



Corporation des aînés 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
Évènements	5
Bingo.....	5
Whist militaire.....	5
Horaire des activités – hiver-printemps 2026.....	6

Pour plus d'information

819 776-6015

corpocabane@gmail.com

www.corpocabane.net

(Version du 25 février 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 (Relâche : 4 mars)	Pyrogravure sur bois 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	Danse en ligne 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 27 avril 13 h à 14 h 10 (Relâche : 9 février, 9 mars et 6 avril) Salle Desjardins	Cardio-Zen Inscription : 40 \$ pour 12 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	Initiation au bridge 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 rejoindre 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, 8 avril et 13 mai – mardi 10 février - vendredi 6 mars

Heure et lieu : de 9 h 30 à 11 h 30, 14 janvier et 10 février salle Giguère, 6 mars Foyer, 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	Anecdotes. Partageons des anecdotes à partir de nos souvenirs du temps des Fêtes.
16 janvier	Avez-vous un auteur ou une autrice de choix? Qui appréciez-vous lire particulièrement? Expliquez brièvement pourquoi.
23 janvier	L'anxiété. Quelles en sont les causes? Comment la gérer? Peut-on s'en défaire?
30 janvier	Trucs et astuces de la vie quotidienne. Partageons les trucs et astuces simplifiant notre vie quotidienne.
6 février	Le gros bon sens. Qu'est-ce que c'est? Peut-on s'y fier?
13 février	L'amour humain. Discutons les multiples tenants et aboutissants de ce sentiment.

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

Évènements

Dates	Activités	Notes
Mercredi le 11 mars 19 h à 21 h 30 Salle Desjardins	Boîte à chansons 10 \$ pour les membres, 15 \$ pour les non-membres	Avec les musiciens Toussaint Fortin et Michel Beaudoin, et Rénald Daigneault
Mercredi le 22 avril 9 h à midi Salle Desjardins	Inscription aux activités extérieures 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	Thé printanier 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.
Mercredi le 20 mai 16 h à 19 h Salle Giguère	Assemblée générale annuelle 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	Fête des bénévoles	Une occasion pour la Corpo de remercier ses nombreux bénévoles.
Mardi le 16 juin à midi 582 rue MacLaren Est Buckingham	Lunch à la Table des Trois Vallées 32 \$ payable à l'avance	Un succulent repas préparé et servi par les étudiants et étudiantes de l'École hôtelière de l'Outaouais

Bingo

L'entrée est de 10 \$ qui vous donne droit à 2 paquets de 10 cartes. Vous pourrez vous procurer des cartes supplémentaires au coût 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

<p>Lundi</p> <p>Échange des savoirs en artisanat (du 5 janvier au 25 mai) sauf 6 avril, 18 mai Cardio-Zen (voir page 2)</p>	<p>13 h - 15 h 13 h 00 - 14 h 10</p>
<p>Mardi</p> <p>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)</p>	<p>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</p>
<p>Mercredi</p> <p>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)</p>	<p>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</p>
<p>Jeudi</p> <p>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)</p>	<p>9 h 30 - 11 h 30 12 h 30 - 16 h 12 h 30 - 16 h</p>
<p>Vendredi</p> <p>Baseball poche (du 9 janvier au 24 avril) sauf le 3 avril Forums de discussion (voir page 3)</p>	<p>10 h - 12 h 13 h 30 - 15 h 30</p>

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

Site internet www.corpocabane.net

Notes : ♥ *Liste d'attente*

* *Apportez votre équipement.*

\$ *Certains autres frais peuvent être demandés.*