

Entr-Aînés

MARS 2026

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



RENOUVELLEMENT VOTRE ADHÉSION À LA TAG

Les organismes membres recevront au cours du mois de mars le formulaire de renouvellement de l'adhésion à la TAG.

Être membre de la TAG permet :

- De faire partie d'une grande communauté d'organismes offrant des services aux aînés de Gatineau ;
- D'être informé sur ce qui se passe chez nos partenaires via notre infolettre ;
- De participer aux rencontres bi-annuelles de partenaires ;
- Et bien plus encore !

SOYONS PLUS FORT EN PARLANT D'UNE SEULE VOIX

POUR NOUS REJOINDRE



Chantal Lalonde - Directrice

coordo@tagatineau.org
(873) 660-8973

Lucie Leclair Arvisais - Agente de développement

developpement@tagatineau.org
(819) 500-0536

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

Le 4 février a eu lieu la première rencontre de 2026 pour le CCC-PAG, avec 18 participants. En première partie de rencontre, nous avons saisi l'occasion pour effectuer un bref retour sur la première année du comité. Ce fut une année très productive avec 9 consultations et ce résumé a aussi permis de rendre compte de l'impact de chaque consultation.

Comme nous avons plusieurs nouveaux participants qui se sont ajoutés en cours d'année, cette information nous apparaissait pertinente. Il en est de même pour une présentation sur les organismes membres de la TAG qui avait pour objectif de faire un bref survol des services communautaires offerts par nos partenaires. Certains participants avaient mentionné que ces informations seraient utiles afin de mieux alimenter les discussions.

En 2^e partie de rencontre, Chantal Lalonde de la TAG a animé une consultation sur l'éducation populaire pour les aînés et les sujets de prédilection. Les participants ont identifié plusieurs thématiques qu'ils considèrent comme des priorités.

Encore une fois, le CCC-PAG a permis aux personnes âgées de prendre la parole et de se prononcer sur un projet qui les concerne. Nous sommes très fiers de leur participation active et de leur volonté à collaborer avec les instances du milieu.

N'hésitez pas à communiquer avec nous pour profiter de l'expérience de ces interlocuteurs privilégiés et de leur belle expertise.

COMMISSION DES ÂÎNÉS DE LA VILLE DE GATINEAU

Les activités de la Commission ont repris le 2 février dernier avec diverses présentations, notamment :

- Plan d'impact collectif - Programme Nouveaux Horizons pour les aînés (PNHA) – Gatineau, une ville inclusive pour les aînés vulnérables à risque d'exclusion ;
- Formation Piétons Québec ;
- Démarche de renouvellement du Plan d'action intégré Familles, aînés et personnes handicapées.

Pour voir la webdiffusion de la rencontre



[Webdiffusion](#)

CONSEIL D'ADMINISTRATION D'ÉTABLISSEMENT - CISSSO

Lors de la rencontre du CAÉ du CISSSO du 19 février dernier, le Dr Marc Bilodeau a confirmé que 24 médecins ont quitté l'Outaouais en raison de la loi 25, faisant ainsi 20 000 nouveaux patients orphelins.

Il a ajouté qu'il y avait un projet d'ouverture d'une clinique d'infirmières praticiennes spécialisées (IPS) mais qu'un défi auquel le projet fait face est le faible taux de diplômées en Outaouais.



PETITES
ANNONCES



PETITES
ANNONCES



PETITES
ANNONCES



PETITES
ANNONCES



PETITES
ANNONCES

BUREAUX À LOUER

Parkinson Outaouais offre un ou plusieurs bureaux à louer directement dans ses locaux. L'espace est convivial, accueillant et parfait pour travailler dans un environnement tranquille, respectueux et propice au travail professionnel.

Une opportunité très intéressante pour :

- Professionnels de la santé (psychologues, physiothérapeutes, travailleurs sociaux, nutritionnistes, etc.)
- Organismes ou OBNL en santé ou services sociaux
- Professionnels sur la route souhaitant un pied-à-terre à Gatineau

✦ Les bureaux

- Bureaux privatifs et insonorisés
- Surface : 3 bureaux de 11 pieds par 9 pieds
- Entrée indépendante dans les locaux
- Accès aux espaces communs : salle d'attente, salles de bains, salle à dîner/ salle de réunions
- Espaces adaptés pour les personnes à mobilité réduite
- Confidentialité assurée pour vos consultations
- Stationnement inclus
- Accès flexible selon vos besoins

🔧 Services et inclusions

- Connexion Internet sécurisée
- Service d'entretien ménager
- Chauffage / climatisation
- Espace de rangement
- Impressions et photocopies

💰 Conditions de location

- Loyer : 900 \$ / mois
- Durée de la location : À discuter
- Disponibilité : immédiate

📍 Emplacement

Nous sommes situés dans un emplacement très central à Gatineau, à proximité des transports en commun et de nombreux services.

☎ Intéressé(e) à partager des espaces avec nous dans un milieu professionnel et convivial ?

Contactez-nous pour plus d'informations ou pour planifier une visite :

Patricia Gougeon : direction@parkinsonoutaouais.com ou 873 200-1040





ADMINISTRATEUR.TRICE RECHERCHÉ.E

La Table des aînés de Gatineau (TAG) est à la recherche d'un.e administrateur.trice pour son conseil d'administration. La personne cooptée occupera le poste jusqu'à l'Assemblée générale annuelle de 2027.



Le siège à combler peut être occupé par un représentant ou une représentante d'organisme ou un citoyen ou une citoyenne aîné(e).

Quelques-uns des avantages de faire partie du CA de la TAG :

- Participer aux développements d'un organisme en plein expansion ;
- Prendre part à la mise en œuvre de nouveaux services pour les aînés de Gatineau ;
- Être au fait des avancées et des services offerts aux aînés de la région ;
- Utiliser son expérience et ses compétences pour le bien de la communauté ;
- Établir des liens avec des partenaires.

Implication demandée :

- Se préparer et participer activement aux rencontres du CA (huit (8) rencontres par année) ;
- S'impliquer dans un des trois comités permanents et/ou un des comités ad hoc ;
- Assister à certains événements organisés par la TAG - AGA, Grand rendez-vous des aînés, etc.

Si collaborer avec une équipe motivée et engagée vous intéresse, veuillez faire parvenir votre lettre d'intention à coordo@tagatineau.org.

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



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



GOVERNANCE

PROPOSÉ PAR ? APPUYÉ PAR ?

Saviez-vous qu'il n'est pas nécessaire d'avoir un proposeur et un appuieur pour adopter l'ordre du jour, le procès-verbal ou une résolution ?

En effet, la loi ne nécessite généralement pas la présence d'un proposeur et d'un appuieur. Cette pratique découle principalement de traditions parlementaires, telles que le Code Morin ou les Robert's Rules, mais elle n'est pas une exigence légale*.

Pour qu'une résolution soit valide :

- Elle doit être clairement formulée ;
- Les administrateurs doivent avoir la possibilité de la discuter ;
- Les dissidents doivent pouvoir exprimer leur opinion ;
- Le quorum doit être atteint ;
- Un vote doit être effectué selon les règles établies ;
- La décision doit être consignée dans le procès-verbal.



La résolution peut être adoptée soit à l'unanimité, soit à la majorité. Dans le cas d'une majorité, les noms des dissidents doivent être notés dans le procès-verbal. De plus en plus de conseils d'administration choisissent de supprimer le proposeur et l'appuieur pour favoriser une collaboration plus fluide.

Dans l'infolettre d'avril, nous aborderons les principales distinctions entre le Code Morin et la gouvernance moderne, ainsi que les raisons pour lesquelles de nombreux conseils d'administration souhaitent adopter un nouveau mode de gestion.

*Si les [règlements généraux](#) de votre organisme exigent un proposeur et un appuieur, il est impératif de les respecter.

Le **Laboratoire de formation populaire de l'Outaouais** vous invite à la formation

« Qu'ossa donne les règlements généraux ? »

Le jeudi 12 mars 2026, de 9 h à 15 h 30 au Centre communautaire Bisson ou en virtuel



[Pour vous inscrire](#)

LFPQ
Laboratoire de Formation
Populaire de l'Outaouais

ÇA BOUGE CHEZ NOS MEMBRES !

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

DES PROJETS POUR AMÉLIORER L'ACCÈS À LA JUSTICE

Info Justice* présente ses projets visant à améliorer l'accès à la justice en offrant des services juridiques adaptés, humains et ancrés dans les réalités des personnes desservies.



Services en logement

Consultations juridiques gratuites, individuelles et confidentielles en droit du logement, notamment pour les personnes ayant un statut d'immigration en cours.

- Consultations et séance d'information dans les milieux partenaires

Services en droit de la famille

Clinique mobile offrant des consultations gratuites et confidentielles aux personnes vivant ou ayant vécu de la violence conjugale.

- Consultations et séance d'information dans les milieux partenaires

Services en région éloignée

Destinés à la clientèle anglophone vivant en région éloignée.

- Consultations et séance d'information dans les milieux partenaires

ADN – Accompagnement en droit notarial

Successions : Renonciation à une succession insolvable, recherche et vérification testamentaire, renonciation à la charge de liquidateur, inventaire sommaire, fermeture de succession.

Tutelle au majeur : Accompagnement pour l'ouverture d'une tutelle en l'absence de mandat de protection.

Mandat de protection : Homologation pour assurer le respect des volontés des personnes inaptes.

Accompagnement : Soutien aux tuteurs et assistants dans l'exercice de leurs responsabilités.

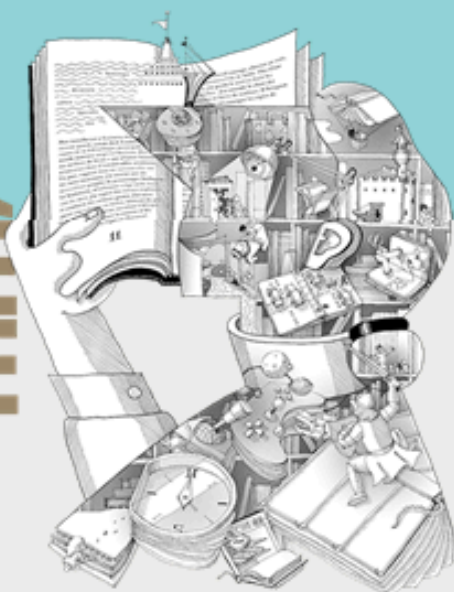
Ces projets témoignent de notre engagement à offrir des services juridiques de proximité, inclusifs et adaptés aux besoins réels des communautés.

N'hésitez pas à nous contacter pour toute information ou collaboration :
819 600-4600

* Info Justice est le nouveau nom des Centres de justice de proximité depuis novembre 2025.



BIBLIOTHÈQUE



SEMAINE DE RELÂCHE

Toutes les activités sont gratuites : premier arrivé, premier servi!

Du 2 au 6 mars, les bibliothèques de Gatineau t'accueillent pour une semaine de relâche remplie d'aventures, d'histoires et de découvertes!

Au menu: des activités créatives, des jeux, de la cuisine, du bricolage écolo, des émotions sens dessus dessous, un bingo d'hiver et même un voyage culinaire autour du monde.

Que tu aies envie de créer, rire, expérimenter ou simplement passer un beau moment en famille, il y a une activité pour toi.

Toutes les activités thématiques sont libres de participation!

[EXPLORER TOUTES LES ACTIVITÉS EN BIBLIOTHÈQUE](#)



JOURNÉES DE PLEIN-AIR POUR LES ÂÎNÉ-ES

Découvrez les plaisirs de l'hiver
dans une forêt ancienne avec votre
club de marche!

Venez faire une randonnée en raquettes sur les sentiers
de la Réserve écologique de la Forêt-la-Blanche avec
votre club d'ainé-es et profitez-en pour socialiser entre
amis.

L'ACTIVITÉ PLEIN-AIR POUR LES ÂÎNÉ-ES INCLUT :

- Une randonnée en raquettes (total de 10 km de sentiers)
- Prêt gratuit de raquettes neuves et bâtons de marche
- Un pause-café gratuite pour vous permettre de vous réchauffer et de socialiser au retour de votre randonnée

OÙ :

- À la Réserve écologique de la Forêt-la-Blanche
- 300, chemin Saddler, Mayo, QC

QUAND :

- Les mercredis, jeudis, vendredis ou dimanches
- Entre 10 h et 15 h 30

COÛT :

- L'activité est gratuite, mais vous devez payer vos droits d'entrée.

RÉSERVATION:

Pour réserver une journée de plein-air pour votre groupe:

- Contacter Robin Stolba au 819-281-6700



Québec

LOISIR
SPORT
OUTAOUAIS

Découvrez les plaisirs de l'hiver dans une forêt
ancienne est réalisé grâce à une aide financière du
gouvernement du Québec, dans le cadre du Programme
d'aide financière aux initiatives locales et régionales en
matière d'activité physique.

Ce projet est rendu possible grâce à Loisir Sport
Outaouais dans le cadre du programme Plaisir de
bouger en Outaouais.





LOGEMENT À LOUER

Adapté

COOPÉRATIVE D'HABITATION JOCELYNE-LÉGARÉ

- Logement adapté de 1 chambre dans une coop de 12 logements
- **La mission de la coopérative** est d'offrir des logements à des personnes en situation de handicap physique : vous devez présenter une preuve d'un handicap permanent pour déposer votre demande.
- Logement subventionné (PSL) : le coût de votre loyer dépend de votre revenu
- Adresse : 91 rue Marengère à Gatineau
- Animaux de compagnie acceptés selon certaines conditions
- **À louer à partir du 1er mars 2026**

La vie en Coopérative implique un engagement et une participation des membres locataires à la gestion et à la vie associative de leur Coop. Vous devez démontrer votre motivation et intérêt.

Une fois votre demande reçue, nous vérifions votre admissibilité à un logement subventionné et la qualité de votre demande avant de vous inviter à une visite de la Coopérative et une rencontre avec le comité de sélection.



Déposer votre demande de logement à :
coopjocelynelegare@gmail.com

Au besoin : 819 243-3717 poste 210

En utilisant le formulaire disponible ici :
<https://cooperativehabitation.coop/cooperatives/habitations-jocelyne-legare-les/>

