

Les Rencontres d'amitié d'automne

Du jeudi 10 septembre au jeudi 17 décembre 2026



Les rencontres d'amitié sont des cafés-rencontres gratuits qui visent à favoriser la vie associative entre les personnes aînées, mais aussi de les informer et les connecter aux bonnes ressources.

Elles se déroulent autour de plusieurs rencontres thématiques, dont certaines sont animées par des invités ayant l'expertise dans leurs domaines.

LIEU PAROISSE JEAN XXIII

1194 Bd Saint-René O, Gatineau, QC (Porte 2, accès par l'arrière)

NB: Présence d'escaliers pour accéder à la salle.

Pour vous inscrire :

- Choisir les activités qui vous intéressent.
- Communiquer avec nous

par téléphone au (819) 568-0747 poste 110

ou par courriel au info@cabgatineau.com



CENTRE D'ACTION
Bénévole
DE GATINEAU

Consultez toute la programmation au verso



 Défis du voisinage et la médiation. <i>Jeudi 10 septembre 2026 / 9h30 à 12h30</i> Par Me Katherin Scarlett Guerra et Alecks Aubé intervenante sociale	 La zoothérapie et ses nombreux bienfaits. <i>Jeudi 17 septembre 2026 / 9h30 à 12h30</i> Par Céline Gauthier intervenante en zoothérapie	 Prévention des chutes et maintien de son autonomie. <i>Jeudi 24 septembre 2026 / 9h30 à 12h30</i> Par Teanna Gauthier et Marikosa Lafontaine-Boyer Kinésiologues
 Café rencontre Thématiques surprises! <i>Jeudi 01 octobre 2026 / 9h30 à 12h30</i> Par les participants et les ressources communautaires	 Se défaire du poids de la culpabilité. <i>Jeudi 08 octobre 2026 / 9h30 à 12h30</i> Par Valérie Caron TRA thérapeute en relation d'aide	 Café rencontre Thématiques surprises! <i>Jeudi 15 octobre 2026 / 9h30 à 12h30</i> Par les participants et les ressources communautaires
 Information et désinformation. <i>Jeudi 22 octobre 2026 / 9h30 à 12h30</i> Par Gabriel Le Marquant Perreault journaliste- reporter radio	 Présentation des services de l'ANO et sensibilisation face aux AVC et TCC. <i>Jeudi 29 octobre 2026 / 9h30 à 12h30</i> Par David Duguay, Directeur général et Danie Lafontaine intervenante psychosociale	 Café rencontre Thématiques surprises! <i>Jeudi 5 novembre 2026 / 9h30 à 12h30</i> Par les participants et les ressources communautaires
 Au volant de ma santé: la sécurité routière n'a pas d'âge. <i>Jeudi 12 novembre 2026 / 9h30 à 12h30</i> Par Évelyne Cazalais conseillère en relation avec le milieu	 La proche aidance de A à Z, incluant les ressources disponibles. <i>Jeudi 19 novembre 2026 / 9h30 à 12h30</i> Par Florence Pageot responsable régionale	 Testament et mandats de protection. <i>Jeudi 26 novembre 2026 / 9h30 à 12h30</i> Par Me Marielle Dessailly et Alecks Aubé intervenante sociale
 Comprendre le cerveau au fil des années. <i>Jeudi 03 décembre 2026 / 9h30 à 12h30</i> Par Alexandra Potvin-Desrochers Ph.D., chercheuse au CISSSO et coirectrice du laboratoire TechSoins	 L'amour et moi dans les relations affectives. <i>Jeudi 10 décembre 2026 / 9h30 à 12h30</i> Par Valérie Caron TRA thérapeute en relation d'aide	 Café rencontre dernier de la saison Thématiques surprises... spéciale Noël! <i>Jeudi 17 décembre 2026 / 9h30 à 12h30</i> Par les participants et les ressources communautaires

