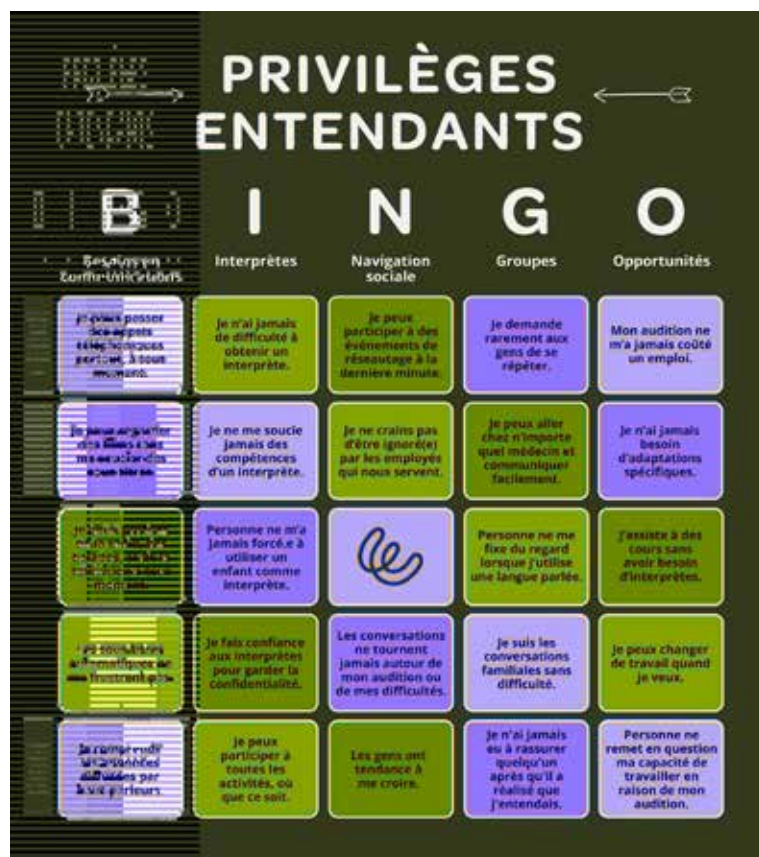
Sensibilisation : Au Cégep

Encore cette année, l'ADOO s'est rendu au campus Félix-Leclerc du Cégep de l'Outaouais dans 3 classes du programme de Technique en éducation spécialisée (TES). Ryan et Marie-Josée y sont allés pour animer des ateliers de sensibilisation à la surdité et de promotion de la LSQ, avec moi comme interprète. Nous prévoyons de répéter cette collaboration chaque année. Nos ateliers ont pour but de réveiller les élèves aux besoins des personnes ayant une surdité et de les outiller à bien s'adapter pour y répondre. Ensuite, nous leur avons offert un cours de base de LSQ incluant le vocabulaire spécifique à leur domaine, comme activité, plan d'intervention, école, autisme, personne âgée, déficience intellectuelle, accessibilité, besoin



Pour terminer, quelques membres de l'ADOO se sont portés volontaires pour partager un témoignage durant un atelier chaque. Cette année, nous avons eu 2 membres Sourds, Kathrina, Dimitri et une membre malentendante, Cynthia. Tous les trois ont raconté leur chemin de vie unique de l'enfance à aujourd'hui, et ont partagé leurs obstacles et fiertés. Les élèves ont pu prendre conscience de l'importance de leur rôle auprès des jeunes ayant des limites, défis d'adaptation, et forces intérieures à faire ressortir. En plus de leur laisser un dépliant de l'ADOO et l'alphabet en LSQ, nous leur avons laissé le Bingo des privilèges entendants, un outil de sensibilisation créé par notre Eversa, une vraie mine d'or d'information sur l'inclusion et l'accessibilité!

Cette année, nous aurons aussi présenté au campus Gabriel-Roy, dans le cours de communication des programmes en technique



d'hygiène dentaire et de radiodiagnostic (radiologie). Les professeurs du département de communication souhaitent exposer leurs élèves aux différents types de patients et clients qu'ils pourraient rencontrer. Ceci les prépare à démontrer un accueil plus chaleureux, et offrir des services plus inclusifs. Nous prévoyons de poursuivre la sensibilisation au Cégep auprès des programmes de technique policière et ambulancière.

Ryan, Marie-Josée, Kathrina et moi travaillons en équipe avec passion pour développer ces ateliers. Si vous voulez y participer bénévolement en offrant un témoignage d'expérience de vie, venez me voir! Cela me fera plaisir de vous appuyer dans votre démarche!

Andréanne

Total de personnes sensibilisées : 133 et plus!



CONTACTEZ-NOUS!

ASSOCIATION DE L'OUÏE DE L'OUTAOUAIS

15 rue du Sommet, Gatineau (Québec) J8Z 3M2

Courriel : adoo@adoo.ca - Site Internet: www.adoo.ca

Skype : [adoo.ouitaouais](https://www.skype.com/name/adoo.ouitaouais)

Facebook : www.facebook.com/adoo.ouitaouais

Tél : (819) 777-6767 (Voix)

