

Volume 17, n° 6, Avril 2017

Votre journal



L'Étincelle



Dans ce document le masculin est utilisé pour désigner également les femmes et les hommes.

40 ANS
D'ENTRAIDE ET
DE COMPLICITÉ

campus 3

Précis d'information

POURQUOI LE NOM «CAMPUS 3»?

NOS OBJECTIFS

Nous sommes uniques et nous voulons nous démarquer des autres organismes communautaires:

- (1) rafraîchir l'image de marque et la perception de l'établissement
- (2) augmenter la notoriété et la visibilité dans le marché
- (3) proposer et améliorer les outils de communication et de promotion du CAG
- (4) augmenter le membership et la fierté d'appartenance chez les membres
- (5) développer l'offre de services afin d'assurer une plus grande rentabilité et un développement maximal du potentiel de l'établissement
- (6) développer de nouvelles activités d'économie sociale

D'ABORD, POURQUOI LE NOM «CAMPUS»?

CAMPUS, vient du mot latin désignant un champ.

- parce qu'on retrouve tous nos services sur un même emplacement dans des bâtiments connexes ou attachés entre eux.
- Plus général — pas exclusif à une catégorie de la population
- Avant-gardiste
- Connotation moderne et à la mode
- Nous projette à l'avant-scène
- Nous démarque de tout autre organisme communautaire régional

- Nous confère une personnalité multi-disciplinaire et sans limite
- Rappelle la jeunesse d'une micro-société
- Représentatif d'une collectivité dynamique
- Évoque des activités d'apprentissage
- Suppose de multiples activités de croissance personnelle
- Associé à un espace ou un territoire défini
- Représente une ouverture sur le monde
- Évoque le bouillonnement des idées, le développement de projets, l'innovation
- Rappelle une ruche où bourdonne une énergie constante
- Ne pose aucune contrainte au développement de nouveaux services

Le nom est utilisé pour identifier des établissements collégiaux ou universitaires destinés au savoir, mais il s'est élargi au 20^e siècle pour s'appliquer à certaines entreprises (Campus Microsoft, Apple Campus, Campus Google, etc.).

NOTRE MISSION EST EN CONSTANTE ÉVOLUTION

- Nous avons plusieurs fonctions
- Nous développons de nouveaux services
- Nous avons plusieurs clientèles différentes
- Nous courtisons de nouvelles clientèles (50+)

POURQUOI CAMPUS « TROIS » ?

TROIS pour 3^e âge, notre vocation première.

TROIS pour nos trois valeurs:

- L'ENGAGEMENT
- LE PARTENARIAT
- L'INNOVATION ET LE RESPECT

40 ANS
D'ENTRAIDE ET
DE COMPLICITÉ

campus 3

EN 3 PROGRAMMES, LE CENTRE DES AÎNÉS DE GATINEAU

(1) LES ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

- Programmes socioculturels (loisirs, activité physique et santé, arts, artisanat et musique, cours d'espagnol et anglais, sculpture et pyrogravure)
- Programme d'aide aux aînés vulnérables et à risque d'exclusion (PAVRE)
- Atelier de jour pour aînés en maintien d'autonomie et vivant avec l'Alzheimer
- Programme intégré d'équilibre dynamique (PIED)
- Programme pour aînés vivant avec une déficience intellectuelle (PADI)
- Conférences

(2) L'HÉBERGEMENT ET LE RÉPIT

- La résidence du Faubourg, 130 unités de logement pour aînés 50+
- HébergeVac, centre de villégiature de répit pour aînés en perte d'autonomie mais également à leurs aidants naturels (proches aidants)

(3) LES ACTIVITÉS D'ÉCONOMIE SOCIALE

- Service de traiteur, resto-bistro et mets pour emporter
- Atelier d'ébénisterie et de fabrication artisanale
- Vente d'artisanat de Noël
- Location de salles

BIENTÔT — L'Université du 3^e âge et le programme Lire et faire lire

40 ANS
D'ENTRAIDE ET
DE COMPLICITÉ

campus3

PROGRAMMATION

Les activités du 40^e anniversaire du *Centre des aînés de Gatineau* se déroulent cette année sous sa nouvelle bannière d'identification

campus3

Découvrez le programme, choisissez vos sorties, invitez vos ami(e)s et profitez de ces occasions de vous ressourcer, de vous amuser et de fraterniser ensemble!

- LE 27 MARS** — Lancement des activités du 40^e anniversaire
Portes ouvertes et visite des lieux
- LE 23 AVRIL** — Brunch des partenaires, des membres, des bénévoles et du personnel (Semaine du bénévolat)
- LE 29 AVRIL** — Foire artisanale du 40^e anniversaire
- LE 11 MAI** — CONFÉRENCE DE RICHARD BÉLIVEAU
docteur en biochimie, chercheur, auteur, animateur
«**Viellir en santé...Prévenir au quotidien**»
- LE 1^{er} JUIN** — CONFÉRENCE DE MARTINE LAGACÉ, Ph.D.
docteure en psychologie, professeure,
chercheuse, vice-doyenne et secrétaire,
Faculté des Arts, Université d'Ottawa
«**Créer des espaces intergénérationnels
pour mieux vieillir ensemble**»

LE 10 JUIN — La fête des voisins (Semaine de Gatineau)

LE 13 SEPT. — CONFÉRENCE DE SERGE BOUCHARD
docteur en anthropologie, professeur, écrivain,
chercheur, animateur et conférencier de renom
«Vieillir. Mourir. Aider. Accompagner.»

LE 27 SEPT. — CONFÉRENCE DE STEPHAN OUIMETTE
kinésologue, Myokin Santé
«L'activité physique, la prescription pour ma santé»

LE 13 OCT. — Soirée-bénéfice Vins et fromages
sous la présidence d'honneur de la sommelière
Véronique Rivest

AUTRES DATES À CONFIRMER

Lancement de l'antenne outaouaise de

L'UNIVERSITÉ DU 3^e ÂGE

L'Université du troisième âge (UTA) de la Faculté d'éducation de l'Université de Sherbrooke est formée de 28 antennes universitaires réparties dans 10 régions du Québec, notamment dans les Cantons de l'Est, au Centre-du-Québec, dans la région de Charlevoix, sur l'Île de Montréal, à Laval, dans les Laurentides, dans Lanaudière et en Montérégie. L'UTA, organise une programmation pédagogique qui s'adresse aux aînés soucieux d'entreprendre ou de parfaire leurs études... pour le plaisir.

Lancement du programme

LIRE ET FAIRE LIRE

pour susciter le plaisir de la lecture et le goût des livres chez les enfants, favorisant du même coup les liens entre les générations.

40 ANS
D'ENTRAIDE ET
DE COMPLICITÉ

campus3

MERCI À NOS COMMANDITAIRES



LUCIE CHARLEBOIS,
Ministre déléguée à la Réadaptation, à la Protection de
la jeunesse, à la Santé publique et aux Saines habitudes
de vie. Ministre responsable de la Montérégie.

MARC CARRIÈRE,
Député de Chapleau



**JEAN-CHARLES
PHILLIPS,**
Avocat

SYLVIE GONEAU,
Conseillère municipale
(Ville de Gatineau)

**JEAN-FRANÇOIS
LEBLANC,**
Conseiller municipale

STEVEN MACKINNON,
Député/MP, Gatineau

PAYSAGISTE CHARETTE

BOIS MARON

TECHNI-SCIE DM

2008

En 2008, le Centre offre d'acquiescer de l'**Archidiocèse de Gatineau** l'église St-Jean-Marie-Vianney pour la transformer en centre d'activités et de cours avec salle à dîner. De plus, on prépare la construction d'un édifice résidentiel locatif de 130 logements — la **Résidence du Faubourg Jean-Marie-Vianney** — pour personnes âgées à faible revenu et à mobilité réduite. Un projet de 23 millions \$ qui ouvrira ses portes en avril 2012.

2011

Le **Centre des aînés de Gatineau** fait l'acquisition du centre de villégiature **HébergeVac** de la **Fondation du CHSLD de la Pieta et du Foyer du bonheur** pour la somme d'un dollar. Il s'agit d'un lieu d'hébergement temporaire de répit-dépannage pour personnes en perte d'autonomie maintenues à domicile et leurs familles. Ce lieu de repos vise à l'amélioration de la qualité de vie de ces personnes en favorisant l'interaction avec leur environnement au bord du lac Écluse à Val-des-Monts, à 40 minutes de la ville.

2012

Le 27 avril 2012, le Centre prend possession de l'église St-Jean-Marie-Vianney et la grande aventure débute. On développe de nouveaux projets d'économie sociale comme la location de salles pour des événements de toutes sortes (mariages, 5 à 7, conférences, et autres) et un service de traiteur avec mets pour emporter. On établit une entente avec la **Coopérative funéraire de l'Outaouais** pour la fabrication et la vente d'urnes funéraires et l'atelier d'ébénisterie accepte des commandes pour la fabrication de meubles de toutes sortes pour le grand public.

2016-2017

Enfin à l'automne 2016, le Centre prépare la mise sur pied de deux nouveaux programmes: **L'Université du 3^e âge** (une initiative de l'**Université de Sherbrooke** qui compte déjà 28 antennes universitaires ou composantes à travers le Québec et qui existe depuis 40 ans) que l'on prévoit lancer officiellement en septembre 2017, et le programme **Lire et faire lire** qui poursuit deux objectifs: susciter le plaisir de la lecture et le goût des livres chez les enfants pour favoriser les liens entre les générations.

2017

On organise aussi une série d'activités pour marquer le 40^e anniversaire de l'organisme que l'on connaîtra dorénavant sous le nom **CAMPUS 3**, pour rafraîchir l'image de marque du Centre et pour mieux refléter la diversification des activités du Centre, représenter ses nouvelles clientèles et le distinguer de tous les autres organismes communautaires. Le nouveau nom évoque le bouillonnement des idées, le développement de l'offre de nouveaux programmes, l'innovation, l'apprentissage, la croissance personnelle et le dynamisme qui anime dorénavant l'organisme.

EN UN CLIN D'ŒIL, L'HISTORIQUE DU CENTRE DES AÎNÉS DE GATINEAU

campus 3

1975

En décembre 1975, le **Centre de référence et d'information** découvre que 69 % des personnes âgées qui avaient droit au supplément de revenu garanti ne le recevaient pas. L'organisme distribue un dépliant pour informer les personnes concernées.

En peu de temps, les bénévoles qui s'occupent du dossier sont débordés par le nombre de formulaires à remplir. Pendant les six premiers mois d'existence du **Centre de référence**, on constate les besoins urgents des aînés de la région de Gatineau.

1976

En 1976 naît l'idée de créer un organisme qui regrouperait les personnes du 3^e âge afin de les aider à se prendre en main. Pour les sept à huit premiers mois avant l'incorporation, le **CLSC Le Moulin** parraine l'organisme en voie de formation.

Le 3 novembre 1977, les Lettres patentes sont enregistrées constituant les requérants en corporation sous le nom de **Centre de l'amitié de Gatineau ltée.**

Le but ultime est de créer un centre de jour où les personnes de 60 ans et plus...

CLUB DE MARCHE DU CAMPUS3 2017



**Le club de marche reprend ses randonnées pour la saison.
Bienvenue à tous les intéressés.
Il s'agit d'une activité à la fois intéressante, sociale,
agréable et gratuite pour tous les membres.**

Les trajets s'étendent sur environ 4 ou 5 km et durent entre 1 heure et 1 heure trente

Quand : Tous les jeudis, dès le 4 mai 2017

Les départs se font à 9 h 30

Lieu de rassemblement pour les départs :

En mai les 4 et 11 : Stationnement du parc de La Baie entre
les numéros civiques 1089 et 1093
les 18 et 25 : Lac Leamy stationnement no 1

En juin les 1, 8 et 15 : Centre P.A Guertin rue Lambert secteur
Hull

les 22 et 29 : Parc Jacques-Cartier, Maison du vélo

En juillet les 6 et 13 : Mr. Lube, 51 boul. La Gappe
les 20 et 27 : rue Ste-Marthe à l'arrière de l'église Ste-Rose

En août les 3 et 10 : Parc Moussette secteur Hull
les 17 et 24 : Aréna Guertin, rue Carillon secteur Hull
le 31 : stationnement du Wal Mart boul. Maloney

En septembre le 7 : Parc Martin Larouche, rue Notre-Dame
le 14 : Lac Beauchamp, stationnement no 2
le 21 : Rue Ste-Marthe, à l'arrière de l'église Ste-Rose
le 28 : Marina du parc Sanscartier.

Bonnes randonnées et bonne saison 2017
Le club de marche du CAMPUS3

Club de Vélo du CAMPUS 3



Le printemps est à nos portes. Le club de Vélo recommence ses activités. Joignez-vous à notre groupe et vous aurez l'occasion de parcourir à vélo, les nombreux sentiers de notre région. Nous débuterons, nos randonnées par des trajets d'environ 15 à 20 km. Au cours des semaines qui suivront, nous tenterons d'atteindre 25 km et plus .

Quand : Tous les **Mardis**, dès le 2 mai 2017

Départ : à **9 h30**

Durée : Environ **1 h 30 à 2 h** selon le trajet.

OÙ : En **Mai**: (les 2, 9, 16, 23 et 30) **Marina du Parc Sanscartier**

En **Juin**: (les 6, 13, 20 et 27) **Lac Leamy, stationnement # 1**

En **Juillet**: (les 4, 11, 18 et 25) **Mr. Lube, 51, boul La Gappe**

En **Août**: (le 1^{er}) **Promenade Rockliffe, via Sussex, Stat. # 4**

(les 8 et 15) **Parc Moussette, secteur Hull**

(les 22 et 29) **Parc Jacques-Cartier, en face de la Piéta**

En **Septembre**: (les 5 et 12) **Lac Lemay à la plage**

(les 19 et 26) **Marina du Parc Sanscartier**

RESPONSABLES : **J.M. Lavictoire, S. Desormeaux**
et **W. Corriveau.**

L'ANNÉE 2017 MARQUE LE 40^e ANNIVERSAIRE DU CENTRE DES AÎNÉS DE GATINEAU ET NOUS AVONS DÉCIDÉ DE BIEN COMMENCER CETTE ANNÉE.

NOUS AVONS LE PLAISIR DE VOUS ANNONCER L'ADHÉSION DU CAG À L'ORGANISME « LIRE ET FAIRE LIRE » POUR LEQUEL NOUS AGIRONS À TITRE D'ANTENNE LOCALE EN OUTAOUAIS.

LA MISSION DE « LIRE ET FAIRE LIRE » EST DE DÉVELOPPER ET DE PROMOUVOIR LE GOÛT DE LA LECTURE CHEZ LES ENFANTS À TRAVERS DES LIENS INTERGÉNÉRATIONNELS.

SI NOUS AVONS DÉJÀ ÉVEILLÉ VOTRE CURIOSITÉ ET SOUHAITEZ DEVENIR BÉNÉVOLE-LECTEUR, VISITEZ LE SITE DE « LIRE ET FAIRE LIRE » SUR LE WEB. VOUS AIMERIEZ EN SAVOIR PLUS, SURVEILLEZ L'AFFICHAGE INTERNE, UNE RÉUNION AURA LIEU BIENTÔT OU CONTACTEZ-NOUS AU NUMÉRO SUIVANT [819.661.6865](tel:819.661.6865), NOUS NOUS FERONS UN PLAISIR DE VOUS RAPPELÉZ RAPIDEMENT.

JEAN-PIERRE ALLARD
SECRÉTAIRE DU CONSEIL D'ADMINISTRATION.



VIELLIR HEUREUX ET EN SANTÉ

Dans le cadre d'un projet de collaboration interprofessionnelle, les étudiants de La Cité, en collaboration avec l'Hôpital Montfort vous invitent à

LA FOIRE DE LA PROMOTION DE LA SANTÉ 2017



**LEMARDI
11 AVRIL 2017**

HÔPITAL MONTFORT
713, chemin Montréal,
Ottawa (Ontario)

DE 9 H À 14 H

**Auditorium,
1D211 et 1D211A**

Viellir heureux et en santé est un titre emprunté d'une publication de l'Institut de santé positive pour les aînés.



ENTRÉE GRATUITE
Trousse d'accueil

Vous pourrez visiter plusieurs kiosques d'information portant sur la santé, l'activité physique, la nutrition et plus encore.

RENSEIGNEMENTS

Andrée Poirier,
613 742-2483, poste 2089
Courriel :
andpoiri@lacitec.on.ca



« Cette initiative est financée par Santé Canada dans le cadre de la Feuille de route pour les langues officielles du Canada 2013-2018 : éducation, immigration, communautés. »



Activités socioculturelles

Photos du lancement de la programmation du 40^e anniversaire du Centre



Brunch des bénévoles

Le dimanche 23 avril 2017

Cette année, pour célébrer en grand le 40^e anniversaire du Centre, nous avons décidé d'ouvrir le brunch du 23 avril aux membres, aux partenaires et aux employés en plus de souligner l'apport extraordinaire de nos bénévoles.

Le brunch sera offert gratuitement aux bénévoles qui recevront sous peu une invitation du responsable de leur secteur de bénévolat. Cette invitation pourra être échangée contre un billet pour le brunch à l'accueil du Centre.

Pour les membres réguliers, le coût du brunch sera de 10 \$ et les billets seront disponibles à partir du lundi 10 avril à l'accueil du Centre.

LES TRICOTEUSES DU CAMPUS 3



Sac pour Ado au tricot

Mesure approximative: 7" x 9"

Fil à tricoter # 4 - Knitting Worsted: **A**, environ 85g / 3 oz, 150 mètres / 164 verges et **B**, une petite quantité.
Aiguilles à tricoter: 4.5mm (US 7).
Crochet: 5.0 mm (US H/8)
 Aiguille à laine.

Note: Chaque motif est travaillé en balle séparée avec 2 brins de B tenues ensemble. Faire suivre la couleur non en usage simplement sur l'envers de l'ouvrage. Prendre la nouvelle couleur par en dessous de la vieille couleur pour entremêler les fils et éviter des trous.

SAC

Rabat

Avec **A**, monter 29 m.

R 1- 5: Glisser 1 m à l'env, tricoter les m.

R 6: Glisser 1 m env, 2 end, à l'env jusqu'aux 3 dern m, 3 end.

BORDURE droite et gauche pour les rangs du rabat seulement (R7 à R26):

Glisser 1 m env, 2 end; 3 dern m, 3 end. Donne une bordure de 3 mailles de chaque côté.

R 7: 2 end, (avec 2 brins de **B**, 3 end, avec **A**, 5 end) X 2, 3 end; 2 end. Rang 1 du motif.

R 8: 1 env, (avec 2 brins de **B**, 5 env, avec **A**, 3 env) X 2, 5 env; 1 env. Rang 2 du motif.

R 9-11: Répéter R8 pour faire les rangs 3-5 du motif.

Inverser les mailles end et env aux 2 rangs pour que votre motif soit en endroit.

R 12: Répéter R7 pour faire le **rang 6 de la grille.** (Inverser les mailles end et env)

R 13-16: Avec **A**, continuer la bordure de 3 m, faire 4 rangs en point jersey, **terminer avec un rang env.**

R 17: 6 end, (avec 2 brins de **B**, 3 end, avec **A**, 5 end) X 2, 1 end. Rang 1 du motif.

R 18: 5 env, (avec 2 brins de **B**, 5 env, avec **A**, 3 env) X 2, 2 env. Rang 2 du motif.

R 19-21: Répéter R18 pour faire les rangs 3-5 de la grille (motif).

Inverser les mailles end et env au 2 rangs pour que votre motif soit en endroit.

R 22: Répéter R17 pour faire le rang 6 du motif. (Inverser les mailles end et env)

R 23-26: Avec **A**, continuer la bordure de 3 m, faire 4 rangs en point jersey, **terminer avec un rang env.**

Motif en Zigzag

R 27: Glisser 1 m env, (3 end, 3 env), finir avec 4 end.

R 28 et tous les rangs paires (côté env): Glisser 1 m env, env jusqu'à la dernière m, 1 end.

R 29: Glisser 1 m env, 1 env, (3 end, 3 env), finir avec 3 end.

R 31: Glisser 1 m env, 2 env, (3 end, 3 env), finir avec 2 end.

R 33: Glisser 1 m env, (3 env, 3 end), jusqu'aux 4 dernières m, 3 env, 1 end.

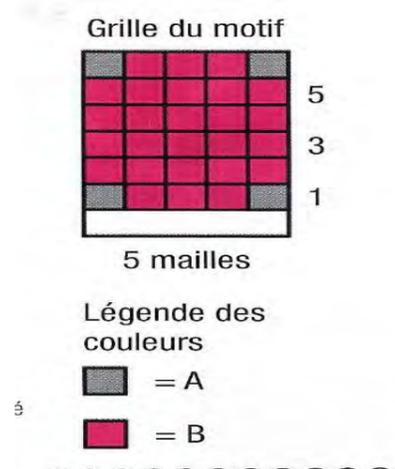
R 35: Répéter le R 31.

R 37: Répéter le R 29.

Répéter les R27-38 pour le motif de Zigzag jusqu'à ce que l'ouvrage mesure 44.5cm (17 1/2") du début du motif Zig zag, finir avec un rang sur l'env de l'ouvrage.

Répéter les R1-4.

Rabattre.



Courroie

Avec **A**, monter 6 m.

R 1: Glisser 1 m env, end.

Répéter R1 jusqu'à ce que l'ouvrage mesure 101cm (40") légèrement étiré.
Rabattre.

Finition

Avec l'envers de l'ouvrage ensemble, plier la section en zigzag du sac en deux pour que le bord rabattu touche le haut du rabat au début du motif zigzag.

Avec le crochet et **A**, joindre le fil au bord du rabat et en travaillant dans les deux couches, faire une mc le long du côté du sac juste à l'intérieur de la maille glissée du bord pour joindre.

Briser le fil.

Répéter sur le côté opposé.

Plier chaque extrémité de la courroie par-dessus les coutures de côté à 4cm (1½") du bord du haut de la section en zigzag et coudre en position.

Entrer les bouts.

ABBREVIATIONS: **A** = Couleur A; **B** = Couleur B; **C** = Couleur C; **dern** = dernier; **end** = endroit; **env** = envers; **m** = maille; **mc** = maille coulée, **mm**= millimètre, **pt jers** = points jersey; **r** = rang; * **ou** ** = répéter ce qui suit ou tel qu'indiqué.

Projet réalisé par les deux Hélène (Hélène D. et Hélène L.)

LA MENUISERIE

BOIS D'ALLUMAGE :

Vous pouvez vous procurer des retailles de bois pour vos foyers. La menuiserie se fait un plaisir de vous offrir des sacs bien remplis pour seulement **3 \$ par sac**.

6-7 ET 8 AVRIL (DU JEUDI AU SAMEDI) :

Vente aux Galeries de Hull - besoin de bénévoles

FOIRE ARTISANALE DU 29 AVRIL

Les menuisiers seront présents à la foire artisanale du 29 avril.

Vous pourrez les rencontrer et visiter leur magnifique atelier à cet occasion.

TIRAGE DU 1^{er} JUIN 2017 :

Desserte à vin en chêne verni incluant

8 verres à vin,

12 bouteilles de vin de qualité,

Un plateau de service et un

tire-bouchon à levier.

1 billet pour 0,99 \$

3 billets pour 2,00 \$

9 billets pour 5,00 \$

Les billets sont présentement en vente à l'accueil du Centre.



Pétanque extérieure – saison 2017

Jours et heures : le mardi 9 h et le mercredi 18 h 30

Endroit : Parc Lavictoire,
accès sur la rue East, Gatineau

Début : 16 mai 2017/9 h et 17 mai 2017/18 h 30

* Vous pouvez participer une ou deux fois par semaine.



Note :

Aucune inscription nécessaire, aucun frais,
équipement requis (non fournis)

Sylvie Crête

TRA, Thérapeute en relation d'aide^{MD}

*Thérapie individuelle pour adulte
Spécialiste de la relation*

Approche non directive créatrice^{MD}

◆ Un accueil chaleureux ◆ Un accompagnement respectueux, honnête, sensible et sans jugement ◆

819-921-5432

Reçu disponible pour impôt ou remboursement d'assurance

Membre de la CITRAC

- ◆ Soutien
- ◆ Accompagnement
- ◆ Écoute

SODOKU

Solution page 27

					3			
	4			1		9	6	5
	8	7					3	
1	9			5				
		5	6		2	1		
				9			5	4
	6					8	7	
8	5	9		7			1	
			3					



Le :Ghoeur du Temps

Pendant qu'elle lui prépare un bon chocolat chaud, petit Louis ouvre le cahier de chorale de sa grand-mère.

Sur la première page, est inscrite une liste de chants. Petit Louis se demande :
Dis grand-maman, est-ce que ce sont toutes les chansons pour votre concert ?
C'est quand votre concert ? C'est où ?

Contente de l'intérêt que lui porte son petit Louis, grand-maman lui répond :
Oui ! Ce sont toutes les chansons que nous allons interpréter.

Ce sera le samedi 29 avril prochain à l'église St-Mathieu à 19 H 30.

Amène-toi chez-nous	Le beau Danube bleu
Ça ne va pas changer le monde	Et c'est pas fini
Attends-moé ti-gars	I have a dream
L'incendie à Rio	Oh, happy day



Aye ! Grand-maman, je vois qu'il y a une autre chorale qui va chanter avec vous ?
Oui mon petit Louis, c'est la chorale « Les 4 Jeudis ».

Cielito Lindo	La foule
Les immortelles	La langue de chez nous
Le monde est beau	Siffler sur la colline
Théo et Antoinette	Pourquoi chanter

Venerabilis barba capuccinorum

Pis après, vous allez chanter ensemble, les deux chorales ?

Eh oui ! On va bien s'amuser jusqu'à la fin !

L'amitié	Hallelujah
Je chante avec toi liberté	Le temps
d'une chanson	
Quand les hommes vivront d'amour	Conquest of Paradise
Vangelis 1492	



Lorsque grand-maman lui sert son chocolat chaud, petit Louis avoue qu'il ne connaît pas tellement ces chansons-là :

Tu sais grand-maman, c'est pas comme ton concert de Noël. Je pense que papa et maman devraient aller à ton spectacle à ma place. Mais, je suis sûr que ça va être beau quand même !
Oh oui mon p'tit Lou, ça va être magnifique !

Inquiète-toi pas grand-maman, je vais en parler à mes parents ce soir. J'espère qu'il va y avoir beaucoup de monde parce que c'est « cool » quand vous chantez ensemble...

En effet ! C'est « cool » comme tu le dis si bien ! Surtout, n'oublie pas la date...

C'est quand encore ?

Euh ! c'est le samedi 29 avril à la... le... où encore grand-maman ?

C'est à l'église St-Mathieu à 19 H 30.

BON SPECTACLE !!



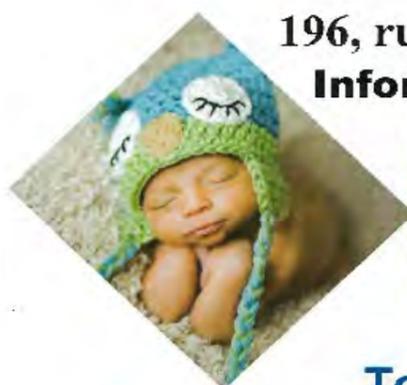
FOIRE ARTISANALE du Centre des aînés de Gatineau

SAMEDI 29 AVRIL 2017

9 h à 16 h

196, rue Notre-Dame, Gatineau

Information : 819-663-3305



Tout est fait à la main!

Toiles, cartes de souhaits, meubles en bois, tricots,
nourriture, produits naturels et alimentaires, bijoux, etc.



Une bonne occasion pour dénicher de bonnes idées pour des
cadeaux à l'occasion de la Fête des Mères et des Pères !



Réservez votre kiosque au plus tard le 14 avril

**40 ANS D'ENTRAIDE
ET DE COMPLICITÉ**



LES PETITES ANNONCES



DONS DE NYLON, LAINE ET PHENTEX RECHERCHÉS

Pour permettre aux tricoteuses de poursuivre leur excellent travail toute l'année !

Venez voir leurs magnifiques tricots à l'accueil du CAG.
Plein de bonnes idées cadeaux !

Les résidences du Faubourg Jean-Marie-Vianney
Nous sommes à la recherche de locataire.
Bientôt disponible : 1^{er} mai 2017 1 logement de 2 cc adapté.
1^{ER} juin 2017 1 logement de 2 cc conventionnel.
Critères : revenue au-dessus de 28 500 \$
À habiter 12 des derniers 24 mois à Gati-neau.
Limite de placement – 100 000\$.
Contacter, Elisabeth Commis au logement.
Du lundi au jeudi 8 h 30 à 11h et 13h à 16 h. Merci

METS POUR EMPORTER DU CAMPUS3

N'oubliez-pas d'acheter votre lasagne ou votre sauce à spaghetti !
Appelez au 819-663-3305, poste 217.

VRAIMENT PAS CHER !

Ordinateur à vendre. comprend aussi : Le moniteur, clavier, souris, Windows 7.(Table pas inclus)
Contacter Mme Beaulne
819-663-6412

BELLES PLANTES EN SANTÉ :

POTHOS & SCHEFFLERAS.

Beaux cadeaux en tout temps. Pots, céramique ou plastique, diverses grandeurs.
Prix variant entre 10 \$ et 25 \$.

Contactez Nicole au 819-246-5325.

Réservation pour du sucre à la crème ou des Norcks

Francine Giroux : 819-439-6731

Dans l'organisation des activités du **40^e** anniversaire du CAG (Campus3), nous aurons besoin de bénévoles.

Si vous êtes intéressés à participer et faire partie de la fête, donnez votre nom à Mijanou au 819-663-3305, poste 217 ou passez la voir à l'accueil.

Merci et au plaisir !

Vous ne savez plus quoi faire avec certains objets ?

Exemples : cadres, bibelots, vieux bijoux, etc.

L'Atelier de jour est à la recherche de petits cadeaux pour offrir à leur clientèle lors des parties de bingo.

MOMENT DE DÉTENTE

R	P	N	O	I	T	A	M	I	T	S	E
E	U	A	E	S	O	P	S	I	D	N	I
S	G	O	T	E	R	U	T	N	I	O	P
N	E	N	B	A	A	N	A	V	R	I	N
C	I	T	O	A	N	T	D	A	B	I	T
A	R	P	A	P	L	U	N	E	L	G	E
R	E	D	O	O	E	C	I	N	A	U	T
T	B	E	C	L	N	R	C	C	I	E	T
L	M	L	L	O	O	I	E	E	V	U	O
A	A	A	A	N	C	B	D	N	O	L	R
N	L	V	I	G	A	L	E	S	J	E	C
D	F	E	M	E	M	E	M	U	E	O	V

Mots débrouillés

**Mot de
8 lettres**

Écrivaine britannique de
romans d'amour à succès

Concession minière	MLICA	C _ _ I
Revolver	TOLC	G _ _ T
Tamis	RLIECB	@ _ _ B _ _
Crottin	TTROEC	C _ _ T _ _
Écrivain et peintre français mort en 1936	TIDBA	D _ _ I _ _
Décoloré	VLEEDA	D _ _ A _ _
Combat entre deux personnes	ULED	D _ _ L
Résine aromatique	SNNEEC	E _ _ E _ _
Substance poreuse	PONGEE	E _ _ N _ _
Appréciation	TTSONMIEA	E _ _ I _ _ T _ _ N
Brûler	RMLFEBA	F _ _ M _ _ R
Bouche des animaux	UULGEE	G _ _ U _ _
Incommodé	SSPONIED	I _ _ I _ _ O _ _
Enjoué	VOLJA	J _ _ I _ _
Travail de labourage	UROLBA	L _ _ O _ _
Moitié de l'échine du veau	ONLGE	L _ _ G _ _
Petit morceau de terrain	PONLI	L _ _ I _ _
Vin du Mâconnais	ONMCA	M _ _ O _ _
Docteur	NMIEEDC	M _ _ E _ _ N
Libération bouddhiste	VRNNIAA	N _ _ V _ _ A
Femme de lettres américaine	TSOEA	O _ _ E _ _
Ville du Népal	TPNAA	P _ _ A _ _
Dimension	UTRPONIE	P _ _ N _ _ R _ _
Souhait	VUOE	V _ _ U

SOLUTION PAGE 27

VOEUX DE BONNE SANTÉ ET TÉMOIGNAGES DE SYMPATHIE

Si vous connaissez des membres qui sont malades, mal-en-point ou qui vivent un deuil, veuillez laisser un message à la réception. Nous vous remercions à l'avance de votre collaboration.

Madeleine, l'épouse de M. Robert Villeneuve est décédée récemment. Toutes nos sympathies à Robert qui compte plusieurs années avec la chorale du Centre.

Toutes nos plus profondes sympathies à notre directeur général, Sylvain Germain, pour le décès de sa mère.

*L'esprit oublie toutes les souffrances
lorsque le chagrin a des compagnons et
que l'amitié le console.*

William Shakespeare

RAPPEL DES ACTIVITÉS DU MOIS DE AVRIL 2017

14	Le Centre sera fermé
16	PÂQUES
17	Le Centre sera fermé
23	Brunch du 40 ^e anniversaire
29	Foire artisanale du printemps de 9 h / 16 h

Suivez-nous sur Facebook !

Cliquez « J'AIME » la page du CENTRE DES ÂÎNÉS DE GATINEAU



Solutions Sodoku :



Un gros merci au Restaurant St-Hubert du boulevard Maloney pour la collaboration lors de la fête de Noël de l'Atelier de jour. Ce fut grandement apprécié de tous.

5	1	6	9	4	3	2	8	7
2	4	3	8	1	7	9	6	5
9	8	7	2	6	5	4	3	1
1	9	8	7	5	4	6	2	3
4	7	5	6	3	2	1	9	8
6	3	2	1	9	8	7	5	4
3	6	4	5	2	1	8	7	9
8	5	9	4	7	6	3	1	2
7	2	1	3	8	9	5	4	6

Solutions Mots débrouillés :
CARTLAND



Un gros merci à Yves Mongeon pour sa présence à l'atelier de jour sous la forme de son personnage de clown.

Il a ensoleillé la journée de nos participants avec de magnifiques sculptures de ballons.

Une belle activité appréciée de tous.

Membres du comité du journal L'Étincelle

Michèle Osborne Nicole Bartolini

Centre Japonais de la Photo 

Place du Centre - Galeries de Hull
819 778 3468 819 778 8880

www.centrejaponaisphoto.com

Bijouterie



Depuis 1972

Jacques Charron & fils

495, BOUL. DE LA GAPPE, GATINEAU, QC. J8T 0A5 819 246-4445

Les Soins ML&RS S.E.N.C.

8 Rue Du Renard
Cantley J8V 4C7
Bureau (819)813-0513
Cellulaire(819)661-5093/(819)351-2011
Courriel: lesoinsmlrs@gmail.com

*Manon Lavergne Inf.Aux.
Rachel Servant Inf.Aux.
(Membres en règles de O.L.L.A.Q.)*



- *Soins Postopératoire
- *Administration médication/Injection
- *Soins palliatifs
- *Répit pour nos aînés
- *Prélèvements sanguins et autres (domicile/travail)
- ***Sur prise de rendez-vous

Cyber Impôt 

Bernard Roy
Spécialiste en déclarations des particuliers
cyberimpot@videotron.ca

35 rue Gamelin, Gatineau QC, J8Y 1V4
819 210-8838

 **Côté Santé**
équipements médicaux & orthopédiques

355, boul. Gréber
819-246-9393

Coin Gréber et La Gappe
athena.chabot@cotesante.ca

 Mathieu.potvin@cotesante.ca

François Beauchemin
30 Ans d'Expérience

Configuration - Sauvegarde - Service Conseil
Mise-à-Jour - Récupération de données

Très bas prix
819-669-9945
beauchemin.francois@gmail.com

 **RÉPARATION D'ORDINATEUR**
À domicile ou en atelier



Micheline Buist
Maître Reiki
Technique EMF
Reconnexions cosmiques
Soins énergétiques canalisés

"Au plaisir de vous servir avec amour"

819.281.9101

L'OPTOMÉTRISTE

Dr. Pierre Pelletier
optométriste

390, BOULEVARD MALONEY EST
GATINEAU
(QUÉBEC) J8P 1E6
TÉLÉPHONE : (819) 669-2019

122-2, RUE PRINCIPALE
SAINT-ANDRÉ AVELLIN
(QUÉBEC) J0V 1W0
TÉLÉPHONE : (819) 983-1475



CENTRE DES AÎNÉS
DE GATINEAU

196, rue Notre-Dame Gatineau (Québec) J8P 0E6
819 663-3305
cag@videotron.ca
www.ainesdegatineau.ca