

Dernières nouvelles de la section Outaouais

Bonne rentrée à toutes et à tous !

Nous espérons que vous avez passé un excellent été et que cette saison vous a permis de profiter de beaux moments de détente. Avec l'arrivée de l'automne, nous sommes heureux de vous présenter une programmation dynamique qui saura, nous l'espérons, répondre à vos intérêts et vous offrir de nombreuses occasions d'apprendre, de vous divertir et de créer de nouveaux liens.

Nous vous rappelons que notre bureau situé à la Cabane en bois rond (bureau 115 au sous-sol) est ouvert les **mercredis de 9 h 30 à 16 h 30**. Nous demeurons également disponibles les autres jours de la semaine **sur rendez-vous**. N'hésitez pas à venir nous rencontrer; c'est toujours un plaisir pour notre équipe d'accueillir nos membres et d'échanger avec eux.

Nous vous remercions de votre confiance et de votre engagement envers l'ANRF - section Outaouais. Nous avons hâte de vous retrouver lors de nos prochaines activités et événements.

Dîner champêtre du 25 août dernier

Cette année, le traditionnel méchoui annuel a été remplacé par un **dîner champêtre**, où les participants ont eu le plaisir de déguster un savoureux repas de poulet barbecue dans une ambiance conviviale et chaleureuse. Cette belle atmosphère a notamment été rehaussée par l'excellente animation musicale de notre directeur général, **André**



Thivierge, qui a grandement contribué au succès de l'événement.

Organisé conjointement par l'**Académie des retraités de l'Outaouais (ARO)** et l'**Association nationale des retraités fédéraux (ANRF), section Outaouais**, l'événement a connu un franc succès en réunissant **plus de 170 participants**. Les organisateurs tiennent à remercier chaleureusement tous les bénévoles,

partenaires et participants qui ont contribué au succès de cette journée. Grâce à leur engagement et à leur présence, l'événement a une fois de plus démontré l'importance de favoriser les échanges et le maintien d'une vie sociale active chez les aînés et les retraités.



Débat des candidats à l'élection provinciale du lundi 2 septembre 2026

Un **débat électoral**, offert en formule hybride, a été organisé le **mercredi 2 septembre dernier** par un regroupement de huit associations d'aînés et de retraités de l'Outaouais, dont votre section. Des enjeux majeurs tels que le revenu des aînés, les soins à domicile, l'accès à un médecin de famille, le logement ainsi que le projet du futur centre hospitalier ont été au cœur de ce débat.



Julienne Koto, TAG, Nicole DesRoches, CAB-Service aux aînés des Collines, Réal Fortin, ANRF, Nicole Tremblay, AREQ, Luce Bernier AQDR Outaouais, Robert Ieduc, TCARO, André Thivierge, ANRF, Raphaël Déry, Parti Québécois, Emmanuelle Tremblay, Québec Solidaire, Suzanne Tremblay, Coalition Avenir Québec CAQ, Sacha Cannon, Parti Libéral du Québec

Activités à venir

Le 1er octobre 2026



1^{er} octobre 2026 - Beau temps, mauvais temps, venez marcher et célébrer comme le feront des marcheurs de Montréal, de Québec, de Rimouski, de Val d'Or, de Lorrainville (Témiscamingue) et de Saint-Hyacinthe. Joignez-vous à la marche afin de faire briller les forces des aînés ainsi que les forces de tous ceux et celles qui, chaque jour, agissent pour favoriser leur mieux-être et pour faire valoir leurs droits.

Lieu de rassemblement : Domaine des Trembles, 250, boul. Saint-Raymond, Gatineau

Accueil : dès 9 h 15 sous le grand chapiteau

Départ : 10 h

Inscription obligatoire : le ou avant le 21 septembre [Cliquez ici pour vous inscrire](#)

Activité festive gratuite. Apportez une bouteille d'eau et vos espadrilles. Une collation sera servie pour la marche. Les personnes inscrites recevront un billet pour le dîner (petite boîte à lunch). N'hésitez pas, si vous le désirez, à **porter vos identifiants pour votre association ou organisme**. Misons sur nos forces. Ne restons pas seuls. Mettons-nous ensemble. **Le 1^{er} octobre, on se rassemble, on marche, on brille.**

Déjeuner-conférence du 7 octobre 2026

7 octobre 2026 – Joignez-vous à nous pour un déjeuner-conférence présenté par la **Dre Patricia Berbari**, chirurgienne esthétique, en collaboration avec **MedicSPA Gatineau**.

À cette occasion, la Dre Berbari animera une conférence bilingue intitulée « **Se sentir bien dans sa peau à la retraite** », portant sur le bien-être et l'épanouissement à cette étape de la vie.

Un déjeuner continental gratuit sera servi aux participant.e.s.

Attention : contrairement à l'information publiée dans la revue SAGE, édition Automne 2026, **l'activité se tiendra à la clinique de la Dre Berbari**, située au 555, boulevard de la Gappe, à Gatineau.



IMPORTANT : Seules les 40 premières inscriptions seront retenues. Un courriel vous sera envoyé la veille de l'événement afin de confirmer si votre inscription a été acceptée. En vous inscrivant, vous vous engagez à être présent.e, puisque la planification des repas sera effectuée en fonction du nombre de participants confirmés.

Nous comprenons toutefois qu'un imprévu puisse survenir. Si vous devez annuler votre participation, veuillez-nous en aviser au moins **trois (3) jours avant l'événement** en communiquant avec nous à l'adresse admin@anrf-outaouais.ca ou au **819-776-4128**. Merci de votre collaboration.

Date : Le mercredi 7 octobre 2026

Heure : de 9 h à 11 h 30

Endroit : À la clinique de la Dre Berbari, au 555, boul. de la Gappe, Gatineau

Inscription : [Cliquez sur ce lien](#)



Veuillez prendre note que notre bureau sera **exceptionnellement ouvert** de midi à 17 h le 7 octobre 2026.

Contactez-nous

Vous avez des questions, commentaires ou suggestions? N'hésitez pas à communiquer avec nous à l'adresse admin@anrf-outaouais.ca ou en appelant au 819-776-4128. Visitez notre [page Facebook](#), notre [site Web](#) et notre [page LinkedIn](#).

Cordialement,

Réal Fortin

Président, Section Outaouais

Avis de non-responsabilité de la Section Outaouais : La Section Outaouais fournit de l'information sur des enjeux, des produits et des services, ainsi que sur des possibilités d'intérêt général à ses membres. Elle ne veut ni appuyer un point de vue particulier, ni cautionner un produit, un service ou une opportunité (y compris les possibilités de bénévolat ou d'emploi) qui pourrait convenir aux membres, mais uniquement porter à leur attention l'information dont elle dispose de façon qu'ils puissent faire leurs propres vérifications.



Registration link: <https://forms.cloud.microsoft/r/q2ALLAjUuP?origin=lprLink>

Only the first 40 registrations will be accepted. A confirmation email will be sent the day before the event to advise whether your registration has been accepted. By registering, you commit to attending, as meal planning will be based on the number of confirmed participants.

We understand that unforeseen circumstances may arise. If you need to cancel, please notify us at least three (3) days before the event by contacting us at admin@anrf-outaouais.ca or 819-776-4128. Thank you for your cooperation.

Please note: Contrary to the information published in the Fall 2026 issue of SAGE magazine, this event will take place at Dr. Berbari's clinic, located at 555 De La Gappe Boulevard, Gatineau.

Voir moins