



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

Programme

Automne 2026

Table des matières

Horaire des activités – Automne 2026.....	2
Cours : Cardio-Zen, Danse en ligne, Initiation au bridge.....	3
Activités thématiques : Appréciation de l’art, Forums de discussion	4
Activités mensuelles : Club de lecture, Bingo, Whist Militaire	5
Évènements : Inscriptions aux activités d’automne, Expo-Corpo, Fête de Noël	6
Autre évènement : Souper spaghetti au profit de la Fondation des aînés de l’Outaouais (FAO).....	6

Pour plus d’information :

Téléphone : 819-776-6015

Courriel : corpocabane@gmail.com

Site Internet : www.corpocabane.net

Merci à notre commanditaire !



HORAIRE DES ACTIVITÉS / COURS – AUTOMNE 2026

Jours	Heures	Titres	Date du début	Date de la fin
Lundi	13 h 00 - 15 h 00	Artisanat - Échange des savoirs	14-sept (sauf 12-oct)	7-déc
	13 h 00 - 14 h 10	Cardio-Zen * (voir page 3)	21-sept (sauf 12-oct et 9-nov)	7-déc
Mardi	9 h 30 - 11 h 30	Scrabble duplicate *	8-sept	15-déc
	13 h 00 - 15 h 00	Scrabble classique	8-sept	15-déc
	12 h 00 - 16 h 30	Palet (shuffleboard)	8-sept	8-déc
	12 h 30 - 16 h 00	Cribbage	8-sept	8-déc
	12 h 40 - 13 h 40	Danse en ligne – Débutant \$ (voir page 3)	8-sept	24-nov
	13 h 50 - 14 h 50	Danse en ligne – Intermédiaire \$ (voir page 3)	8-sept	24-nov
Mercredi	9 h 30 - 11 h 30	Club de lecture ■♥ (voir page 5)	9-sept	11-nov
	12 h 30 - 16 h 00	Bridge – Groupe 2	9-sept	9-déc
	12 h 30 - 16 h 00	Échecs	9-sept	9-déc
	12 h 30 - 16 h 00	Initiation au bridge \$ (voir page 3)	9-sept	11-nov
Jeudi	9 h 30 - 11 h 30	Appréciation de l'art \$ ♥ (voir page 4)	17-sept	10-déc.
	12 h 30 - 16 h 00	Bridge – Groupe 1 ♥	10-sept	10-déc.
	12 h 30 - 16 h 00	Cartes: le 500	10-sept (sauf 19-nov)	3-déc.
Vendredi	9 h 30 - 12 h 00	Jeux divers : Baseball poche, mini-putt, pétanque atout	11-sept	4-dec
	13 h 30 - 15 h 30	Forums de discussion (voir page 4)	11-sept	18-déc
	13 h 00 - 16 h 00	Bingo ■ (voir page 5)	11-sept	6-nov
	13 h 00 - 16 h 00	Whist Militaire ■ (voir page 5)	25-sept	20-nov

AUTRES INFORMATIONS

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

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

Paiements : Nous acceptons tous les modes de paiement.

Notes : ♥ Liste d'attente

* Apportez votre équipement, votre matériel

\$ Certains autres frais peuvent être demandés

■ Activité mensuelle

COURS (\$)

Quand et où	Cours et notes	Responsable(s)
(les lundis) 21 sept. au 7 déc. 13 h 00 à 14 h 10 (Relâche : 12 octobre et 9 novembre) Salle Desjardins	<u>Cardio-Zen</u> Inscription : 40 \$ pour 10 cours, payable au bureau de la Corpo ou par virement Interac. 15 personnes maximum. Apportez des poids de 2 à 3 livres et un élastique.	Marie-Diane Drouin
(les mardis) 8 sept. au 24 nov. 12 h 40 à 13 h 40 13 h 50 à 14 h 50 Salle Roland-Giguère	<u>Danse en ligne</u> Danse Débutant Danse Intermédiaire Inscription : 75 \$ pour 12 cours, payable au professeur de danse au premier cours.	École de danse en ligne Alain Roussel
(les mercredis) 9 sept. au 11 nov. 12 h 30 à 16 h 00 Salle Roland-Giguère	<u>Initiation au bridge</u> Inscription : 8 \$ pour 10 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 invités à joindre le groupe de Bridge 2 jusqu'au 9 décembre.	Roger Piché

ACTIVITÉS THÉMATIQUES

Appréciation de l'art (\$♥)
Ce groupe se rencontre tous les jeudis autour d'un sujet touchant des artistes et l'art dans son sens large. Les présentations sont normalement préparées par les membres. Le groupe est complet, cependant vous pouvez mettre votre nom sur la liste d'attente en appelant au bureau au 819-776-6015. Pour plus d'informations, veuillez consulter notre site internet au www.corpocabane.net/activites/appreciation-de-lart

Forums de discussion	
Le vendredi, de 13 h 30 à 15 h 30, salle du Foyer Ouvert aux membres et non-membres	
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. 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'automne 2026 ont été proposés par des participants de la session d'hiver. 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.	
Date	Sujet
11- sept	L'intimidation en milieu scolaire. Quelles sont ses causes? Comment y remédier?
18-sept	L'art du mandala. Présentation d'œuvres diverses; explication de la technique et du sens.
25-sept	Que pensez-vous de la publicité? Elle se trouve partout. Comment y réagissez-vous?
2-oct	Le droit de manifester. Jusqu'où peut-on aller pour se faire entendre?
9-oct	L'école à trois vitesses. Le meilleur système d'éducation possible, ou pourrait-on faire mieux?
16-oct	L'intégration des immigrants au Québec. Est-elle adéquate, ou en besoin d'amélioration?
23-oct	La qualité de vie au Québec est-elle moins bonne qu'en Ontario? Une simple question économique, ou plus que ça?
30-oct	Dialogue intergénérationnel. Des ados nous donnent leur opinion sur ce qui est important pour eux.
6-nov	L'attachement aux animaux de compagnie. Une amélioration de la qualité de vie?
13-nov	Que se passe-t-il dans l'univers ? Un physicien vient en parler et répond à nos questions.
20-nov	Notre société protège-t-elle ses enfants trop ou pas assez? Assure-t-on présentement leur sécurité, mais sans nuire à leur développement?
27-nov	Le prix Nobel de la Paix. Aurait-il perdu de son prestige ?
4-déc	La dette publique. Préoccupe-t-elle à juste titre? Jusqu'où peut-on endetter le pays?
11-déc	Les médias d'information. Sont-ils indispensables? Peut-on leur faire confiance?
18-déc	Chantons avec Toussaint. Activité chorale ouverte à tous les participants aux forums.

ACTIVITÉS MENSUELLES (■)

Quand et où	Activités et notes	Responsable(s)
Les vendredis 11 septembre, 2 octobre et 6 novembre 13 h 00 à 16 h 00 salle Desjardins	<u>Bingo</u> L'entrée est de 10 \$ qui vous donnent droit à 2 paquets de 10 cartes. Vous pourrez vous procurer des cartes supplémentaires au cout de 5 \$ par 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.	Gisèle Robichaud
Les vendredis 25 septembre, 9 octobre et 20 novembre 13 h 00 à 16 h 00 salle Desjardins	<u>Whist militaire</u> La Corpo organise un vendredi par mois un 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.	France Dauphin
Les mercredis 9 septembre, 14 octobre et 11 novembre 9 h 30 à 11 h 30 salle du Foyer	<u>Club de lecture (♥)</u> Lecture de votre choix, groupe mixte, 12 personnes maximum incluant les deux animatrices. Les deux responsables alternent entre animation et modération à tour de rôle. L'inscription est 8 \$ pour la session.	Ida Bilodeau et Madeleine Poirier

ÉVÈNEMENTS

Quand et où	Évènements	Notes
Mercredi 26 aout 9 h à midi Salle Desjardins	Inscription aux activités intérieures La Corpo vous invite à venir vous inscrire aux activités de l'automne.	Il n'y aura aucune pré-inscription avant la journée d'inscription
Jeudi 19 novembre 10 h à 16 h Salle Desjardins	Expo-Corpo Les artistes et artisans sont invités à exposer et à vendre leurs créations.	15 \$ par table Vous devez être membre de la Corpo. Vous pouvez réserver votre table en appelant au bureau ou par courriel. 819-776-6015 corpocabane@gmail.com
Mercredi 9 décembre 17 h 30 à 22 h 30 Salle Desjardins Service au bar dès 17 h 30	Fête de Noël Souper et soirée dansante	50 \$ pour les membres 55 \$ pour les non-membres Grande soirée à laquelle les membres et non-membres sont invités

Évènement au profit de la Fondation pour les Aînés de l'Outaouais (FAO)

Quand et où	Évènements	Notes
Mardi 17 novembre 17 h Salle Desjardins <u>Bar ouvert</u>	Souper spaghetti	25 \$ pour tous