

1826, boul. de Forillon, Gaspé, QC, Canada, Quebec
info@cclcapauxos.org - (418) 892-5451- petiteecoleforillon.com

Janvier 2026



ÉCHOS DE CAP-AUX-OS

La Voix de la Petite École de Forillon

SOMMAIRE

Nos vœux pour 2026

Une nouvelle année placée sous le signe de la santé, du dynamisme et des projets rassembleurs.

Voix du citoyen

La vitalité d'une communauté à travers ses activités : un citoyen s'exprime.

Location d'équipements d'hiver

Des équipements accessibles pour permettre à tous de profiter des joies de l'hiver.

Les bénévoles de la patinoire

Hommage à celles et ceux qui rendent possible un lieu de rassemblement du village.

AGA

Un retour sur l'assemblée générale annuelle et l'accueil des nouveaux membres.

Activités de janvier à avril

Un aperçu des activités à venir pour profiter pleinement de l'hiver et du début du printemps.

Deux nouveaux projets

Un aperçu de projets prometteurs qui façonneront la suite de nos activités.

La Fête des Neiges

Une journée festive pour petits et grands, remplie de plaisir, de rires et de souvenirs.

Nos vœux pour 2026



Chères citoyennes,
Chers citoyens,
Chers partenaires et ami·e·s de la Petite École de Forillon,

À l'aube de cette nouvelle année 2026, je tiens à vous adresser mes vœux les plus sincères de santé, de bonheur et d'élan collectif.

Je souhaite avant tout vous **remercier pour votre engagement** tout au long de la dernière année. Votre présence, votre participation et votre soutien ont permis de faire rayonner nos activités, nos espaces et notre mission. Grâce à vous, notre centre demeure un lieu vivant, accueillant et significatif pour les familles, les jeunes, les aînés et l'ensemble de notre communauté.

Votre implication contribue directement à nourrir cette **cohésion communautaire** si précieuse, celle qui se tisse au fil des événements, des rencontres, des activités et des projets que nous bâtissons ensemble. Chaque geste, chaque participation, chaque moment partagé renforce ce sentiment d'appartenance qui fait de notre milieu un endroit unique.

En 2026, je souhaite que nous continuions à créer, à collaborer et à nous rassembler, afin de poursuivre notre mission : offrir des lieux vivants, inclusifs et porteurs pour toute la communauté.

Merci d'être là, et merci de faire de la Petite École de Forillon un véritable cœur communautaire.

Je vous souhaite une année douce, inspirante et remplie de beaux projets.

Aude Blais

Directrice

La Petite École de Forillon – Auberge et Centre communautaire de loisir

La vitalité d'une communauté se mesure à l'image des activités qu'elle se propose ! C'est t'y vrai ça ?

Clairement, c'est encore tranquille du côté des activités collectives, mais...

Il y a quand même, vous l'aurez remarqué, le chantier de transformation de l'église qui va bon train. Celle sera bientôt un centre dédié aux arts pour l'ensemble du grand Gaspé. Une église dédiée aux arts, est-ce que ça va fonctionner ?

La réponse est oui, ça va fonctionner, en autant que la communauté de *Penouille-Cap-aux-Os* se dédie elle-même aux arts. Et comment la communauté de *Penouille-Cap-aux-Os* peut-elle se dédier aux arts ? En commençant par ce qu'elle peut faire de mieux à peu de frais : se dédier à l'art de vivre et habiter son territoire. Le reste va suivre.

Comprenons la chose de la manière suivante : si dans une journée j'investis par exemple 2 heures de mon temps sur les écrans, et que ces deux heures représentent 35\$ d'utilisation, c'est un temps et un montant qui n'est plus disponible pour autre chose. En même temps qu'il va enrichir les milliardaires de ce monde, ce temps et cet argent n'est plus disponible pour nous-même et cet investissement va appauvrir ma communauté.

Si, par contre, je décide d'investir ce 2 heures de temps pour la bibliothèque du village, pour l'aide aux personnes âgées, pour le nettoyage du Centre artistique, pour déneiger la patinoire, pour l'entretien des jeux des enfants ou pour animer une activité au Centre communautaire, je viens de m'enrichir d'une expérience sociale simple mais accessible et souvent surprenante, j'enrichis et embellis mon village et je rends vivante ma communauté. En même temps, j'évite de donner du crédit, du temps et de l'argent aux milliardaires de ce monde, ce qui les rends encore plus puissant et nous, encore plus pauvres et faibles.

Autrement dit, avoir une communauté vivante est un choix personnel et collectif qui ne coûte rien, un mode de vie que l'on choisit de cultiver ou non, mais il ne faut pas s'attendre à ce que l'État et les gouvernements, incluant les municipalités, le fasse à notre place si nous n'y sommes pas.

Se choisir, choisir son bien-être, choisir de construire un milieu de vie enrichissant, sécuritaire, beau et agréable où l'on côtoie nos voisins et où l'on partage quelques activités par année, c'est devenir plus fort et vivre mieux et plus harmonieusement dans un monde technologique qui n'offre souvent que des moyens de se fuir et s'éloigner de nous-même.

On se voit sur la patinoire, pour vivre ensemble le plaisir de l'accomplissement, dehors, en famille et en pleine nature ? Bon hiver la « gang » !

Par Jean-François Spain, citoyen

Location d'équipements d'hiver

Afin que tous puissent profiter pleinement des joies de la saison froide, des équipements d'hiver sont mis à la disposition de la population **gratuitement**. Cette initiative vise à encourager l'activité physique et les moments de plaisir en famille ou entre amis. Pour toute information concernant la disponibilité ou le fonctionnement de la location, **n'hésitez pas à nous contacter**.



Les bénévoles de la patinoire

La patinoire du village est un lieu de rassemblement essentiel rendu possible grâce à l'engagement de bénévoles dévoués. Leur implication permet d'offrir un espace sécuritaire et accueillant pour tous.

Nous sommes **toujours à la recherche de nouveaux bénévoles**, que ce soit de façon ponctuelle ou régulière. Toute aide est précieuse et contribue directement à la vitalité de notre communauté.

Pour offrir votre aide ou obtenir plus d'informations, **communiquez avec nous**.

Un retour sur l'assemblée générale

Retour en images sur l'Assemblée Générale tenue le lundi 15 décembre.

Un moment d'échanges constructifs, de bilan et de perspectives, marqué par l'engagement et la participation active des membres.

Merci à toutes et à tous pour votre présence et votre contribution.



Nous tenons à exprimer notre profonde reconnaissance à Terry Piton pour ses dix années d'engagement, de dévouement et de générosité au sein du conseil d'administration.

Au fil des ans, Terry s'est investi bien au-delà de son rôle, mettant son temps, son énergie et son cœur au service de notre communauté. Son implication sur le conseil d'administration, tout comme sa participation active à plusieurs comités notamment celui du 100e anniversaire de Cap-aux-Os a laissé une empreinte durable et précieuse.



Programmation mensuelle – Activités spéciales

Février

- Yoga : Zen & Sérénité au Quotidien
- Activités Club des 50 ans et plus
- Bouger en confiance : Vitalité senior
- Découvre ton sport : Les héros du mouvement
- Spectacle de magie *Abracadabra ! Le Mystère prend vie*
- Karaoké de la Saint-Valentin
- Voyage culinaire- Découverte d'autres saveurs.
- Fête des Neiges (activités familiales extérieures)



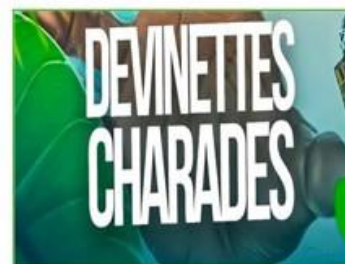
Mars

- Yoga : Zen & Sérénité au Quotidien
- Activités Club des 50 ans et plus
- Bouger en confiance : Vitalité senior
- Découvre ton sport : Les héros du mouvement
- Party de hockey amicale
- Spectacle de mentalisme *Esprit en Éveil*
- Repas partagé – Partage d'un moment convivial
- Piano Vibes (soirée musicale)



Avril

- Yoga : Zen & Sérénité au Quotidien
- Activités Club des 50 ans et plus
- Bouger en confiance : Vitalité senior
- Découvre ton sport : Les héros du mouvement
- Chasse aux œufs et dégustation de tire d'érable
- Spectacle de magie
- Causerie historique autour du feu
- Fête des bénévoles



Les dates et heures précises seront diffusées sur nos canaux de communication.

Nouveaux projets du centre communautaire

Bouger en confiance : Vitalité senior – CCL

Ce nouveau projet débute **en février** et propose une **activité physique périodique offerte chaque semaine**, spécialement adaptée aux personnes âgées. À travers des exercices sécuritaires et progressifs, les participants pourront maintenir leur autonomie, améliorer leur équilibre et préserver leur vitalité, dans un environnement chaleureux et respectueux du rythme de chacun.

Inscription et participation gratuites

Destiné principalement aux aînés tous les mercredis à 11h15.



Découvre ton sport : Les héros du mouvement

Également lancé **dès le mois de février**, ce projet offre une **activité sportive hebdomadaire** permettant de découvrir différents sports et formes d'activités physiques. L'approche est inclusive, ludique et accessible, favorisant le plaisir de bouger sans pression de performance ni contrainte financière.

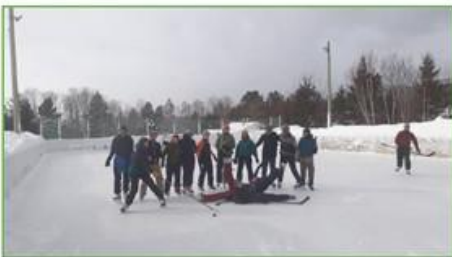
Inscription et participation gratuites

Ouvert aux jeunes de 18 ans et moins tous les samedis à 15h.

Fête des Neiges : Une journée hivernale pour toute la famille

Samedi 21 février 2026

Le centre communautaire est heureux d'annoncer la **Fête des Neiges**, une grande journée festive et hivernale qui se prépare pour le **samedi 21 février 2026**. Cet événement familial mettra à l'honneur l'hiver comme élément identitaire et culturel, dans une ambiance conviviale, ludique et rassembleuse.



Petits et grands pourront profiter d'un **parcours de glissade aménagé** dans la butte créée par le déneigement, accessible avec chambres à air ou traîneaux. Les amateurs de sports d'hiver pourront participer à des **parties de patin libre**, à des **matchs de hockey parents-enfants ou entre adultes**, ainsi qu'à une activité de **soccer sur neige**. Pour ceux qui préfèrent une approche plus douce, une séance de **yoga extérieur** sera proposée afin de bouger et se détendre en plein air.

La créativité sera aussi au rendez-vous avec la **peinture sur neige**, une activité amusante et accessible à tous les âges. Une **animation musicale extérieure**, assurée par des musiciens locaux ou un DJ, contribuera à l'ambiance festive, tout comme un **photobooth hivernal** avec décor, accessoires et mascotte pour immortaliser la journée.

Des **feux de camp communautaires** permettront de se réchauffer et d'échanger, tandis que des **stations de chocolat chaud et de café**, ainsi que de la **tire d'érable sur neige**, offriront des pauses gourmandes très appréciées.



Une **journée gratuite, inclusive et festive**, pensée pour toute la famille.

Pour plus d'informations, veuillez contacter le 450 626-8433.