

Entr-Aînés

MAI 2026

L'infolettre des organismes membres de la Table des aînés de Gatineau



DES PREMIERS LOCAUX POUR LA TAG

L'équipe de la TAG est ravie de vous annoncer qu'elle aura bientôt de vrais de vrais locaux ! Une première en 10 ans d'existence !

En juin, les **Habitations partagées de l'Outaouais (HPO)** quitteront la Cabane en bois rond pour s'installer au **111 boulevard de l'Hôpital**, où ils sous-loueront des locaux à la TAG.

La Table des aînés de Gatineau souhaite exprimer sa gratitude aux Habitations partagées de l'Outaouais pour cette marque de confiance, qui permettra à la TAG de se développer et de mieux servir ses membres ainsi que la communauté.



Les Habitations partagées
de l'Outaouais



Table des
Aînés de
Gatineau

POUR NOUS REJOINDRE



Table des
Aînés de
Gatineau

Chantal Lalonde - Directrice

coordo@tagatineau.org

(873) 660-8973

Lucie Leclair Arvisais - Agente de développement

developpement@tagatineau.org

(819) 500-0536

ÇA BOUGE À LA TAG

ON EMBAUCHE

La TAG est à la recherche de **trois (3) nouvelles ressources** afin de mener à bien ses actions dans le cadre du Programme nouveaux horizons pour les aînés. Les offres détaillées sont incluses dans le présent courriel.



Deux (2) postes à temps plein (35 heures / semaine) :

- **Agent.e de mobilisation communautaire**
- **Chargé.e de projet - Café internet mobile**

Pour ces postes, veuillez faire parvenir votre candidature à recrutement@succesrh.com et y incluant votre CV ainsi qu'une lettre de motivation.

Un (1) poste à temps partiel (21 heures / semaine) :

- **Agent.e de soutien administratif**

Pour ce poste, veuillez faire parvenir votre candidature à coordo@tagatineau.org et y incluant votre CV ainsi qu'une lettre de motivation.

Merci de partager dans vos milieux !

BONNE RETRAITE LUCIE !

À la fin mai, après plus de 3 ans à la Table des aînés de Gatineau comme coordonnatrice puis agente de développement, **Lucie Leclair-Arvisais** prendra une retraite bien méritée.

Après sa première retraite du CISSSO, Lucie s'est engagée auprès de la TAG à la fin de l'année 2022, en pleine pandémie. Femme de cœur et d'action, elle a su rassembler les organismes communautaires qui offrent des services aux aînés, permettant ainsi à la TAG de se renforcer et de se démarquer..

Lucie, les membres du CA se joignent à moi pour te souhaiter une bonne et vraie retraite. Tes petits-enfants seront les premiers à bénéficier de plus de temps avec toi.

Travailler avec toi fut un honneur et un véritable plaisir.
Tu vas nous manquer... Tu vas me manquer.

Chantal



ÇA BOUGE À LA TAG

NOUVEAU MEMBRE

La TAG est fière de vous annoncer qu'un nouveau membre se joint à nous : **La Relance**.



Saviez-vous que La Relance offre un service de **soutien aux travailleurs expérimentés de 60 ans et plus** afin de se trouver un emploi ?

Une mission et un infini de chemins vers l'emploi !

Notre mission est d'accompagner les personnes dans leur intégration socioprofessionnelle en leur offrant des services adaptés, un encadrement personnalisé et des expériences de travail concrètes à travers notre centre-conseil en emploi et nos trois entreprises d'insertion sociale.



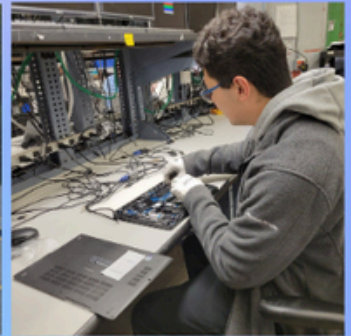
Centre-conseil
Services d'aide à l'emploi



Hebdo Ménage
Bénévoles ménages commerciaux



Transport La Relance
Service de livraison



STLR
Service technologique La Relance

📞 819 770-6444 ✉ Info@larelace.ca 🌐 larelace.ca 📱 [f](#) [ig](#) [in](#) 📍 270, boul. des Allumettières
Gatineau (Québec) J8X 1N3



LA TABLE DES AÎNÉS DE GATINEAU S'ASSOCIE À LA RELANCE

La Table des aînés de Gatineau est enchantée de collaborer avec La Relance pour l'acquisition de son matériel informatique. **Tous les ordinateurs portables et tablettes destinés aux employés ainsi qu'aux participants du Café Internet mobile seront achetés auprès de La Relance.**

Pour en apprendre plus sur La Relance, visitez leur site :



LA TAG - RÉSEAUTÉE ET À L'ÉCOUTE

COMITÉ CONSULTATIF CITOYEN DE PERSONNES ÂÎNÉES DE GATINEAU (CCC-PAG)



Comité consultatif citoyen
des personnes âgées de Gatineau

La 12e consultation du CCC-PAG a eu lieu le 29 avril. Ce fut une très belle rencontre avec de bons partenariats. Les deux animatrices du CISSS de l'Outaouais étaient heureuses de constater la présence de **25 participants** : 15 participants du CCC-PAG et 10 personnes invitées grâce à la collaboration de Campus 3. En guise de mise en contexte, la présentation de Mme Mélissa Joubarne portait sur l'accès aux services, l'hébergement et le soutien à domicile.

Par la suite, Mme Sylvie Lemay a questionné le groupe en lien avec le maintien à domicile : a) Quels sont les services qui sont particulièrement appréciés par les personnes âgées qui vivent à domicile ? b) Quels sont les éléments à améliorer ?

Suite à des discussions fructueuses en petits groupes, les suggestions ont été nombreuses. Un résumé sera préparé par Sylvie Lemay, mais nous savons d'ores et déjà que la question de l'information (surtout l'écrit) est encore très présente dans les échanges. D'ailleurs, Mme Lemay a remis des copies d'un document préparé par Éducaloi sur les types d'hébergement qui leur sont offerts.

Toujours sur le plan de l'information, les participants sont toujours très contents de prendre quelques copies du carton d'information préparé par la Ville de Gatineau sur les numéros courts et utiles (211, 311, 811, et 911).

La prochaine rencontre du CCC-PAG aura lieu le 13 mai. Gabrielle de Grâce nous consultera sur l'accessibilité du complexe multifonctionnel de l'Ouest. C'est à suivre...

RENCONTRE DE PARTENAIRES

Le 16 avril dernier s'est tenu une rencontre des partenaires de la TAG. Les participants ont pu en savoir plus sur le rôle que jouera la TAG pour le Programme nouveaux horizons pour les aînés (PNHA) pan-canadien de la Ville de Gatineau.

Rapellons que la TAG portera quatre (4) projets, soit :

- Gouvernance et participation sociale
- Éducation populaire et ateliers de formation
- Soutien aux initiatives citoyennes
- Café Internet mobile et inclusion numérique

Pour en apprendre plus, communiquez avec Chantal à coordo@tagatineau.org



ÇA BOUGE CHEZ NOS MEMBRES !

Profitez de cette plateforme afin de nous faire part de ce qui se passe chez vous !

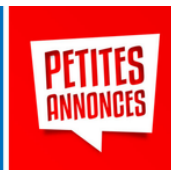
ÉQUIPE ALBATROS OUTAOUAIS MARCHE POUR LE CANCER

La marche symbolique de 1 ou 5 km de la Fondation québécoise du CANCER (FQC) aura lieu le Samedi le 19 septembre prochain 8h. Le départ aura lieu au 555 boul de l'hôpital au Centre de l'hôtellerie de la FQC. Un des 7 centres du Québec. Votre inscription avant le 1er juin vous donne une participation pour le tirage de 2 billets d'avion d'Air Canada.

Votre participation fait une grande différence.. encourage et soutient les gens qui vivent ce grand défi qui bouleverse une vie.

Les personnes désirant se joindre à l'équipe Albatros Outaouais comme marcheur peuvent s'inscrire dès maintenant et joindre les 22 personnes déjà inscrites. Vous avez près de 5 mois pour ramasser \$100, l'objectif minimum pour les adultes ou \$50 pour les enfants.

**Pour vous inscrire
ou encourager
l'équipe Albatros**



Vous souhaitez publier une
petite annonce ?
Cliquez sur le lien ici :



Pour plus d'information,
communiquez avec Chantal
en cliquant sur le lien ici :



ÉTUDE PORTANT SUR LA KINÉSIOPHOBIE

Le laboratoire de recherche TechSoins du CISSS de l'Outaouais mène actuellement une étude portant sur la kinésiophobie, soit **la peur du mouvement**, chez les personnes âgées de 65 ans et plus.

Les personnes intéressées pourront répondre directement au questionnaire en ligne. **Une version papier est également disponible sur demande** en contactant Alexandra Potvin (adresse courriel plus bas) afin de permettre la participation de personnes moins à l'aise avec les outils numériques.

SVP partagez l'information suivante auprès de vos membres et participants :

🔍 Souhaitez-vous contribuer à la recherche sur le vieillissement?

👤👤 Aidez-nous à mieux comprendre la kinésiophobie (la peur excessive de l'activité physique) chez les personnes âgées.

👤👤 Qui peut participer? Toute personne de 65 ans ou plus et résidant au Québec.

💻 En quoi consiste votre contribution? Vous serez invité à répondre à un sondage en ligne, d'une durée d'environ 30 à 40 minutes.

🔗 Pour participer: <https://techsoinslab.com/sondage>

✉ Pour plus d'information, contactez alexandra.potvin-desrochers@uqo.ca

✅ Ce projet de recherche a été approuvé par le comité d'éthique de la recherche de l'UQO (#2026-4372) et du CISSSO (#2026-252). L'accès au questionnaire en ligne nécessite votre consentement.

Vous avez 65 ans ou plus et vivez au Québec? Participez à une étude!



UNIVERSITÉ DU QUÉBEC EN OUTAOUAIS

Enquête sur la kinésiophobie dans la population âgée québécoise



LABORATOIRE TechSoins
TechCare Research Lab

Le saviez-vous?

Il est possible d'avoir peur de bouger et de faire de l'activité physique. C'est ce qu'on appelle la kinésiophobie.



Que vous pensiez ou non avoir cette peur, vous pouvez nous aider à mieux la comprendre!

Projet mené par Alexandra Potvin-Desrochers Ph.D., Professeure Associée à l'École interdisciplinaire de la santé de l'Université du Québec en Outaouais et chercheuse d'établissement au CISSS de l'Outaouais.

Critères d'inclusion

- ✓ Avoir 65 ans ou plus
- ✓ Vivre au Québec

Votre contribution?

Répondre à un questionnaire en ligne ou papier d'environ 30 à 40 minutes



Vous aurez l'occasion de participer à un tirage de carte-cadeau Jean Coutu de 40\$



Projet approuvé par le comité d'éthique de l'UQO (#2026-4372) et du CISSSO (#2026-252). Votre consentement est nécessaire pour répondre au questionnaire.

Questionnaire en ligne

<https://techsoinslab.com/sondage>



Questionnaire papier

Contactez-nous:
alexandra.potvin-desrochers@uqo.ca
819-966-6200, poste 335671



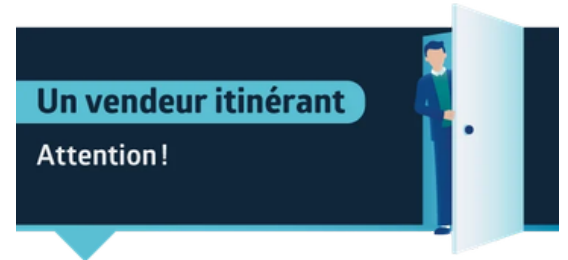
Pour plus d'informations

alexandra.potvin-desrochers@uqo.ca

CAMPAGNE D'INFORMATION

Un commerçant fait du porte-à-porte. Vous ne vous attendiez pas à sa visite. Ou encore, il se présente à votre domicile après avoir pris contact avec vous pour demander l'autorisation de passer. Peut-être lui aviez-vous déjà laissé vos coordonnées? Face à ce genre de vendeur, méfiez-vous et faites des vérifications.

La campagne d'information **Vendeurs itinérants : quand faut-il se méfier?** de l'Office de la protection du consommateur met en garde la population contre certains commerçants itinérants. Les associations de consommateurs, les municipalités, les services de police ainsi que les autres partenaires de l'Office sont invités à contribuer aux efforts de sensibilisation.



Pour plus d'information, cliquez sur l'image :

VOIX DU CLIENT



Parlez-nous de votre dernier déplacement

La STO a à cœur d'être à l'écoute de l'ensemble de sa clientèle. Cette volonté se concrétise notamment à travers la démarche de la Voix du Client (VoC), qui vise à recueillir des commentaires en continu afin d'améliorer leurs services.

L'objectif de ce sondage est de recueillir la rétroaction des usagers à la suite de leurs déplacements en transport collectif. Les clients ont la possibilité de **s'exprimer après chacun de leurs déplacements**.

Veuillez partager auprès de vos membres et usagers.

[Accéder au sondage](#)