



**TCARO**  
Table de concertation des aînés  
et retraités de l'Outaouais

**Rapport  
annuel**

**25-26**



# Table des matières

Mot du président .....	3
Mot de la direction générale .....	4
Bâtissons une société plus humaine avec les aînés .....	5
La symbiose intergénérationnelle .....	6
Conseil d'administration 2025-2026 et représentants .....	7
Mission • Vision • Mandat .....	8
Soutenir la concertation régionale : une priorité pour la TCARO .....	9
La représentation inclusive des aînés : un engagement central de la TCARO .....	10
Une voix qui continue d'influencer la prise de décision sur le plan régional .....	11-12
La TCARO se dote d'outils de communication au service d'une information claire .....	13
L'infolettre de la TCARO : informer, rassurer et mobiliser .....	14
Programme Nouveaux Horizons pour les aînés (PNHA) .....	15
Du nouveau pour 2026 – Démarche collective PNHA .....	16-22
Journée internationale des aînés (JIA) 2025 – « Aînés, piliers de nos communautés » .....	23
Prix Hommage Aînés 2025 .....	24
Hommage aux aînés bénévoles de l'Outaouais • Tapis rouge .....	25-27
Faits saillants PNHA & QADA .....	28
L'intergénérationnel fait des étincelles .....	29-30
Notre famille s'agrandit ! .....	31
Être membre de la TCARO, c'est être solidaire du mieux être des aînés .....	32
Emplois d'été Canada – Des liens intergénérationnels au cœur des milieux de vie .....	33
Comités .....	34
Liste des organismes membres en règle de la TCARO .....	35
Dates de rencontres des comités en 2025-2026 .....	36
Orientations .....	37



*La TCARO constitue la pierre angulaire de l'infrastructure sociale qui permettra à l'Outaouais d'affronter son virage démographique.*

*Sans son leadership, la région avancerait à l'aveuglette devant l'un des plus grands défis du siècle : garantir la dignité et la qualité de vie de nos aînés.*

— Marc P. Desjardins



# Mot du président

Ensemble, continuons à bâtir une région où il est possible de bien vieillir : de se loger convenablement, de se déplacer, de s'engager et de s'informer facilement.

L'année 2025-2026 marque un moment charnière pour la TCARO. Dans un contexte où les besoins des aînés se diversifient et se complexifient, notre réseau a su gagner en solidité et en influence, tout en conservant sa proximité avec le terrain.

Nos priorités demeurent claires : un logement adéquat et abordable, un transport collectif et adapté, la participation pleine et entière des aînés à la vie communautaire – notamment par le bénévolat – et une information présentée dans un langage clair, accessible et respectueux des différentes réalités. Ensemble, nous avons poursuivi le travail pour que ces enjeux soient au centre des décisions régionales et locales.

Au cours de la dernière année, les comités de la TCARO, appuyés par les organismes membres et les partenaires institutionnels, ont porté plusieurs dossiers majeurs touchant le maintien à domicile, la lutte contre l'isolement, la maltraitance, ainsi que l'inclusion des personnes aînées LGBTQ+. Ces travaux se traduisent par des recommandations concrètes, des prises de position publiques et des projets qui ont des effets réels sur la qualité de vie des aînés.

Sur la scène nationale, la TCARO est un membre actif de la *Conférence des Tables régionales de concertation des aînés du Québec*, où elle intervient de manière positive et constructive afin de faire entendre la voix de l'Outaouais. Sur le plan régional, notre organisation a participé activement au lancement de la politique *Vieillir en santé* du CISSS de l'Outaouais et a été présente lors de l'ouverture de deux nouvelles Maisons des aînés, des moments forts qui témoignent d'une volonté commune d'offrir des milieux de vie plus humains et plus adaptés.

Je tiens à exprimer ma profonde reconnaissance envers les membres du conseil d'administration, notre équipe, les bénévoles et nos bailleurs de fonds pour leur engagement constant. Cette reconnaissance va également à tous nos membres, qui font du mieux-être des aînés leur priorité au quotidien. La force de notre réseau repose sur la confiance, la collaboration et la conviction partagée que chaque aîné a droit à la dignité, à la sécurité et à la reconnaissance.

Ensemble, continuons à bâtir une région où il est possible de bien vieillir : se loger convenablement, se déplacer, s'engager et s'informer facilement.

– Robert Leduc, Président

# Mot de la direction générale

L'année 2025-2026 a confirmé la capacité de la TCARO à se transformer pour mieux servir les aînés de l'Outaouais. La consolidation de nos ressources et l'élargissement de nos partenariats nous ont permis de soutenir plus efficacement les initiatives régionales et d'être présents là où les besoins se font le plus sentir.

Sur le plan territorial, nous avons poursuivi un travail serré avec les tables locales de Gatineau, de la Vallée-de-la-Gatineau, du Pontiac, des Collines-de-l'Outaouais et de Papineau. Cette proximité continue de nourrir nos analyses et nos recommandations, notamment sur les enjeux de logement, de transport collectif, de maintien à domicile et de participation sociale.

Les programmes *Nouveaux Horizons* pour les aînés et *Québec ami des aînés* demeurent des leviers importants. Les projets évalués et accompagnés cette année contribuent à briser l'isolement, à lutter contre la maltraitance, à encourager le bénévolat et à adapter les milieux de vie aux réalités des aînés. À cela s'ajoutent nos collaborations avec

le *CISSS de l'Outaouais* et les municipalités, qui renforcent la cohérence des actions déployées dans la région.

Nous avons également mis l'accent sur la circulation de l'information : infolettre mensuelle, bulletin, site Web modernisé, présence sur les médias sociaux. La TCARO se positionne de plus en plus comme un carrefour des informations pertinentes pour les aînés et les organismes qui les accompagnent, en veillant autant à la qualité du contenu qu'à la façon de le présenter.

Rien de tout cela ne serait possible sans la confiance de nos membres, le travail soutenu de l'équipe et l'appui de nos partenaires financiers. Dans un contexte de vieillissement accéléré de la population, la TCARO demeure résolue à défendre les droits des aînés, à soutenir leur participation à la vie collective et à contribuer à une Outaouais plus humaine et plus inclusive.

– *Marc P. Desjardins,*  
*Directeur général*



*La consolidation de nos ressources et l'élargissement de nos partenariats nous ont permis de soutenir plus efficacement les initiatives régionales et d'être présents là où les besoins se font le plus sentir.*



# Bâtissons une société plus humaine avec les aînés

Chaque génération possède son histoire, son rythme et ses réalités.

C'est dans la rencontre de ces différences que se construit une véritable richesse.

Je suis arrivé en mars 2026 à la TCARO comme nouvel employé, avec le mandat de contribuer notamment aux projets du Programme Nouveaux Horizons pour les aînés.

Dès mes premiers jours, deux livres ont attiré mon attention dans le bureau : *L'intergénérationnel fait des étincelles*, produit par la TCARO, et celui de Boucar Diouf, *Déconnecter pour se rebrancher aux racines de notre humanité*. Ces lectures ont résonné avec une réflexion qui m'habite depuis mon arrivée. Nous vivons dans un monde qui évolue rapidement, parfois au point de perdre certains repères. Dans ce contexte, les aînés occupent une place essentielle. Ils sont porteurs de mémoire, d'expérience et de savoirs qui enrichissent notre société et contribuent à lui donner du sens.

Au fil de mes échanges avec les partenaires et les membres de la TCARO, une question revient régulièrement : au-delà des besoins des aînés, comment pouvons-nous mieux reconnaître et valoriser leur contribution à la société ? Cette réflexion est au cœur de notre action collective. Chaque génération possède son histoire, son rythme et ses réalités. C'est dans la rencontre de ces différences que se construit une véritable richesse. L'intergénérationnel n'est pas seulement un concept : il représente une occasion concrète de créer des liens, de favoriser le partage et de renforcer le sentiment d'appartenance.

Sur une note plus personnelle, ces réflexions me ramènent à mes propres souvenirs d'enfance. Les repas en famille chez mes grands-parents, les

discussions qui se prolongeaient, les histoires racontées, les odeurs de cuisine et le jardin où l'on cueillait les légumes. Ces moments simples, mais profondément humains, témoignent de l'importance des liens entre les générations. Aujourd'hui, alors que les interactions sont souvent médiatisées par les écrans et que le rythme de vie s'accélère, il devient essentiel de préserver ces espaces de transmission et de rencontre.

La TCARO joue un rôle clé en ce sens. Elle constitue un point d'ancrage pour rassembler les acteurs, favoriser le dialogue et soutenir des initiatives qui rapprochent les générations. Elle contribue à bâtir une communauté plus inclusive, où les aînés sont reconnus non seulement pour leurs besoins, mais aussi pour leur apport indispensable.

En ce sens, les aînés sont des guides précieux pour mieux comprendre notre passé et éclairer notre avenir.

Je tiens à remercier chaleureusement les aînés pour leur engagement, leur générosité et leur contribution à la société. Leur présence est essentielle, aujourd'hui comme demain.

– Jean-Charles Pichereau  
DGA - TCARO

# La symbiose intergénérationnelle

Alors que j'étais jeune homme, j'ai eu le privilège de travailler aux côtés de personnes âgées qui ont généreusement partagé leur expérience professionnelle. Au fil des années, ces échanges se sont multipliés. Les trucs, techniques et philosophies auxquels j'ai été exposé m'ont appris une chose essentielle : *la valeur de nos aînés dépasse largement la somme de leurs expériences individuelles.*

Pourtant, l'histoire demeure jalonnée de répétitions et d'erreurs commises par des sociétés et des individus qui auraient gagné à tirer des leçons de leurs prédécesseurs. Bien souvent, ces oublis auraient permis d'éviter de retomber dans les mêmes pièges, ou à tout le moins de s'épargner bien des ennuis—ce dont nous sommes tous témoins, particulièrement aujourd'hui.

Ayant œuvré plusieurs années dans des organisations plaçant le bien-être des aînés au cœur de leurs priorités, il m'a semblé naturel de m'impliquer au sein de la TCARO. Ces expériences et rencontres m'ont permis de saisir à quel point les personnes âgées sont riches de leur vécu. Au-delà des bénéfiques, des échanges intergénérationnels, il est clair que les aînés souhaitent continuer à contribuer activement à la société. Vieillir ne signifie pas être fini—bien au contraire !

Nous observons d'ailleurs combien le jumelage intergénérationnel est bénéfique.

Le partage des connaissances se fait dans les deux sens, et chacun y trouve son compte. De nombreuses entreprises le démontrent : en misant sur la collaboration entre les générations, elles renforcent leur créativité, leur efficacité et leur cohésion. Lorsque les forces et savoir-faire sont combinés, c'est toute la communauté qui en bénéficie.

Avec le vieillissement constant de la population, il est plus pertinent que jamais d'inclure « nos sages » dans tous les aspects de la vie collective. Cette approche permet à toutes les générations d'évoluer avec confiance et nourrit le sentiment d'utilité et d'accomplissement.

Sur une note plus personnelle, l'un de mes grands amis a célébré son centenaire en mars 2026. Je ne manque jamais une occasion de m'asseoir avec lui, de solliciter ses conseils ou de l'impliquer dans un projet. Cette relation intergénérationnelle est un véritable joyau, qui nous fait grandir. J'aimerais sincèrement que chacun puisse vivre une relation semblable.

En conclusion, je tiens à saluer la richesse inestimable que nos personnes âgées apportent à notre société et à exprimer ma gratitude pour leur contribution essentielle à notre communauté. Nous ne pourrions tout simplement pas nous passer d'eux.

– *Daniel Lacasse*  
*Directeur général adjoint – TCARO*



*Avec le vieillissement de la population, il est plus pertinent que jamais d'inclure « nos sages » dans la vie collective.*



# Membres du conseil d'administration 2025-2026



Robert Leduc



Ginette Rochon



Jacques Lecompte



Chantal Lalonde

## COMITÉ EXÉCUTIF

Président

**Robert Leduc**

Secrétaire

**Jacques Lecompte**

Vice-présidente

**Ginette Rochon**

Trésorière

**Chantal Lalonde**

## REPRÉSENTANTS DES MRC ET DE LA VILLE DE GATINEAU

**Chloé Bourgeois**

*Ville de Gatineau*

**Marc Carrière**

*Préfet MRC des Collines-de-la-Gatineau*

**Jean-Marie Duchamp**

*MRC de Papineau*

**Denis Marcoux**

*Vallée-de-la-Gatineau et la Table de la Vallée-de-la-Gatineau*

**Lise A. Romain**

*MRC de Pontiac*

## REPRÉSENTANTS DES TABLES LOCALES D'ÂÎNÉS

**Monique Beaudoin**

*Représentante de la Table des aînés de Gatineau*

**Nicole P. Desroches**

*Services aux aînés des Collines*

**Chantal Lalonde**

*Représentante de la Table des aînés de Gatineau*

**Ginette Rochon**

*Représentante de la Table de concertation des aînés de Papineau*

## REPRÉSENTANTS DES ORGANISMES RÉGIONAUX ET COMMUNAUTAIRES D'ÂÎNÉS

**Anne Desforges**

*Société Alzheimer de l'Outaouais*

**Jacques Lecompte**

*Représentant de l'Association des retraités fédéraux (ANRF) – Outaouais*

**Marc-André Plouffe**

*FADOQ – Région Outaouais*

**Anne-Marie Rajotte**

*Représentante de l'Association des retraité(e) des secteurs public et parapublic (AQRP) – Outaouais*

**Edna Wong**

*Représentante du Regroupement interprofessionnel des intervenants retraités des services de santé (RIIRS) – Outaouais*

## INVITÉS PERMANENTS

**Stéphanie Legault**

*Représentante du CISSS de l'Outaouais, Directrice du programme de Soutien à l'autonomie des personnes âgées (SAPA) du CISSS de l'Outaouais*

**Marc P. Desjardins**

*Directeur général*

**Daniel Lacasse**

*Directeur général adjoint*

**Jean-Charles Pichereau**

*Directeur général adjoint*

## MISSION

La *Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais* (TCARO) est un organisme à but non lucratif regroupant les acteurs ayant un intérêt pour les personnes âgées. Elle collabore avec divers partenaires pour dégager les enjeux et les représenter.

## VISION

Vivre dans une région où les conditions de vie des personnes âgées sont optimales.

## MANDAT

La *Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais* (TCARO)

- Contribuer à la prise de décisions sur le plan régional en ce qui concerne les personnes âgées en tenant compte des réalités locales et agir de manière à favoriser l'harmonisation des actions ;
- Agir comme relayeur d'information auprès des organismes qui regroupent ou offrent des services aux aînés de la région sur les politiques et les programmes gouvernementaux qui touchent les personnes âgées ;
- Transmettre au ministre responsable des Aînés l'information et les avis susceptibles d'améliorer la qualité de vie des aînés de la région, de favoriser leur participation et leur intégration dans la communauté, de promouvoir la solidarité entre les générations, de faciliter l'ouverture au pluralisme et au rapprochement interculturel. La TCARO doit, le cas échéant, en informer préalablement la *Conférence des Tables régionales de concertation des aînés du Québec* ;
- Reconnaître et valoriser l'engagement des bénévoles qui interviennent auprès des aînés.



*Nous favorisons  
la reconnaissance  
et le sens  
de l'engagement  
dont les personnes  
aînées font preuve.*



# Soutenir la concertation régionale : une priorité pour la TCARO

La concertation régionale constitue un pilier central de la mission de la TCARO. À travers un travail collaboratif soutenu, l'organisation cherche à mieux comprendre les réalités et les enjeux vécus par les personnes âgées, tout en identifiant, avec ses membres et partenaires, des solutions concrètes, réalistes et porteuses pour l'ensemble de la région.

En 2025 2026, les rencontres régulières de concertation ont réuni des organismes régionaux œuvrant auprès des aînés, dans des milieux urbains, semi urbains et ruraux. Ces échanges ont permis de documenter cinq enjeux transversaux majeurs : l'accessibilité et la mobilité, le logement adéquat et sécuritaire, l'isolement social, l'accès aux services de santé et aux services sociaux, ainsi que la prévention de la maltraitance et l'accès aux outils technologiques.

En parallèle, la TCARO a soutenu des initiatives favorisant le vieillissement actif : événements communautaires, activités intergénérationnelles, soutien au transport adapté, actions de sensibilisation à la bientraitance. En réunissant les forces vives du milieu, elle contribue à bâtir des réponses collectives mieux arrimées aux réalités vécues par les aînés de l'Outaouais.

## Cinq enjeux transversaux régionaux identifiés

### 1. Accessibilité et mobilité

L'accès aux services demeure un défi structurel, particulièrement pour les aînés résidant en zones moins densifiées. Les distances, la disponibilité

du transport adapté et les coûts associés créent des obstacles importants à l'accès aux soins de santé, aux services sociaux et aux activités récréatives.

### 2. Logement adéquat et sécuritaire

La disponibilité de logements abordables adaptés aux besoins des aînés est limitée. L'enjeu ne se résume pas à la rareté de l'offre, mais aussi à l'accessibilité physique, à la proximité des services essentiels et à la viabilité financière à long terme pour les aînés à revenus fixes.

### 3. Isolement et liens sociaux

L'isolement social des aînés demeure un problème majeur de santé publique. Plusieurs facteurs contribuent à cette situation : la mobilité réduite, l'éloignement géographique, le deuil de proches et les changements dans les structures familiales traditionnelles.

### 4. Accès aux services de santé

L'accès aux services de santé, notamment les services de maintien à domicile, la physiothérapie, les services dentaires et optométriques, pose des défis importants. Les délais d'attente et la disponibilité limitée de ressources spécialisées affectent la qualité de vie des aînés.

### 5. Maltraitance et droits des aînés

La sensibilisation et la prévention de la maltraitance envers les aînés requièrent une vigilance constante. Cet enjeu englobe l'exploitation financière, la négligence, la maltraitance physique ou psychologique, et les enjeux liés à la dignité et aux droits.

*En réunissant les forces vives du milieu, elle contribue à bâtir des réponses collectives mieux arrimées aux réalités vécues par les aînés de l'Outaouais.*

# La représentation inclusive des aînés : un engagement central de la TCARO

Depuis sa fondation, la TCARO s'est donné pour mandat de représenter les personnes aînées de façon équitable, inclusive et rigoureuse. Ses actions s'appuient sur une compréhension fine de la diversité des réalités vécues en Outaouais, notamment celles des aînés vivant en milieu rural, des personnes en situation de handicap, des proches aidants et des communautés autochtones.

Soutenue par un réseau étendu d'organismes membres et partenaires présents dans l'ensemble des MRC de la région, la TCARO agit comme porte-voix collectif. Elle recueille les préoccupations du terrain et les porte auprès des instances régionales et provinciales afin que les besoins spécifiques des aînés soient pleinement considérés dans les politiques et les décisions publiques.

La TCARO accorde également une importance particulière au développement de relations durables et respectueuses avec les communautés autochtones de l'Outaouais. En favorisant leur participation et en reconnaissant les savoirs traditionnels et les réalités territoriales propres, l'organisation contribue à des actions concertées et culturellement sécuritaires.

Par ses outils de communication, ses publications et ses prises de position publiques, la TCARO aborde des enjeux majeurs tels que l'accès aux soins, le logement, le transport, la sécurité financière, la participation sociale et l'inclusion numérique, dans une perspective intersectionnelle attentive aux inégalités systémiques.

Représenter les personnes aînées dans toute leur diversité constitue une responsabilité centrale que la TCARO assume avec engagement, rigueur et sens du devoir, au service d'une société plus juste, solidaire et respectueuse de toutes les générations.



*Depuis sa fondation, la TCARO s'est donné pour mandat de représenter les personnes aînées de façon équitable, inclusive et rigoureuse.*



# Une voix qui continue d'influencer la prise de décision sur le plan régional

La TCARO poursuit avec conviction son rôle de pilier dans l'élaboration des décisions régionales touchant les personnes âgées.

La Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais (TCARO) poursuit avec conviction son rôle de pilier dans l'élaboration des décisions régionales touchant les personnes âgées. En tenant compte des réalités locales et en favorisant une coordination étroite entre les acteurs du milieu, la TCARO contribue à des actions cohérentes et mieux adaptées aux besoins du territoire.

En 2025-2026, la TCARO a renforcé ses partenariats stratégiques avec les municipalités, les réseaux de la santé et les organismes communautaires. De nombreuses rencontres ont été tenues avec des décideurs politiques et institutionnels, notamment avec les MRC de la Vallée-de-la-Gatineau, de la Petite Nation et du Pontiac, ainsi qu'avec la Commission des aînés de la Ville de Gatineau.

Deux rencontres spécifiques ont également permis d'évaluer les projets soutenus par les programmes Québec ami des aînés (QADA) et Nouveaux Horizons pour les aînés (PNHA), en collaboration avec le CISSS de l'Outaouais. Ces échanges ont favorisé une réflexion commune sur des enjeux majeurs tels que le logement, l'accessibilité et la lutte contre la maltraitance envers les aînés.

La présence régulière de représentants du CISSS de l'Outaouais aux activités de la TCARO a contribué à améliorer la concertation des services et à développer une compréhension partagée des besoins régionaux. Une rencontre tenue le 21 novembre 2025 a notamment permis aux deux organisations de mieux se connaître et d'approfondir leur collaboration. Cette rencontre a donné lieu à des échanges sur les recommandations du rapport de la Santé publique et les résultats des *Rendez vous locaux Vieillir en santé*. Le CISSS y a présenté l'*Approche intégrée de proximité* pour les personnes âgées (AIPPA), ses étapes de déploiement et sa complémentarité avec d'autres cadres et plans d'action en cours, dont le PNHA et les démarches MADA. Les rôles respectifs de la Santé publique et de la TCARO, ainsi que les partenaires clés aux niveaux régional et local (RLS), y ont également été précisés.

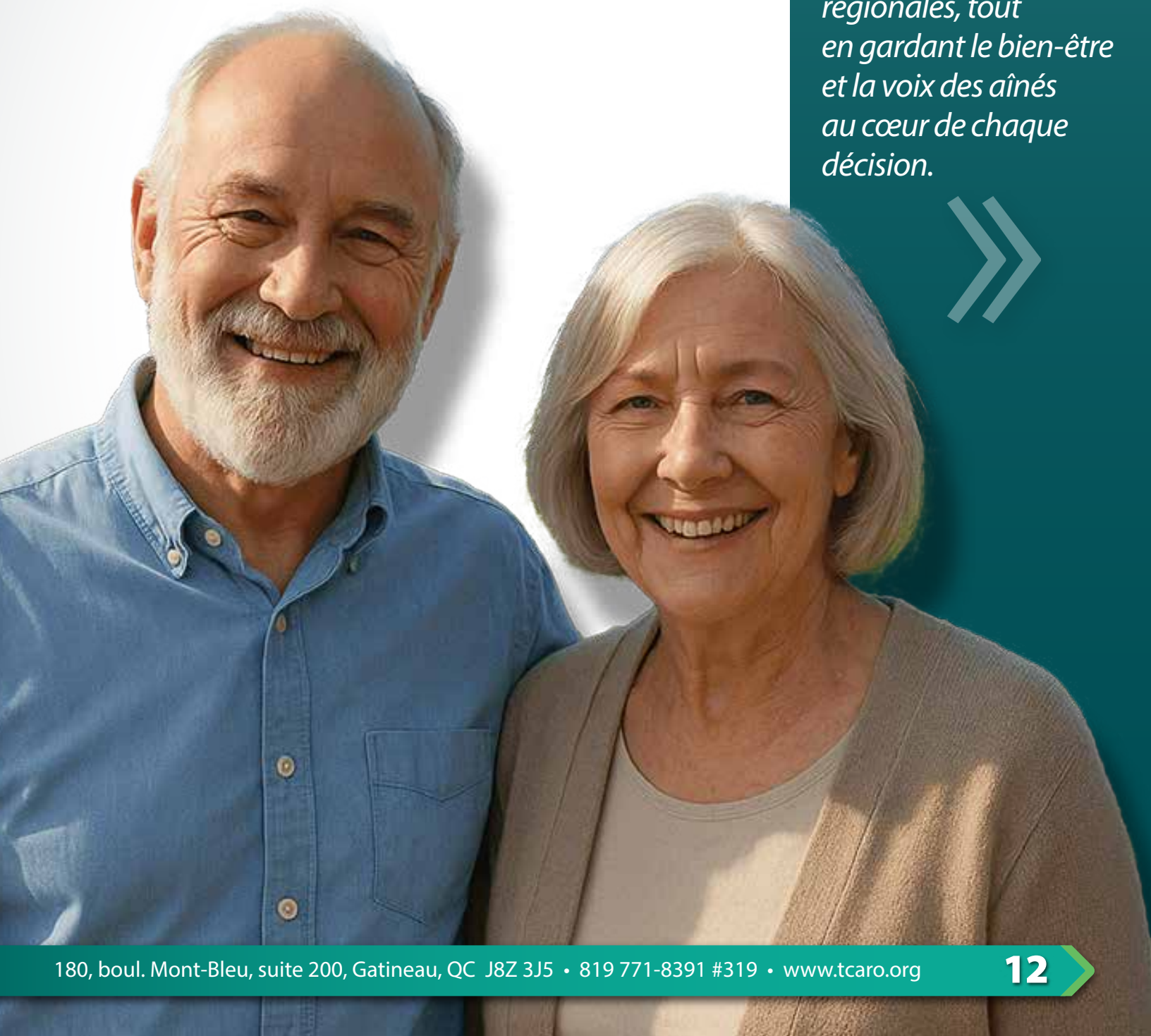
Dans le cadre de l'évaluation des projets QADA, la TCARO a analysé les retombées sur la qualité de vie des aînés et la complémentarité avec les initiatives existantes, permettant ainsi de formuler des recommandations concrètes pour en maximiser l'impact à l'échelle régionale.



## Une voix qui continue d'influencer la prise de décision sur le plan régional (suite)

Par ailleurs, la TCARO a contribué activement à l'évaluation des projets soumis au programme *PNHA*, en veillant à ce qu'ils reflètent les priorités exprimées par les aînés de l'Outaouais, notamment en matière de vieillissement actif. Des avis constructifs ont été émis afin d'appuyer et de bonifier les projets proposés.

Grâce à ces actions concertées et à l'engagement de l'ensemble de ses partenaires, la TCARO continue d'assurer une cohérence entre les interventions locales et les orientations régionales, tout en gardant le bien être et la voix des aînés au cœur de chaque décision.



*La TCARO continue d'assurer une cohérence entre les interventions locales et les orientations régionales, tout en gardant le bien-être et la voix des aînés au cœur de chaque décision.*



# La TCARO se dote d'outils de communication au service d'une information claire

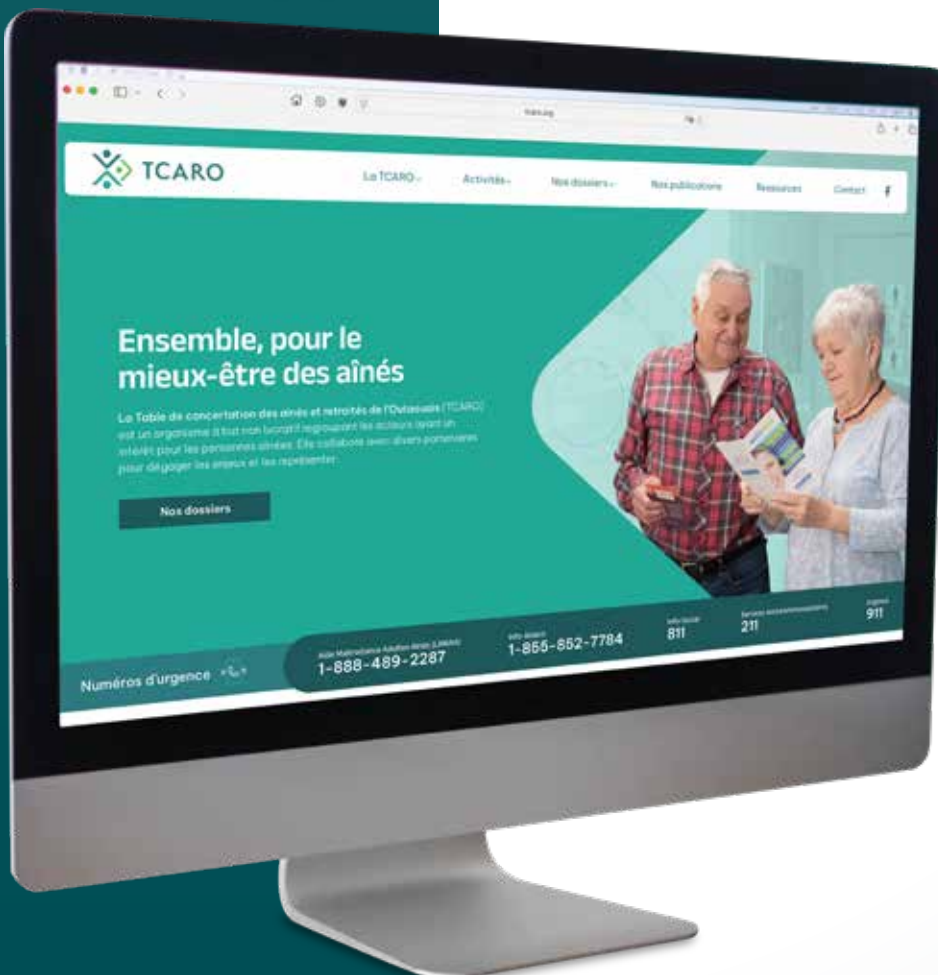
La TCARO poursuit la modernisation de ses outils de communication afin de mieux rejoindre les aînés dans toutes leurs réalités.

Grâce à des partenariats renouvelés, la TCARO poursuit la modernisation de ses outils de communication afin de mieux rejoindre les aînés dans toutes leurs réalités. Le site Web, repensé récemment, offre une navigation simplifiée, des rubriques bien structurées et des contenus rédigés dans un langage clair, concret et dépourvu de jargon. On y retrouve les actualités, les avis publics, les projets en cours, ainsi que les coordonnées des ressources pertinentes pour les aînés et les organismes.

Une attention particulière est portée à l'accessibilité : police lisible, contrastes visuels, organisation logique de l'information et documents téléchargeables. Le site agit comme point de repère pour les aînés, leurs proches et les partenaires qui souhaitent mieux comprendre les enjeux de logement, de transport, de maintien à domicile, de participation sociale et de lutte contre la maltraitance.

En complément, la page Facebook de la TCARO demeure un canal privilégié pour diffuser rapidement des informations : invitations à des consultations, campagnes de sensibilisation, activités régionales, appels au bénévolat, changements dans les services, etc. Ces outils numériques ont un même objectif : rendre l'information plus simple à trouver, plus facile à comprendre et plus utile pour passer à l'action.

Une visite s'impose : [tcaro.org](http://tcaro.org)



# L'infolettre de la TCARO : informer, rassurer et mobiliser

L'infolettre électronique mensuelle de la TCARO demeure un outil central pour rejoindre un large nombre d'ânés, d'organismes et de partenaires. Chaque édition est conçue pour présenter l'information de façon structurée, avec des titres explicites, des messages courts et un vocabulaire accessible, afin que les ânés puissent repérer rapidement ce qui les concerne.

On y retrouve notamment : des nouvelles des organismes membres et des tables locales ; des informations sur les enjeux prioritaires ; des appels au bénévolat et à la participation à la vie communautaire ; ainsi que des rappels sur les ressources disponibles et les droits des ânés. L'infolettre permet aussi de vulgariser des enjeux plus complexes – programmes gouvernementaux, consultations, nouveaux services – pour les rendre compréhensibles et concrets.

Depuis l'an dernier, les statistiques démontrent que l'infolettre a été expédiée à 4 554 destinataires et le taux d'ouverture du document se situe à 46 % (au dessus de la moyenne de l'industrie). En outre, le nombre de clics vers des liens dans le document représente 9 % (2 % au dessus de la moyenne de l'industrie). Depuis les trois derniers mois, les statistiques révèlent que le lectorat a connu une hausse significative (+1 500 nouveaux lecteurs).

Qui plus est, nous recevons des compliments de la part des lecteurs quant à la richesse de son contenu et la beauté de sa mise en page. En conclusion, on peut dire que la documentation est prisée, appréciée... et utile !



**1 500  
nouveaux  
lecteurs  
depuis  
3 mois !**



*Nos lecteurs  
expriment leur  
appréciation  
à notre infolettre  
quant à la richesse  
et la pertinence  
de son contenu*



# Projet PNHA – une initiative régionale porteuse se poursuit



*Favorisons la bientraitance en plaçant la personne aînée au centre des actions!*



En 2025 2026, la TCARO a poursuivi avec engagement son rôle de chef de file régional en orchestrant une campagne de sensibilisation visant à contrer la maltraitance envers les personnes aînées, un enjeu préoccupant pour notre communauté. Rendue possible grâce à une subvention de 16 000 \$ du gouvernement du Canada, cette initiative a permis de rejoindre l'ensemble de la population de l'Outaouais.

Cette campagne, qui a connu un bel élan, continue de porter ses fruits. Plusieurs outils de sensibilisation développés demeurent utilisés cette année encore. Ceux-ci visent à faire connaître les sept formes de maltraitance, à soutenir les aînés dans la reconnaissance et la dénonciation de situations préoccupantes, à mobiliser les acteurs du milieu et à promouvoir des gestes concrets de bientraitance.

Les solides partenariats établis avec *Intervention SAVA*, le *CISSS de l'Outaouais* (DQEPE et Direction de santé publique), la *Table régionale pour contrer la maltraitance*, les *Tables locales d'aînés*, les organisateurs communautaires et les *ITMAV* continuent de renforcer la portée du projet et d'en assurer la pérennité.

Dans cette continuité, de nouvelles activités sont en préparation pour la Journée mondiale de lutte contre la maltraitance envers les personnes aînées, le 15 juin 2026, notamment des ateliers, une pièce de théâtre et une campagne de sensibilisation. Le napperon conçu par la TCARO sera de nouveau diffusé dans six restaurants de la région, et des discussions sont en cours afin d'en permettre la réimpression et d'élargir sa distribution.

Les retombées de cette initiative sont très encourageantes. On observe une meilleure reconnaissance des signes de maltraitance, une connaissance accrue des ressources disponibles — dont la *Ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés* (LAMAA) et le *SAVA* — ainsi qu'une sensibilisation accrue aux pratiques de bientraitance. Plusieurs aînés ont également pris conscience de l'importance de la vigilance collective et de la dénonciation, même lorsqu'ils ne croyaient pas être concernés.

Animée par la conviction que chaque personne mérite respect et dignité, la TCARO poursuivra son engagement en formant de nouveaux ambassadeurs et en maintenant cette dynamique régionale de lutte contre la maltraitance envers les aînés.

***Favorisons la bientraitance en plaçant la personne aînée au centre des actions!***



# Du nouveau pour 2026 – Une démarche collective PNHA

Dans le cadre du *Programme Nouveaux Horizons pour les aînés (PNHA)*, la Ville de Gatineau assure actuellement la coordination globale des projets sur notre territoire. Dans cette dynamique, les organismes porteurs de projets sont identifiés comme collaborateurs, alors que les organismes impliqués dans la mise en action concrète des projets sont appelés organismes complices. Nous sommes actuellement dans une phase de lancement d'une démarche collective qui s'échelonne sur cinq ans. Pour la TCARO, nous avons la responsabilité de porter deux projets parmi les dix retenus, notamment : Communication et information ainsi qu'implication citoyenne et bénévolat ; retour à l'emploi.

Cette démarche demande à chacun de trouver sa place, de développer une synergie de travail et de bâtir une collaboration forte entre les réalités institutionnelles et communautaires. À ce titre, je tiens à souligner le soutien de la Ville de Gatineau, qui contribue à orienter nos travaux afin de demeurer alignés avec les objectifs et les exigences du programme. Nous apprenons collectivement à naviguer dans cette nouvelle structure afin de mener à bien notre mission commune : améliorer la qualité de vie des aînés, en portant une attention particulière aux aînés les plus vulnérables.

Dans mon rôle de responsable du PNHA à la TCARO, je poursuis actuellement des rencontres terrain avec plusieurs organismes, dont le *Centre d'entraide aux aînés de Hull*, le *Centre d'Animation Familiale*, la *Maison de la Famille* et *Campus 3*. Ensemble, nous souhaitons mobiliser davantage de bénévoles et mettre en place des comités de travail qui deviendront les yeux et la voix du terrain.

Un constat ressort déjà clairement : le recrutement de nouveaux bénévoles, tout comme leur rétention, représente un défi important pour plusieurs organismes. Les besoins en formation, autant pour les bénévoles que pour les organismes eux-mêmes, sont récurrents.

Nous sommes en phase de démarrage, la charge de travail est bien réelle. Comme le dit si bien le proverbe : ***seul, on va plus vite ; ensemble, on va plus loin !***



*La TCARO est porteur de deux projets : Communication et information ainsi qu'implication citoyenne et bénévolat ; retour à l'emploi.*



# Du nouveau pour 2026



# Aînés



La TCARO et la Ville de Gatineau créent la nouvelle image de marque identifiant les personnes âgées de notre communauté, ainsi qu'une série de thématiques représentatives des grandes orientations du projet.

«  
Dans le cadre  
du Programme  
Nouveaux Horizons  
pour les aînés (PNHA),  
la Ville de Gatineau  
assure actuellement  
la coordination  
globale des projets  
sur notre territoire.

# Les aînés, on y voit!

Quand je suis arrivé à la TCARO, j'ai rapidement compris que le Programme Nouveaux Horizons pour les aînés, le PNHA, représentait bien plus qu'un simple programme gouvernemental ou une série de projets à mettre en œuvre. Derrière les échéanciers, les comités, les tableaux de suivi, les rencontres de coordination et toutes les structures nécessaires pour faire avancer un projet de cette ampleur, j'ai surtout vu une occasion rare de contribuer à quelque chose de profondément humain. J'ai vu la possibilité de participer à la construction d'un territoire où les aînés peuvent continuer à avoir une place active, reconnue, valorisée et pleinement assumée dans notre société. J'ai vu une opportunité de contribuer à

bâtir quelque chose qui dépasse les institutions, qui dépasse les mandats, qui dépasse même parfois les organisations elles-mêmes. J'ai vu la possibilité de participer à une réflexion collective sur le type de société que nous voulons réellement construire pour les années à venir.

Le PNHA, sur notre territoire, regroupe aujourd'hui dix projets qui mobilisent plusieurs partenaires, plusieurs visions, plusieurs cultures de travail et parfois même plusieurs façons de comprendre le développement social. C'est ambitieux. C'est exigeant. Et pour être honnête, ce n'est pas toujours simple. Lorsque l'on travaille à la croisée du communautaire, du fédéral, du municipal, de l'institutionnel

et du citoyen, il faut apprendre à naviguer entre les attentes, les sensibilités, les contraintes administratives, les réalités politiques, les besoins de terrain, les cultures organisationnelles et parfois aussi les frustrations ou les incompréhensions. Il faut apprendre à écouter. Il faut apprendre à lire entre les lignes. Il faut apprendre à composer avec des rythmes différents, des visions différentes et parfois même des langages différents. Mais malgré ces défis, une conviction m'anime depuis mon arrivée : si nous restons centrés sur l'humain, si nous gardons les aînés au cœur de nos décisions, alors nous avons tout ce qu'il faut pour réussir.



Maquette préliminaire d'une affiche promotionnelles pour le projet PNHA  
— en cours de réalisation



*Sur le terrain,  
on constate  
que les aînés  
ont encore  
énormément  
à offrir.*



«  
*En gardant les aînés  
au cœur de nos  
décisions,  
nous avons  
tout ce qu'il faut  
pour réussir.*



Dans cette grande démarche collective, la TCARO a reçu la responsabilité de porter deux projets majeurs. Deux projets qui, à mes yeux, touchent quelque chose de fondamental dans notre société actuelle. Le premier concerne l'implication citoyenne, le bénévolat des aînés ainsi que la réflexion autour du retour à l'emploi. Le second touche la communication et la diffusion. Deux projets qui, en apparence, peuvent sembler différents, mais qui dans le fond racontent exactement la même histoire. Ils parlent de lien. Ils parlent de reconnaissance. Ils parlent de place. Ils parlent de dignité. Ils parlent de transmission. Ils parlent de notre capacité collective à ne pas laisser des femmes et des hommes s'effacer avec le temps. Parce qu'au fond, aucun aîné ne devrait se sentir inutile, invisible ou laissé pour compte dans la société qu'il a contribué à bâtir.

Depuis que je rencontre des partenaires, des organismes, des citoyens, des intervenants, des acteurs communautaires, des représentants institutionnels et des personnes directement concernées, je réalise à quel point les aînés ont encore énormément à offrir. Trop souvent, notre société regarde le vieillissement uniquement à travers les pertes, les limitations, les besoins, les services ou les vulnérabilités. Pourtant, sur le terrain, je rencontre des femmes et des hommes qui ont bâti des familles, des entreprises, des communautés, des organismes, des carrières, des projets de vie, des engagements citoyens, et qui ont encore envie de transmettre, de s'impliquer, d'aider, d'écouter, de soutenir, de guider et de contribuer. Certaines personnes ont simplement besoin qu'on leur tende la main. D'autres ont besoin qu'on leur redonne confiance. D'autres encore ont besoin qu'on leur rappelle qu'elles ont encore une place importante, une utilité réelle et une valeur immense.

C'est exactement l'esprit du projet d'implication citoyenne et de bénévolat que nous portons à la TCARO. Ce projet ne vise pas simplement à trouver des bénévoles pour répondre à des besoins organisationnels ou pour combler des trous dans certaines structures. Il vise quelque chose de beaucoup plus grand. Il vise à permettre à des aînés, parfois isolés, parfois vulnérables, parfois oubliés, parfois fatigués de se battre seuls, de retrouver un rôle, une utilité, une fierté, une appartenance et parfois même une raison supplémentaire de continuer à se lever le matin avec un sentiment de sens.

Quand je regarde les objectifs de ce projet, je ne vois pas seulement des chiffres, des indicateurs, des cibles ou des extraits à produire. Je vois des visages. Je vois des parcours de vie. Je vois des femmes et des hommes qui, à travers une implication, pourraient retrouver confiance, briser l'isolement, développer de nouveaux liens, reprendre contact avec la communauté ou simplement se sentir utiles à nouveau. Derrière chaque nombre, il y a une personne. Derrière chaque indicateur, il y a une histoire.

Derrière chaque action, il y a une vie qui peut changer.

Mais pour permettre cela, il ne suffit pas de dire aux gens de s'impliquer. Il faut créer des parcours humains. Il faut savoir accueillir. Il faut savoir écouter. Il faut savoir jumeler les bonnes personnes avec les bonnes opportunités. Il faut respecter le rythme de chacun. Il faut comprendre que certains aînés veulent s'engager intensément, alors que d'autres ont besoin de commencer par un micro-engagement, une petite implication, une première expérience rassurante. C'est tout cela que nous devons construire.

En parallèle, l'autre projet que nous portons, celui de la communication et de la diffusion, m'a demandé beaucoup de réflexion. Je vais être transparent, ce volet me sort parfois de ma zone de confort parce qu'il demande de la structure, de la méthode, de l'organisation et une capacité à penser autrement. Mais plus j'avance, plus je comprends que

la communication, ce n'est pas simplement produire des affiches, créer des documents ou diffuser de l'information. Communiquer, c'est permettre à une personne de savoir qu'un service existe. C'est faire en sorte qu'un aîné qui vit seul découvre une activité qui changera peut-être son quotidien. C'est aider un organisme à mieux faire connaître son action. C'est permettre à des partenaires qui ne se connaissent pas encore de se rencontrer et de bâtir ensemble.

Plus j'avance dans ce projet, plus je comprends que la communication est aussi un acte profondément humain. C'est une façon de dire à quelqu'un : vous existez, vous comptez, vous avez votre place, et nous voulons que vous puissiez accéder aux bonnes ressources, au bon moment, avec les bonnes personnes.

C'est aussi dans cette logique qu'est née pour moi l'importance de travailler sur la création d'un véritable bottin territorial destiné aux aînés et aux aînés vulnérables. Mais quand je parle de bottin, je ne parle pas simplement d'un outil administratif de plus ou d'une liste de ressources qu'on range dans un tiroir. Je parle d'un outil humain. Je parle d'un outil vivant. Je parle d'un outil simple, clair, accessible et utile.

Je pense à la personne aînée qui vient de perdre son conjoint et qui, du jour au lendemain, se retrouve seule après quarante ans de



*Aucun aîné ne devrait se sentir inutile, invisible ou laissé pour compte dans la société qu'il a contribué à bâtir.*



Maquette préliminaire de la TCARO du bottin de ressources pour les aînés — projet en cours de réalisation

Reconnaître  
le bénévolat,  
c'est valoriser  
des parcours,  
c'est raconter  
des histoires,  
c'est de mettre  
en lumière  
des contributions.



vie commune. Je pense à l'aîné qui ne connaît pas les outils numériques et qui ne sait pas comment trouver l'information. Je pense à la personne qui vit avec une perte d'autonomie, une limitation physique, une fragilité financière ou un isolement grandissant. Pour toutes ces personnes, un bottin bien conçu peut devenir beaucoup plus qu'un outil d'information. Il peut devenir une porte d'entrée vers l'autonomie. Une porte d'entrée vers le lien humain. Une porte d'entrée vers la dignité.

Notre ambition est donc de bâtir un outil qui rassemble les ressources communautaires, institutionnelles, municipales et citoyennes, de manière simple et accessible, pour que chaque aîné puisse trouver sa place, connaître les services disponibles sur son territoire et sentir qu'il n'est pas seul. Mais ce travail nous oblige aussi à créer des ponts entre les organismes, à harmoniser l'information, à éviter les doublons, à mieux diffuser ce qui existe déjà et à nous assurer que personne ne tombe entre deux chaises.

En parallèle, un autre enjeu me touche profondément, celui de la reconnaissance du bénévolat. Dans notre société, nous parlons souvent de bénévolat comme d'une belle implication, comme d'un geste généreux ou comme d'une contribution importante, et c'est vrai. Mais je crois sincèrement que nous ne reconnaissons pas encore suffisamment la valeur humaine, sociale et même économique de l'engagement bénévole des aînés.

Derrière chaque bénévole, il y a des années d'expérience, des compétences, une écoute, une patience, une sagesse, une présence, une mémoire collective et parfois même une capacité à apaiser, à rassurer ou à transmettre que l'on ne retrouve nulle part ailleurs. Reconnaître le bénévolat, ce n'est pas seulement remettre un certificat une fois par année. Reconnaître le bénévolat, c'est valoriser des parcours. C'est raconter des histoires. C'est mettre en lumière des contributions. C'est permettre à une personne de sentir que ce qu'elle donne a encore une immense valeur.

Enfin, une réalité que je découvre de plus en plus dans mes rencontres, et que nous ne pouvons plus ignorer, c'est celle du retour à l'emploi chez certains aînés. Pendant longtemps, nous avons pensé la retraite comme une ligne d'arrivée. Aujourd'hui, pour plusieurs, elle devient parfois une transition, parfois un choix, parfois une obligation.

Certains aînés souhaitent retourner travailler parce qu'ils ont encore l'énergie, l'envie de contribuer, le désir de rester actifs

ou de transmettre leur expérience. D'autres y retournent parce que la réalité économique les y pousse, parce que le coût de la vie augmente, parce que leur retraite ne leur permet pas toujours de vivre avec la sérénité qu'ils mériteraient.

Je crois que nous devons regarder cette réalité avec respect et sans jugement. Derrière le retour à l'emploi, il y a parfois une grande force. Il y a parfois une vulnérabilité silencieuse. Il y a parfois simplement un besoin de continuer à exister socialement, de garder un rythme, de conserver une autonomie ou de continuer à contribuer.

Si la TCARO peut contribuer à ouvrir cette réflexion, à créer des ponts avec les employeurs, avec les organismes, avec les partenaires du milieu et avec la communauté, alors nous pourrions offrir à certains aînés non seulement des services, mais aussi des perspectives, des opportunités et parfois même une nouvelle étape de vie.

Au fond, plus j'avance dans cette mission, plus je réalise que notre rôle dépasse largement la gestion de projets ou l'animation de comités. Notre rôle, c'est de redonner de la place. Redonner de la reconnaissance. Redonner de l'espoir. Redonner du pouvoir d'agir. Et surtout, faire en sorte qu'aucun aîné, peu importe sa situation, ne sente qu'il est devenu invisible dans notre société. C'est ça, au fond, le vrai sens de notre engagement à la TCARO.

– Jean-Charles Pichereau  
DGA - TCARO



*Le motivateur principal incitant les aînés à reprendre du service est pour combler le besoin de se sentir utile.*



# Journée internationale des aînés (JIA)

Le 1<sup>er</sup> octobre 2025, sous le thème « *Aînés, piliers de nos communautés* », la TCARO a contribué à promouvoir la « Journée internationale des aînés (JIA) ». Il s'agissait là d'une occasion de faire valoir l'apport inestimable des personnes aînées au sein de nos communautés. Ce thème « Aînés, piliers de nos communautés » évoque à la fois l'ancrage que permettent les aînés - dans notre histoire, notre culture, nos traditions et leur rôle essentiel dans la vie collective. Que ce soit par la transmission de leur savoir, l'engagement bénévole, la participation à la vie économique ou le rôle qu'ils occupent au sein de leurs entourages, les aînés contribuent de multiples façons au dynamisme de nos communautés.

Les bienfaits de l'intergénérationnel ne sont, quant à eux, plus à démontrer. Cependant, l'âgisme demeure un obstacle, souvent invisible, qui obscurcit la reconnaissance des contributions des aînés et la richesse des liens intergénérationnels.

La JIA nous invite à une réflexion quant aux motifs pour lesquelles certaines formes d'engagement sont valorisées, tandis que d'autres restent dans l'ombre. Pour que les aînés obtiennent la reconnaissance sociale qui leur revient, ils doivent d'abord être reconnus comme des individus à part entière. Le respect de chacun passe par la considération du pouvoir d'agir et par la mise en place de conditions assurant une qualité de vie satisfaisante. Après tout, la fierté de vieillir n'est possible que lorsque la dignité est conservée.

Investir dans le bien-être des aînés, c'est aussi contribuer au mieux-être collectif. En améliorant leur qualité de vie, nous offrons aux proches aidants un soutien essentiel. Nous permettons aux aînés de poursuivre leur épanouissement et de continuer à contribuer activement à la société. Miser sur les aînés, c'est aussi renforcer les valeurs de solidarité, d'égalité et de reconnaissance mutuelle — autant de fondements indispensables pour tressage d'un tissu social fort et résilient.

En reconnaissant les aînés comme les piliers de nos communautés, nous affirmons notre engagement envers une société où chaque génération a sa place, sa dignité et sa voix.

Investir dans le bien-être des aînés, c'est aussi contribuer au mieux-être collectif.

JOURNÉE INTERNATIONALE DES AÎNÉS

## Aînés, piliers de nos communautés

1<sup>er</sup> octobre 2025

CONFÉRENCE des Tables régionales de concertation des aînés de Québec  
[www.conferecedestables.org](http://www.conferecedestables.org)

fadoq AREQ AQDR Québec

En partenariat avec Québec

# Prix Hommage Aînés 2025

Les *Prix Hommage Aînés* sont organisés annuellement par le gouvernement du Québec dans le but de souligner la contribution exceptionnelle d'une personne aînée de chaque région.

Les récipiendaires se sont tous démarqués par leur apport à la collectivité, qui a notamment favorisé le mieux-être des aînés et leur participation à la vie de la communauté dont ils font partie.

## *Récipiendaire pour l'Outaouais : madame Michèle Hamelin*

Depuis 20 ans, madame Michèle Hamelin se dévoue de manière exemplaire et avec une constance remarquable pour sa communauté. Sa capacité de leadership, démontrée par ses rôles de présidente et d'administratrice, témoigne de ses compétences organisationnelles hors pair.

D'abord présidente du conseil d'administration (CA) du Centre d'action bénévole de Coaticook pendant cinq ans, madame Hamelin s'est ensuite investie au sein du CA du *Musée Beaulne* cinq autres années, puis dans celui de la *Bibliothèque François-Maurice* de Coaticook, cinq ans également.

Actuellement au *Centre d'action bénévole de Hull*, elle s'engage activement par son travail bénévole à la popote roulante, assurant la livraison de repas aux personnes aînées qui en ont besoin. Son travail à la popote roulante illustre son engagement direct auprès des personnes aînées vulnérables,

contribuant concrètement à leur sécurité alimentaire et à leur bien-être.

Madame Hamelin possède également une compréhension profonde des enjeux locaux et une capacité éprouvée à mobiliser les énergies pour le bien commun. Elle incarne une vision du service public enracinée dans l'action citoyenne. La collectivité doit pouvoir compter sur des leaders authentiques comme madame Hamelin, issus de la communauté et dévoués à son épanouissement.

Prolongement naturel de sa carrière dans le service à la clientèle, les vingt années de bénévolat de madame Hamelin lui ont fait découvrir que servir sa communauté lui apporte une satisfaction profonde. Fière d'avoir été reconnue comme bénévole et recrue de l'année, elle affirme que ce qui compte vraiment, pour elle, c'est de savoir que chaque geste et chaque heure donnée contribuent à enrichir la vie de ses concitoyennes et de ses concitoyens et à tisser des liens durables avec les gens de son milieu.

*Toutes nos félicitations à madame Hamelin pour cette reconnaissance bien méritée !*



Dans l'ordre habituel : Le Ministre Lionel Carmant, Député la circonscription de Taillon, ministre responsable des Services sociaux et de la Lutte contre l'itinérance, Michèle Hamelin et Robert Leduc président de la TCARO

# Tapis Rouge

ÉDITION 2025

## Hommage aux aînés bénévoles de l'Outaouais

Le 7 octobre dernier, la TCARO a de nouveau déroulé le tapis rouge au *Domaine de l'Ange-Gardien* afin de rendre hommage à sept aînés de la région pour leur implication bénévole exemplaire et pour leur contribution au mieux-être de leur communauté.

Pour l'occasion, la TCARO a accueilli une cinquantaine d'invités, dont plusieurs membres du conseil d'administration qui ont tenu à se déplacer pour reconnaître les bénévoles à l'honneur. Au programme : allocutions d'intervenants ayant à cœur les aînés, remise des trophées, dîner et prestation musicale par la maîtresse de cérémonie, Valérie Cormier.



Une belle activité qui s'est déroulée dans une ambiance chaleureuse et glamour dont tous garderont un souvenir mémorable.



C'est un événement exceptionnel, pour rendre hommage aux personnes aînées qui se sont démarquées par leur implication bénévole exemplaire

# Les lauréats



★ Pierrette Clément ★



★ Louise Préseault ★



★ Janette Cormier ★



★ Jean-Pierre de Beaumont ★



★ Diane Dupéré ★



★ Donald Déry ★



★ Colette Guay ★



★ Michèle Hamelin ★



*Félicitations  
aux aînés honorés  
et merci  
aux organismes  
qui ont soumis  
leurs candidatures !*



★ Valérie Cormier ★  
MAÎTRE DE CÉRÉMONIE

## Les lauréats (suite)



1



2



3



4



5



6



7



8

Les membres du conseil d'administration qui étaient présents à l'évènement :

**Robert Leduc**

TCARO

**Ginette Rochon**

Table de concertation des aînés de Papineau

**Jacques Lecompte**

ANRF

**Chantal Lalonde**

Table des aînés de Gatineau

**Marc-André Plouffe**

FADOQ – Région Outaouais

**Nicole P. Desroches**

Service aux aînés des Collines

**Anne-Marie Rajotte**

AQRP

**Robert Leduc,**  
président TCARO  
**Ginette Rochon,**  
vice-présidente TCARO  
accompagnent :

1 Jean-Pierre de Beaumont

2 Diane Dupéré

3 Pierrette Clément

4 Donald Déry

5 Michèle Hamelin

6 Colette Guay

7 Janette Cormier

8 Louise Préseault

# Faits saillants

## Programme nouveaux horizons pour les aînés

Le programme Nouveaux Horizons pour les aînés (PNHA) est un programme fédéral de subventions et de contributions visant à soutenir des initiatives qui améliorent concrètement la qualité de vie des personnes âgées et renforcent leur milieu de vie. Chaque année, la TCARO est fièrement mandatée pour offrir des avis qualitatifs sur les demandes de projets soumises par les organismes de l'Outaouais, contribuant ainsi à soutenir des initiatives porteuses pour la région.

À l'automne 2025, le comité d'évaluation a analysé avec soin 24 projets, tous plus inspirants les uns que les autres, avant de formuler ses recommandations aux responsables du programme.

## Programme Québec ami des aînés (QADA)

Ce programme offre un soutien financier à des projets menés par des organismes sans but lucratif aux niveaux local, régional ou national. Il vise à adapter les milieux de vie afin de permettre aux aînés de demeurer à domicile le plus longtemps possible et à encourager leur participation au développement de leur communauté. À l'automne 2025, le comité d'évaluation de la TCARO a analysé neuf projets soumis par des organismes de l'Outaouais et formulé ses recommandations.

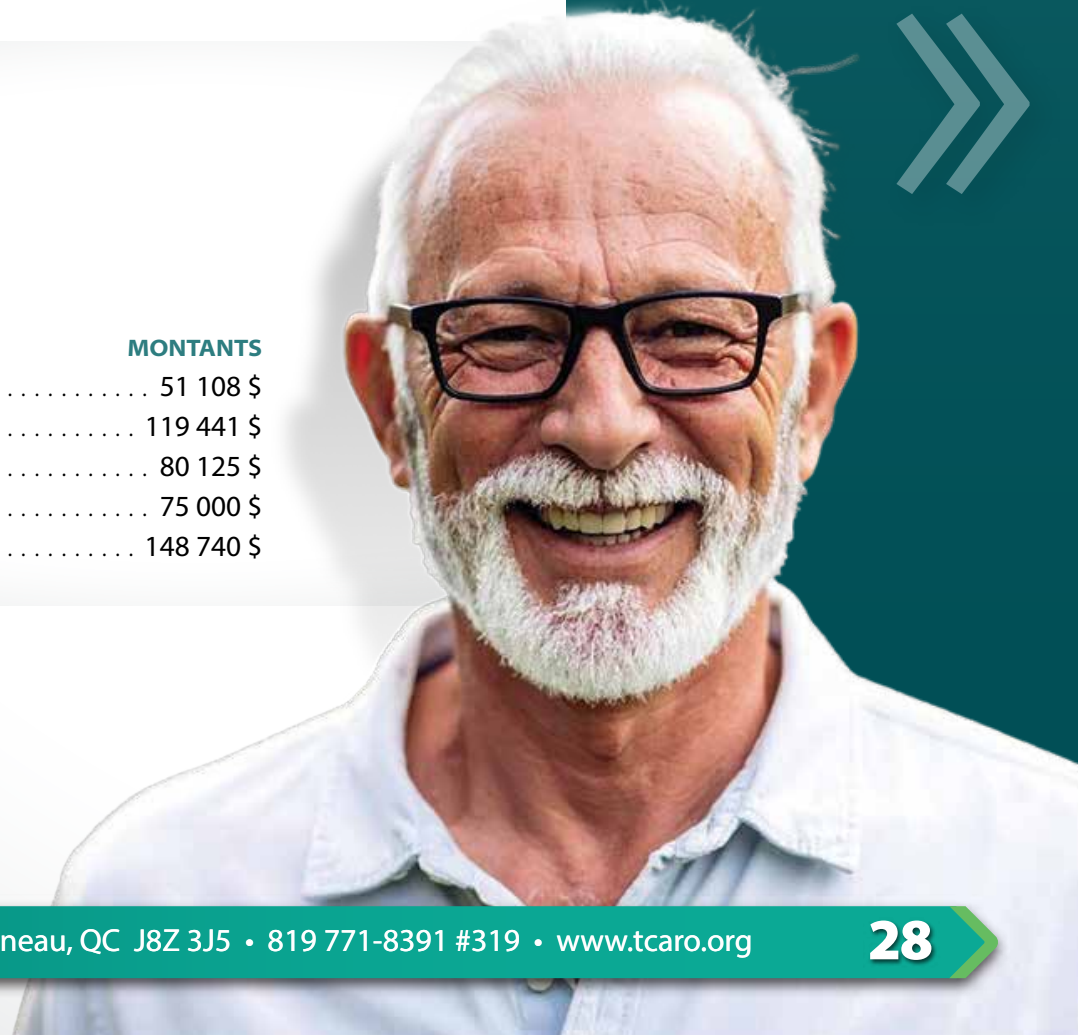


*L'adhésion aux programmes offerts par les différents palliers de gouvernement confère à la TCARO les mesures pour soutenir les initiatives régionales en matière de bien-être aux personnes aînés.*

## Projets QADA 2025-2026 subventionnés pour la région

En février dernier, la TCARO a reçu l'information suivante concernant l'octroi de subventions pour la région de l'Outaouais.

ORGANISMES	MONTANTS
La Plume St-André-Avellin .....	51 108 \$
Société Alzheimer Outaouais .....	119 441 \$
Campbell's Bay .....	80 125 \$
Solidarité Ange Gardien .....	75 000 \$
Logements Outaouais .....	148 740 \$



# L'intergénérationnel fait des étincelles !

L'intergénérationnel représente une connexion spéciale, qui renforce le tissu social.

Cette initiative de la TCARO, qui s'est soldée par la publication d'un recueil en février 2026, est le fruit d'un projet structurant destiné à construire un pont inter-générationnel. En effet, c'est ce phénomène qui contribuera à l'édification d'une société où la maltraitance des personnes âgées et l'âgisme seront chose du passé.

Au-delà de sa définition — qui repose sur le développement de relations entre différentes tranches d'âge favorisant le partage d'expériences, de valeurs et de connaissances, l'intergénérationnel représente une connexion spéciale, empreinte de chaleur, qui renforce le tissu social des communautés.

Il va de soi qu'il permet des apprentissages mutuels, tout en favorisant un sentiment d'utilité, de solidarité et de respect. Il contribue également à briser de manière significative l'isolement social, à accroître l'estime de soi et à créer de nouvelles amitiés.

Parmi les bénéfices de l'intergénérationnel, on retrouve les éléments suivants :

- Bien-être physique et mental ;
- Création de liens durables ;
- Contacts humains dans un environnement sécuritaire et de confiance ;
- Ouverture à des échanges riches de sens ;
- Communautés engagées et inclusives ;
- Meilleure compréhension des réalités vécues par les différentes générations ;
- Diminution des stéréotypes.

Plusieurs approches fructueuses ont permis d'organiser de nombreuses activités et d'encourager les échanges intergénérationnels. Nous avons rencontré des membres de la *Commission jeunesse* de la Ville de Gatineau, visité des étudiants de la Faculté des sciences sociales à l'*Université d'Ottawa* dans le cadre de leur cours *Familles, générations et travail social*, et mis sur pied un projet de correspondance avec des élèves de 5<sup>e</sup> année de l'école du *Bois Joli*.



Le recueil du projet :  
*L'intergénérationnel fait des étincelles*  
de la TCARO

Les aînés d'exception rencontrés possèdent un parcours bénévole et une expérience de vie tout simplement incroyable. Ils font preuve d'une grande humilité, d'une générosité incomparable et d'une douceur remarquable. La TCARO est fière de leur participation au projet, car leur dévouement et leur enthousiasme ont permis des échanges vivants et riches à chaque occasion.

Quant aux jeunes, ils se sont distingués par leur dynamisme, leur énergie, leur curiosité et leur écoute. Animés par le désir d'aider, de prendre leur place et de faire une différence, ils démontrent également une grande soif d'apprendre et expriment leurs opinions avec assurance. Ils ont été un soutien précieux dans nos démarches et ont fait preuve d'une grande ouverture ainsi que d'une extrême gentillesse envers les personnes aînées.



Activité à l'école Bois Joli



Activité à l'école Bois Joli



Activité à l'Université d'Ottawa

Activité à l'école Bois Joli



Rencontre avec la Commission jeunesse de la Ville de Gatineau



Rencontre avec la Commission jeunesse de la Ville de Gatineau

# Message de bienvenue aux nouveaux membres de la TCARO

Être membre  
de la TCARO,  
c'est être solidaires  
pour le mieux-être  
de tous les aînés  
de l'Outaouais.

En 2025 2026, la TCARO a eu la joie d'accueillir trois nouveaux membres au sein de son réseau : *La Corporation de la Cabane en bois rond*, *Solidarité de L'Ange Gardien* et *Entraide Deuil de l'Outaouais*. Leur arrivée illustre bien un réseau qui se diversifie, qui s'enrichit d'expertises complémentaires et qui demeure à l'écoute des réalités très concrètes vécues par les aînés.

**La Corporation des aînés de la Cabane en bois rond** est un organisme à but non lucratif né en 1975. Offrant des activités sociales et culturelles à plus de 700 personnes aînées de Gatineau, Cantley, Chelsea, Luskville et autres municipalités de l'Outaouais, cet organisme

offre un milieu propice au développement social en organisant des activités pour les 50 ans et plus, en favorisant la participation active de ses membres. La « *Corpo* » comme elle connue dans le langage vernaculaire, s'appuie sur une cohorte de bénévoles afin de limiter ses coûts d'opération, permettant ainsi à tous les membres de participer à leurs activités, peu importe leur revenu.

**Solidarité de L'Ange Gardien** accompagne les citoyens dans la réalisation de projets qui améliorent la qualité de vie de la communauté, avec une attention particulière à la prévention et à l'entraide.

Parmi ses initiatives, le jumelage pour des menus travaux extérieurs offre une expérience intergénérationnelle significative, qui permet aux aînés de demeurer chez eux dans la dignité tout en maintenant des liens avec leur milieu.

**Entraide Deuil de l'Outaouais** soutient les personnes endeuillées grâce à de l'information, du soutien psychosocial, des groupes de partage, des conférences et des activités qui brisent l'isolement et aident à retrouver des repères. Son expertise est précieuse pour mieux comprendre et accompagner les aînés qui traversent des pertes importantes, parfois en même temps que des enjeux de santé, de logement ou de mobilité.

# Être membre de la TCARO c'est être solidaires pour le mieux-être des aînés

La Table de concertation des aînés et retraités de l'Outaouais (TCARO) rassemble celles et ceux qui ont à cœur le mieux-être des personnes âgées de notre région. Véritable espace de dialogue et d'action collective, la TCARO fédère les forces du milieu afin de faire progresser les conditions de vie, de renforcer la solidarité et de promouvoir un vieillissement digne, actif et inclusif en Outaouais.

Chaque année, de nouveaux organismes choisissent de se joindre à cette voix collective pour partager leur expertise, faire entendre leurs réalités et contribuer à des projets porteurs de changement.

Aujourd'hui, nous lançons une invitation aux organismes communautaires et régionaux sans but lucratif qui œuvrent auprès des personnes âgées ou retraitées sur une majorité du territoire de l'Outaouais : joignez-vous à la TCARO et prenez part à un réseau engagé, reconnu et influent.

Devenir membre, c'est s'impliquer concrètement dans les réflexions et les actions régionales, accroître la visibilité de vos services, rester informé des enjeux prioritaires et participer activement aux décisions qui façonnent l'avenir des aînés de l'Outaouais. Ensemble, faisons résonner des voix fortes et solidaires pour bâtir une région à l'image de nos valeurs.



*Ensemble, faisons résonner des voix fortes et solidaires pour bâtir une région à l'image de nos valeurs.*



# Emplois d'été Canada

Pour une 7<sup>e</sup> année consécutive, la TCARO a également pris part au programme *Emplois d'été Canada*. Ce sont 22 postes d'animateurs et animatrices d'activités pour personnes âgées qui ont été attribués et déployés dans les 17 CHSLD et centres de réadaptation de l'Outaouais. Les jeunes embauchés avaient notamment pour mission de concevoir et d'animer des activités à caractère intergénérationnel.

Réalisé en collaboration avec le CISSS de l'Outaouais, ce projet génère des retombées très positives tant pour les jeunes que pour les aînés. Il favorise les échanges entre les générations, contribue à déconstruire les stéréotypes liés au vieillissement et sensibilise les jeunes à l'âgisme. Du côté des résidents, il permet d'offrir davantage d'occasions de stimulation, de socialisation et de divertissement, contribuant ainsi à briser l'isolement et à enrichir le quotidien !

Le programme favorise les échanges entre les générations, contribue à déconstruire les stéréotypes liés au vieillissement



# Comités

## COMITÉ DE LA TCARO

### 1 Enjeux prioritaires

## MEMBRES

*Responsable* : Marc P. Desjardins

*Membres* : Robert Leduc, Lise A. Romain, Gisèle Bisson, Ginette Rochon, Donald Déry, Lorraine Normand Charbonneau, Gaétan Guindon et Daniel Lacasse

### 2 Soutien à la gouvernance stratégique

*Responsable* : Robert Leduc

*Membres* : Marc P. Desjardins, Donald Déry Patricia Gougeon et Daniel Lacasse

### 3 Reconnaissance des bénévoles

*Responsable* : Marc P. Desjardins

*Membres* : Giselle Bisson, Denis Gervais, Donald Déry et Robert Leduc

### 4 Évaluation du DG

*Responsable* : Robert Leduc

## COMITÉS EN LIEN AVEC LE PALIER PROVINCIAL

### 5 Conférences des Tables régionales de concertation des aînés du Québec

*Responsable* : Robert Leduc

### 6 Table de concertation régionale pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées

*Responsable* : Daniel Lacasse

- ### 7 La direction D-SAPA est scindée en deux (2) unités :
- *Direction du soutien à domicile, de la déficience et de la réadaptation (DSADDR), Stéphanie Legault ET*
  - *Direction du soutien à l'autonomie des personnes âgées – Hébergement*

Robert Leduc  
Ginette Rochon (remplaçante)

Olivier Dion

### 8 Comité d'excellence - Soutien à l'autonomie des personnes âgées de l'Outaouais – SAPA du CISSS de l'Outaouais

Robert Leduc

### 9 Programme Nouveaux Horizons pour aînés (PNHA) Évaluation des projets soumis

Ginette Rochon, Sylvain Brousseau, Robert Leduc, Richard Gratton, Pierre Gendron, et Daniel Lacasse

### 10 Programme Nouveaux Horizons pour aînés (PNHA) Ville de Gatineau

Jean-Charles Pichereau et Daniel Lacasse

### 11 Programme Québec ami des aînés (QADA) Évaluation des projets soumis

Ginette Rochon, Sylvain Brousseau, Robert Leduc, Richard Gratton, Pierre Gendron, et Daniel Lacasse

# Organismes régionaux et communautaire membres en règle de la TCARO 2026

Selon les règles de la corporation :

## Membres organismes régionaux ou communautaires


*Toute personne morale sans but lucratif, intéressée aux buts et aux activités de la corporation, offrant des services à la population aînée ou retraitée de la région de l'Outaouais, offrant des services et/ou exerçant des activités sur la majorité du territoire régional.*

*De plus, elle doit se conformer aux normes d'admission établies par résolution du conseil à laquelle le conseil, suivant la réception d'une demande à cette fin, accorde le statut de membre organisme régional ou communautaire.*


*Cette personne morale est toutefois requise de faire connaître par voie de lettre de créance au secrétaire de la corporation et signée par l'autorité dûment constituée, le nom et les coordonnées d'une personne physique chargée de la représenter aux assemblées des membres et éligible au poste d'administrateur de la corporation.*

## ORGANISMES MEMBRE

- Association québécoise de la défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) de l'Outaouais
- Académie des retraités de l'Outaouais (ARO)
- Diabète Outaouais
- Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-Outaouais)
- Association québécoise des retraité(e)s des secteurs publics et parapublics (AQRP) Outaouais
- Association nationale des retraités fédéraux (ANRF) Outaouais
- Regroupement interprofessionnel des intervenants retraités des services de santé (RIIRS-Outaouais)
- FADOQ - Région Outaouais
- Regroupement des associations de personnes handicapées de l'Outaouais (RAPHO)
- Regroupement provincial des comités des usagers du Québec
- Regroupement des transports adaptés et collectifs ruraux de l'Outaouais
- Société Alzheimer de l'Outaouais québécois
- Université du troisième âge - section Outaouais
- Association québécoise des directions d'école retraitées (AQDER) Outaouais
- Albatros Gatineau-La Lièvre
- Parkinson Outaouais
- Solidarité de L'Ange-Gardien
- La Corporation des aînés de la Cabane en Bois Rond
- Entraide-Deuil Outaouais



Collectivement  
avec ses membres,  
la TCARO crée  
un espace afin  
de faire progresser  
les conditions de vie  
pour un vieillissement  
digne, actif et inclusif  
en Outaouais.



# Dates de rencontres des comités en 2025-2026

## Assemblée générale annuelle

- 2 juin 2025 à 10 h

## Hommage annuel aux bénévoles

- 8 octobre 2024 à 11 h

## Conseil d'administration

- 23 septembre 2025 à 10 h
- 27 octobre 2025 à 10 h
- 8 décembre 2025 à 10 h
- 2 février 2025 à 10 h
- 30 mars 2026 à 10 h
- 11 mai 2026, à 10 h
- 2 juin 2026 à 9 h

## Forum annuel

- 26 novembre 2025

## Comité de vérification et des finances

- Au besoin

## Communications et interventions publiques

- Au besoin

## Comité des enjeux

- 25 septembre 2025 à 10 h
- 16 octobre 2025 à 10 h
- 22 janvier 2026 à 10 h
- 12 mars 2026 à 10 h

## Comité de gouvernance

- 22 octobre 2025 à 10 h
- 19 novembre 2025 à 10 h

## Comité de reconnaissance des bénévoles

- 26 mai 2026 à 10 h

## Comité – Évaluation des projets Nouveaux Horizons (PNHA)

- À confirmer vers  
le 12 septembre 2026 à 10 h

## Comité – Évaluation des projets Québec Amis des aînés (QADA)

- À confirmer vers  
le 26 septembre 2026 à 10 h

## Comité du bulletin - Par et Pour les aînés

- Au besoin

*Favorisons  
la concertation  
entre les organismes  
œuvrant auprès  
des personnes aînées  
et retraitées  
de l'Outaouais,  
tout en veillant  
à leur bien être  
et à la défense  
de leurs intérêts*

# Orientations

## La TCARO a été mise en place afin de :

- Favoriser la concertation entre les organismes œuvrant auprès des personnes âgées et retraitées de la région administrative 07 du Québec, tout en veillant à leur bien être et à la défense de leurs intérêts ;
- Encourager la création et le développement de tables locales dans les MRC et à la Ville de Gatineau ;
- Assurer la diffusion de l'information pertinente à l'ensemble des aînés et retraités de la région de l'Outaouais ;
- Agir comme lieu de rassemblement et de coordination pour les organismes œuvrant auprès des aînés et retraités ;
- Représenter les aînés et retraités à titre de porte parole et d'interlocuteur régional sur les enjeux qui les concernent ;
- Soutenir et initier des actions visant l'amélioration des conditions de vie des aînés et retraités ;
- Promouvoir la participation active des aînés et retraités à la vie collective et citoyenne ;
- Mettre en valeur la contribution économique des aînés et retraités à la région ;
- Favoriser les échanges et le rapprochement entre les générations ;
- Reconnaître chaque année l'engagement bénévole des membres des associations et organisations qui composent la TCARO.



*Favorisons  
les échanges  
et le rapprochement  
entre les générations*





**TCARO**

Table de concertation des aînés  
et retraités de l'Outaouais

**TCARO.ORG**

180, boul. Mont-Bleu,  
suite 200, Gatineau,  
QC J8Z 3J5  
819 771-8391 #319