



**Corporation des ainés de la Cabane en bois rond**  
331, boul. de la Cité-des-Jeunes, bureau 113  
Gatineau (Québec) J8Y 6T3

## **Programme**

### **Hiver-printemps 2026**

#### **Table des matières**

Atelier.....	2
Cours : Danse en ligne, Cardio-Zen, Initiation au bridge.....	2
Club de lecture.....	3
Forums de discussion .....	3
Événements .....	5
Bingo.....	5
Whist militaire.....	5
Horaire des activités – hiver-printemps 2026.....	6

Pour plus d'information

819 776-6015

[corpocabane@gmail.com](mailto:corpocabane@gmail.com)

[www.corpocabane.net](http://www.corpocabane.net)

(Version du 7 janvier 2026)

**Merci à notre commanditaire !**



## Atelier

Le mercredi, de 9 h 30 à 12h, salle 107

Les frais de salle sont 8 \$ payable à la Corpo et 50 \$ pour le matériel payable au professeur lors du premier atelier.

Le nombre de places est limité.

On doit s'inscrire à l'avance en appelant au bureau de la Corpo au 819-776-6015.

Les mercredis du 7 janvier au 25 mars Salle 107	<b>Pyrogravure sur bois</b> Un atelier qui vous enseignera les rudiments de la gravure et de la peinture de motifs, sur une plaque de bois.	Alain Villemaire
---	--	------------------

## Cours

(les mardis) Session 1 – 8 cours du 13 janvier au 3 mars Session 2 – 8 cours du 10 mars au 28 avril Salle Giguère	<b>Danse en ligne</b> Danse Débutant – 12 h 40 à 13 h 40 Danse Intermédiaire- 13 h 50 à 14 h 50 Inscription : 50 \$ pour 8 cours, payable au professeur de danse au premier cours de chaque session.	École de danse en ligne Alain Roussel
(les lundis) du 19 janvier au 13 avril 13 h à 14 h 10 (Relâche : 9 février, 9 mars et 6 avril Salle Desjardins	<b>Cardio-Zen</b> Inscription : 40 \$ pour 10 cours, payable au bureau de la Corpo ou par Virement Interac (Apportez des poids de 2 à 3 livres et un élastique) (17 personnes maximum)	Marie-Diane Drouin
(les mercredis) du 7 janvier au 25 février 12 h 30 à 16 h Salle Giguère	<b>Initiation au bridge</b> Inscription : 8 \$ pour 8 cours, payable au bureau de la Corpo ou par Virement Interac plus 50 \$ payable au professeur lors du premier cours. A la fin du cours vous êtes invité.es à joindre le groupe de Bridge 2 jusqu'au 13 mai	Roger Piché

## Club de lecture

Lecture de votre choix, groupe mixte, 12 personnes maximum incluant les deux animatrices. Les deux responsables alterneront entre animation et modération à tour de rôle. L'inscription est 8 \$ pour la session.

**Responsables :** Ida Bilodeau et Madeleine Poirier

**Jours et dates :** Les mercredis 14 janvier, **11 février, 11 mars**, 8 avril et 13 mai

**Heure et lieu :** de 9 h 30 à 11 h 30, 14 janvier salle Giguère, 11 février et 11 mars à confirmer, 8 avril et 13 mai  
Petit café

## Forums de discussion

Le vendredi, de 13 h 30 à 15 h 30, salle du Foyer  
Ouvert aux membres et non-membres

Le Forum offre une belle occasion de discuter librement et partager votre savoir, vos opinions et vos expériences de vie sur le sujet du jour. Les thèmes de l'hiver-printemps ont été proposés par des participants de la session d'automne. Un merci très spécial à toutes les personnes qui ont contribué à enrichir le programme.

**À noter:** La personne animatrice n'est pas nécessairement experte en la matière, son rôle est de susciter la participation et les échanges entre les participants. La personne modératrice veille à la bonne marche des discussions en donnant la parole aux personnes qui ont levé la main. Si l'animation ou la modération vous intéressent, n'hésitez pas à nous en faire part. Nous sommes toujours heureux d'accueillir de nouvelles personnes.

Il n'y a pas d'inscription ni de frais; il s'agit de se présenter dans la salle du Foyer pour 13 h 30.

Dates	SUJETS
9 janvier	<b>Anecdotes.</b> Partageons des anecdotes à partir de nos souvenirs du temps des Fêtes.
16 janvier	<b>Avez-vous un auteur ou une autrice de choix?</b> Qui appréciez-vous lire particulièrement? Expliquez brièvement pourquoi.
23 janvier	<b>L'anxiété.</b> Quelles en sont les causes? Comment la gérer? Peut-on s'en défaire?
30 janvier	<b>Trucs et astuces de la vie quotidienne.</b> Partageons les trucs et astuces simplifiant notre vie quotidienne.
6 février	<b>Le gros bon sens.</b> Qu'est-ce que c'est? Peut-on s'y fier?

13 février	<b>L'amour humain.</b> Discutons les multiples tenants et aboutissants de ce sentiment.
20 février	<b>La sécurité.</b> Avons-nous l'impression de vivre en sécurité dans notre communauté, même la nuit? Comment accroître le sentiment d'être protégé des intrus? La solidarité du voisinage est-elle efficace?
27 février	<b>Le plus grand mal de notre siècle.</b> Est-ce l'ignorance ou l'indifférence? Ce mal est-il en nous-mêmes et dans la société?
6 mars	<b>Nos deuils.</b> Les aînés sont constamment exposés au deuil. Comment apaiser nos chagrins après la disparition des parents et amis les plus chers?
13 mars	<b>L'économie sociale et la décroissance.</b> Des solutions de rechange à nos problèmes économiques, sociaux et environnementaux?
20 mars	<b>La justice réparatrice.</b> Qu'apporte-t-elle de nouveau? Peut-elle mieux rendre justice que notre système de droit actuel?
27 mars	<b>La droite avance, la gauche stagne ou recule.</b> Les droits sociaux subissent les contrecoups. Pourquoi tant de pays virent présentement à droite du spectre politique? Simple mouvement cyclique, ou tendance durable?
3 avril	<b>Relâche</b>
10 avril	<b>L'égalité des sexes.</b> Progrès et reculs de cet idéal au XXI <sup>e</sup> siècle.
17 avril	<b>Qui est québécois.</b> Comment percevons-nous l'identité québécoise en ces temps d'immigration accrue?
24 avril	<b>Le Rapport Parent est-il dépassé.</b> Où en est l'éducation au Québec maintenant? Faut-il refaire notre système d'éducation?
1 mai	<b>Relâche</b>
8 mai	<b>L'intelligence artificielle.</b> L'humain sera-t-il augmenté ou diminué par l'intelligence artificielle?
15 mai	<b>La politesse.</b> Comment réduire les incivilités entre nous et à l'endroit des services publics?
22 mai	<b>Doit-on aborder le comportement humain d'abord à travers la psychologie ou la sociologie?</b> L'individu obéit-il d'abord à lui-même ou à son groupe social?
29 mai	<b>La solitude. Pourquoi y a-t-il tant de gens se sentant seuls?</b> Pourtant, nous pouvons communiquer instantanément partout au monde avec tellement de gens. S'agit-il d'un enjeu de santé publique?

## Évènements

<b>Dates</b>	<b>Activités</b>	<b>Notes</b>
Mercredi le 11 mars 19 h à 21 h 30 Salle Desjardins	<b>Boîte à chansons</b> 10 \$ pour les membres et 15 \$ pour les non-membres	Avec les musiciens Toussaint Fortin et Michel Beaudoin, et Rénald Daigneault
Mercredi le 29 avril 9 h à midi Salle Desjardins	<b>Inscription aux activités extérieures</b> La Corpo vous invite à venir vous inscrire aux activités extérieures ; mini-putt, palet (shuffleboard) et pétanque	Il n'y aura aucune pré-inscription avant la journée d'inscription
Vendredi le 1 mai 13 h 30 à 15 h 30 Salle du Foyer	<b>Thé printanier</b> 10 \$ pour les membres, 15 \$ pour les non-membres	Dégustation de thés en provenance de la Corée, du Sri Lanka et du Népal avec des bouchées dans une ambiance de circonstances.
Mercredi le 20 mai 16 h à 19 h Salle Giguère	<b>Assemblée générale annuelle</b> Un goûter sera servi	Il faut s'inscrire à l'avance à compter du 13 avril en appelant au bureau ou par courriel : 819-776-6015 corpocabane@gmail.com
Vendredi le 29 mai 14 h 30 à 16 h 30 aux jeux extérieurs et 16 h 30 à 19 h salle Giguère	<b>Fête des bénévoles</b>	Une occasion pour la Corpo de remercier ses nombreux bénévoles

## Bingo

**L'entrée est de 10 \$** qui vous donne droit à 2 paquets de 10 cartes. Vous pourrez vous procurer des cartes supplémentaires au cout de 5 \$ pour un paquet de 10 cartes. Il y aura également des prix à gagner. Il n'est pas nécessaire d'être membre de la Corpo ni de s'inscrire à l'avance. Vous n'avez qu'à vous présenter le jour même dans la salle Desjardins pour 12 h 30.

**Responsable:** Gisèle Robichaud

**Jours et dates:** les vendredis **6 février, 6 mars et 10 avril**

**Heure et lieu:** de **13 h à 16 h**, salle Desjardins

## Whist militaire

Les équipes sont formées au hasard. Un prix sera remis à l'équipe qui remporte le tournoi en plus des prix de présence à gagner. **L'entrée est de 8 \$.** Il n'est pas nécessaire d'être membre de la Corpo ni de s'inscrire à l'avance. Vous n'avez qu'à vous présenter le jour même dans la salle Desjardins pour 12 h 45 au plus tard.

**Responsable:** France Dauphin

**Jours et dates:** les vendredis **30 janvier, 20 mars et 24 avril**

**Heure et lieu:** de **13 h à 16 h**, salle Desjardins

## Horaire des activités – hiver-printemps 2026

<b>Lundi</b>	Échange des savoirs en artisanat (du 5 janvier au 25 mai) sauf 6 avril, 18 mai Cardio-Zen (voir page 2)	13 h - 15 h 13 h 00 - 14 h 10
<b>Mardi</b>	Scrabble duplicata * (du 6 janvier au 26 mai) Palet (shuffleboard) (du 6 janvier au 28 avril) Danse en ligne – Débutant (voir page 2) Danse en ligne – Intermédiaire (voir page 2) Scrabble classique (du 6 janvier au 26 mai) Cribbage (du 6 janvier au 28 avril)	9 h 30 - 11 h 30 12 h 30 - 16 h 12 h 40 - 13 h 40 13 h 50 - 14 h 50 13 h - 15 h 13 h - 16 h
<b>Mercredi</b>	Club de lecture (voir page 3) Atelier (voir page 2) Bridge – Groupe 2 (du 7 janvier au 13 mai) Échecs (du 7 janvier au 27 mai) Initiation au bridge (voir page 2) (du 7 janvier au 25 février)	9 h 30 - 11 h 30 9 h 30 - 11 h 30 12 h 30 - 16 h 13 h - 16 h 12 h 30 - 16 h
<b>Jeudi</b>	Appréciation de l'art \$ ♥ (du 15 janvier au 14 mai) Bridge – Groupe 1 \$ ♥ (du 8 janvier au 7 mai) Cartes: le 500 (du 8 janvier au 23 avril)	9 h 30 - 11 h 30 12 h 30 - 16 h 12 h 30 - 16 h
<b>Vendredi</b>	Baseball poche (du 9 janvier au 24 avril) sauf le 3 avril Forums de discussion (voir page 3)	10 h - 12 h 13 h 30 - 15 h 30

Carte de membre de la Corpo : 20 \$ par année.

Frais de salle : 8 \$ par session pour chaque activité à part quelques exceptions.

Nous acceptons tous les modes de paiement.

Renseignements : Téléphone 819 776-6015  
Courriel [corpocabane@gmail.com](mailto:corpocabane@gmail.com)  
Site internet [www.corpocabane.net](http://www.corpocabane.net)

Notes : ♥ *Liste d'attente*

\* *Apportez votre équipement.*

§ *Certains autres frais peuvent être demandés.*