

JOURNÉE INTERNATIONALE DES PERSONNES ÂÎNÉES

Marche : un et un font mille



JEUDI
1^{er}
OCTOBRE
2026

PREMIÈRE ÉDITION À GATINEAU

*La marche agissons ensemble
pour le mieux-être des aînées*

DEUX PARCOURS ACCESSIBLES À TOUS !

— PARCOURS LONG 1,61 km

Départ et arrivée :
Chartwell Domaine des Trembles
250, boul. Saint-Raymond

— PARCOURS COURT 1,36 km

Départ et arrivée :
Chartwell Domaine des Trembles
250, boul. Saint-Raymond

LÉGENDE

- Départ / Arrivée
Chartwell Domaine des Trembles
- Parcours long : 1,61 km
- Parcours court : 1,36 km
- Toilettes disponibles
- Toilettes à la résidence
- Toilettes au centre
communautaire des Trembles



DÉPART / ARRIVÉE
CHARTWELL
DOMAINE DES TREMBLES
250, boul. Saint-Raymond



UNE BELLE JOURNÉE VOUS ATTEND !

CHAPITEAU



MUSIQUE

pour une ambiance
festive !



BOÎTES À LUNCH INCLUSES



KIOSQUE INFORMATIONS ÂÎNÉES (style marché)



MARCHEZ À VOTRE RYTHME,
ENSEMBLE,
C'EST LE PLAISIR !



DÉPART
Chartwell Domaine des Trembles
250, boul. Saint-Raymond
Gatineau (Secteur Hull)

INSCRIPTION PAR INTERNET :
[https://www.unetunfontmille.com/
marche-agissons-ensemble](https://www.unetunfontmille.com/marche-agissons-ensemble)



← Scannez
pour
vous inscrire !

Merci à nos commanditaires

AREQ
Le mouvement
des personnes retraitées CSQ

AQDR
Association québécoise de défense
des droits des personnes retraitées
et préretraitées

CHARTWELL
résidences pour retraités