



# L'INFO C.J.R.

LA COMPAGNIE DES JEUNES RETRAITÉS  
DU PLATEAU

8815, avenue Jean-Paquin, Québec, QC, G1G 4W7

Courriel : [c.j.r@globetrotter.net](mailto:c.j.r@globetrotter.net)

Boîte vocale : 990-0863



Volume 11, N° 1

Site web: <http://www.cjrcharlesbourg.org>

SEPTEMBRE 2008

## 1-MOT DU PRÉSIDENT

En juin 2008, lors de la fête champêtre des aînés de Charlesbourg, la C.J.R. a démontré sa capacité à réussir de grands événements avec la contribution de ses membres du comité organisateur, des bénévoles responsables d'activités ou soutien à l'organisation de la journée et avec la participation de près de 500 membres. La collaboration des autres organismes comme le Patro de Charlesbourg, le CAABC, les organismes d'aînés de Charlesbourg et l'arrondissement de Charlesbourg ont permis cette réussite.

Le grand défi dans l'organisation de cette journée était de réussir à faire quelque chose ensemble. Ce fut une journée extraordinaire, une activité historique et mémorable. Tous les participants étaient très satisfaits dans la moindre des activités. Il est évident que les membres du comité organisateur ont été stressés jusqu'à la fin de la journée. Ce fut un bon stress qui a donné d'excellents résultats. Merci à tous ceux qui ont contribué à cette réussite.

Si je considère les autres activités prévues à la programmation de l'été 2008, les observations que j'ai reçues sont très positives pour l'ensemble des activités.

Durant l'été, le comité de travail sur la révision de la formule des cafés-rencontre s'est réuni à plusieurs reprises et vous propose pour l'automne une nouvelle formule expérimentale : « Les rendez-vous de la C.J.R. » Le premier est prévu pour le 26 octobre 2008 au sous-sol de l'église Saint-Jérôme de l'Auvergne. Nous comptons sur votre participation pour en faire un grand succès.

L'objectif visé pour « Les rendez-vous de la C.J.R. » est la mise en place d'une activité rassembleuse, intéressante et mobilisatrice, favorisant le partage de liens constructifs entre le conseil d'administration, les responsables d'activités et les membres de la C.J.R.

Au cours de l'été, dans mes rencontres avec les

membres, j'ai constaté une certaine insécurité chez certains face à leur participation ou à l'organisation d'une activité, que ce soit au niveau des membres, des responsables d'activités ou des administrateurs. Il faut prendre le temps d'écouter, de se parler, de rassurer. Je comprends que ce n'est pas toujours facile car l'organisation des activités est effectuée par des bénévoles avec leurs forces, leurs limites et leurs disponibilités. Ce qui importe, c'est la qualité de la livraison de l'activité et la satisfaction du client-membre. **Voilà les critères qui doivent baliser notre action.**



Pour assurer le succès des activités, les administrateurs, les responsables d'activités et les membres participants doivent composer, d'une façon harmonieuse, avec une contribution autonome des responsables d'activités, un support efficace des administrateurs et la participation constructive des membres.

Je remercie tous les administrateurs, les responsables d'activités et les bénévoles pour leur contribution à la réussite de la C.J.R. et les membres pour leur participation et leur engagement constant dans son action.

**Claude Charbonneau, Président**

### SOMMAIRE

1- Mot du président	1
2- Administration	2
3- Aînés et activités communautaires	3
4- Activités culturelles et éducatives	5
5- Activités sociales	10
6- Santé, plein air et sports	14
7- Voyages	20
8- Informations sur les autres organismes	21
9- Divers	23

## 2-ADMINISTRATION

### 1- MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

ANNÉE 2008-2009

Claude Charbonneau, Président 418-623-2863  
[phillipe@sympatico.ca](mailto:phillipe@sympatico.ca)  
 Rémi Hains, Vice-président 418-628-6705  
[remihains@videotron.ca](mailto:remihains@videotron.ca)  
 Roger Gagnon, Secrétaire 418-628-9755  
[rogagnon@sympatico.ca](mailto:rogagnon@sympatico.ca)  
 Jean-Louis Gilbert, Trésorier 418-626-8736  
[gilbertjl@hotmail.com](mailto:gilbertjl@hotmail.com)  
 Gaétan Bourbeau, Coordonnateur Activités culturelles  
[cbourbeau@videotron.ca](mailto:cbourbeau@videotron.ca) 418-628-5791  
 Ginette Dufresne, Coordonnatrice Activités sociales  
[jacques.dufresne@sympatico.ca](mailto:jacques.dufresne@sympatico.ca) 418-623-4582  
 Georgette Baril, Administratrice 418-626-7454  
[georgette.baril@videotron.ca](mailto:georgette.baril@videotron.ca)  
 Ginette Turner, Administratrice 418-622-7059  
[ginettetmartel@sympatico.ca](mailto:ginettetmartel@sympatico.ca)  
 Louise S. Tanguay, Représentante 418-622-3536  
[lmanguaym@videotron.ca](mailto:lmanguaym@videotron.ca)  
 Paul-Henri Lessard, Coordonnateur Activités sportives  
 et physiques 418-626-4945  
[danyvpaul@videotron.ca](mailto:danyvpaul@videotron.ca)  
 Marc-André Auger, Administrateur 418-623-4696  
 Christiane Gagnon, Administratrice 418-622-0624  
[cgagnon2108@videotron.ca](mailto:cgagnon2108@videotron.ca)  
 Marcelle Fournier, Administratrice 418-623-0173  
[quyfournier60@sympatico.ca](mailto:quyfournier60@sympatico.ca)

### 2- ÉQUIPE DU JOURNAL L'INFO C.J.R.

Claude Charbonneau 418-623-2863  
[phillipe@sympatico.ca](mailto:phillipe@sympatico.ca)  
 Nicole Charbonneau 418-623-2863  
[phillipe@sympatico.ca](mailto:phillipe@sympatico.ca)  
 Errol Fortin 418-627-3546  
[errolf@videotron.ca](mailto:errolf@videotron.ca)  
 Marcel Dupont 418-628-7963  
[madupont@progression.net](mailto:madupont@progression.net)  
 Louise Tanguay 418-622-3536  
[lmanguaym@videotron.ca](mailto:lmanguaym@videotron.ca)  
 Georgette Baril 418-626-7454  
[georgette.baril@videotron.ca](mailto:georgette.baril@videotron.ca)  
 Pauline Morneau 418-623-5043  
[pmorneau@sympatico.ca](mailto:pmorneau@sympatico.ca)  
 Thérèse Brousseau 418-529-4789

Coordonnateurs d'activités :

Paul-Henri Lessard 418-626-4945  
[danyvpaul@videotron.ca](mailto:danyvpaul@videotron.ca)  
 Gaétan Bourbeau 418-628-5791  
[cbourbeau@videotron.ca](mailto:cbourbeau@videotron.ca)  
 Ginette Dufresne 418-623-4582  
[jacques.dufresne@sympatico.ca](mailto:jacques.dufresne@sympatico.ca)

### 3- LES LUNDIS PM

Tous les lundis PM de 13 h à 15 h 30 et ce, à compter du 8 septembre jusqu'au 15 décembre inclusivement, le chalet des Loisirs du Plateau, 8815, avenue Jean-Paquin, Québec, est ouvert à tous. Vous pouvez payer votre carte de membre ou recevoir toute information auprès des bénévoles présents. À compter du 8 septembre, vous pourrez vous inscrire aux activités.

Les joueurs de scrabble, de bridge et de cartes sont toujours les bienvenus. Il est à noter que le lundi 13 octobre, fête de l'Action de Grâce, le local sera fermé.

### 4- MOT DE LA REGISTRAIRE

En septembre, nous acceptons seulement les inscriptions des nouveaux membres. Nous demandons aux membres d'attendre en octobre et novembre pour renouveler leur carte pour 2009 afin de faciliter les inscriptions de septembre pour tous.

Membres de la C.J.R., vous pouvez maintenant communiquer à la registraire par internet tout changement dans vos coordonnées personnelles. Utilisez l'adresse suivante : [cjr.registraire@hotmail.com](mailto:cjr.registraire@hotmail.com)

Un accusé-réception vous sera envoyé. Vous pouvez aussi appeler au 418-622-3536 ou venir me rencontrer lors des lundis PM.

*Louise Tanguay*, Représentante

### 5- SUGGESTION D'ACTIVITÉS

Les membres qui désirent émettre des idées pour organiser de nouvelles activités ou s'impliquer dans une activité peuvent communiquer avec Gaétan Bourbeau 418-628-5791 ou avec un autre administrateur.

### 6- SITE WEB ET COURRIEL

Je profite de cet article pour remercier très sincèrement JYvan Conseiller pour l'excellence de sa contribution à la gestion du site web de la C.J.R. depuis son instauration. Il nous quitte après avoir démontré beaucoup d'expertise dans son travail, de disponibilité

et de constance durant de longues années. Au nom du conseil d'administration, encore une fois merci.

Vous trouverez sur notre site Web L'INFO C.J.R., les nouvelles activités qui s'ajoutent entre les publications et les résultats avec photos. Vous pouvez communiquer avec nous par courriel à l'adresse figurant à la page couverture de L'INFO C.J.R.

Les bénévoles qui assurent la continuité et la mise à jour du site sont Jean Bédard et Jacques Dufresne.

## 7- BOÎTE VOCALE

La C.J.R. possède une boîte vocale. Le numéro est le **418-990-0863**. Ce moyen rapide de communication est mis à la disposition des membres pour les aviser des activités auxquelles il est encore possible de s'inscrire. C'est aussi le moyen utilisé par les organisateurs de certaines activités, comme le club de marche, le golf... pour informer les membres de leur annulation ou de leur report.

## 8- INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS LE SAMEDI 6 SEPTEMBRE 2008

Seuls les bénévoles qui participent aux inscriptions en après-midi sont autorisés à s'inscrire avant 13 h. Aucune autre inscription ne sera acceptée. La séance d'inscription aura lieu le samedi 6 septembre, au sous-sol de l'église Saint-Jérôme situé au 6350, 3<sup>e</sup> Avenue Est. Le tout sera précédé par un repas à compter de 11h 30. Venez nous rencontrer et échanger avec nous.

Les paiements devront être effectués autant que possible par chèque et devront être datés du 6 septembre 2008. Au moment de l'inscription, la carte de membre sera exigée. Un membre ne pourra inscrire plus qu'un autre membre en règle à une activité.

Le conseil d'administration de la C.J.R.

## 9 - POLITIQUE EN CAS DE DÉCÈS

Le conseil d'administration a adopté le 7 mars 2007 une politique lors d'un décès d'un administrateur ou d'un membre de la C.J.R. Vous communiquez avec Gaston Marquis en composant le 418-622-0924.

## 10- LES RENDEZ-VOUS DE LA C.J.R.

Un comité de travail composé de Claude Charbonneau, Ginette Dufresne, Paul-Henri Lessard et Marcelle Fournier, a étudié la pertinence de la formule des cafés-rencontre utilisée depuis 1994. Il vous propose une activité rassembleuse, intéressante et mobilisatrice favorisant le partage de liens constructifs entre le conseil d'administration, les responsables d'activités et les membres de la C.J.R.

La formule proposée, approuvée par le conseil d'administration le 7 août 2008, se définit comme suit :

La fréquence : 2 fois par année : octobre ou novembre et mars, le dimanche

Une expérience pilote :

Date :	Le 26 octobre 2008 au sous-sol de l'église Saint-Jérôme de l'Auvergne.
Thème :	« Comment occuper ses loisirs ? »
Horaire :	
15 h	présentation du thème
15 h 15	présentation des activités de loisirs des passionnés (4 ou 5)
16 h	rencontre selon les intérêts des membres en ateliers avec un « passionné »
16 h 30	conclusions sur le thème et les loisirs présentés
16 h 45	échanges d'informations sur la C.J.R. et échanges entre les membres
18 h 00	Souper (spaghetti)
19 h 30	Soirée sociale animée par le Groupe vocal
22 h	Fin des activités
Coût :	10 \$/personne

Responsable : Le comité de travail

Venez nous voir en grand nombre. C'est votre fête et nous vous attendons. Les cartes pour le souper sont en vente à compter du 6 septembre et les lundis PM au coût de 10 \$. Vous vous adressez à Ginette Dufresne 418-623-4582.

## 3-AÎNÉS ET ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

### 1- COMMENTAIRES SUR LA FÊTE CHAMPÊTRE DU 10 JUIN

Au Comité organisateur de la Fête champêtre

Le mercredi 11 juin 2008

Les témoignages des différentes associations et de leurs membres sont constants et fermes. Tous ont apprécié la fête champêtre. Ce fut pour eux une journée historique et mémorable tant au niveau des activités en après-midi que pour le souper et la soirée spectacle. Merci aux membres du comité organisateur, merci à Nicole Levesque-Phaneuf pour sa détermination à la réalisation de cette fête. Un merci particulier à Roger Gagnon pour son engagement constant dans le succès de cette fête, à Rémi Hains pour l'excellence de son travail à l'accueil et dans l'organisation du souper et à Michel Alain et son

quipe pour l'organisation du spectacle. Merci à Gérald Lavoie et Nadine Bolduc pour leur travail aux communications et à la vente des cartes. Merci à Gaétan Bourbeau pour sa disponibilité et son soutien constant. Enfin merci à tous les bénévoles, aux responsables d'activités, à Claude Havard, responsable de la coordination des activités sportives, de même qu'à Hélène Beaulieu du cercle des fermières de Charlesbourg. Merci à Yves Garant et à ses collaborateurs de l'arrondissement de Charlesbourg. Merci à Rolland Langevin de la Fadocq secteur Jean-Talon pour son appui.



Merci aux commanditaires qui ont permis le financement de cette activité.

Merci encore une fois à tous pour l'excellence de votre contribution et aux membres de la C.J.R. pour votre participation.

**Claude Charbonneau**, Président de la C.J.R.

Le mercredi 11 juin 2008



Je joins ma voix à celle des autres que je sais nombreux pour féliciter le comité du succès sans précédent de la fête des aînés de Charlesbourg. Vous avez osé, organisé, planifié et réussi. C'est une réussite sur toute la ligne. Même la température était de la partie. L'orage a choisi un moment où tout le monde était à l'intérieur. Même si certains clients d'Hydro-Québec ont été privés d'électricité,

cela n'a pas eu lieu à Charlesbourg. Le Patro était un excellent endroit de rassemblement et les diverses activités ont été bien organisées et réussies aux dires des participants.

Toutes mes félicitations donc. C'est un honneur de pouvoir faire quelque chose avec des gens aussi dynamiques et compétents.

**Marcel Dupont**

Bravo pour votre excellent travail et aussi pour avoir cru à ce projet. Merci à Michel Tanguay qui a ouvert la porte en acceptant qu'un comité se forme pour évaluer la faisabilité du projet. C'est chose faite. C'est une réussite sur toute la ligne et une journée mémorable telle que souhaitée. La finale avec Bruno Pelletier fut la cerise sur le sundae (Je ne l'attendais pas celle-là !).

Y aura-t-il une prochaine ?

**Nicole Levesque-Phaneuf**

**2- UN RASSEMBLEMENT MÉMORABLE** lors de la fête champêtre du 400<sup>e</sup> des aînés de Charlesbourg tenue le 10 juin 2008 au Patro de Charlesbourg

Ce fut un rassemblement, c'est le cas de le dire. Plus de 950 aînés de 20 organismes de Charlesbourg ont participé à cette fête. Ce rassemblement a vraiment été historique et mémorable. Selon notre connaissance, c'est la première fois que tant d'organismes collaborent à l'organisation et à la participation d'une telle fête.

S'amuser ensemble en fêtant le 400<sup>e</sup>, a été notre premier objectif et ce fut une réussite. Chaque participant à la fête a eu l'impression d'être partie prenante et engagé dans cette grande manifestation des aînés de Charlesbourg.

La participation a été favorisée par des activités variées.

Nous avons constaté l'intérêt et les avantages à partager autour de la réalisation de cet événement d'une vingtaine d'organisme d'aînés lors de trois rencontres collectives.

Les partenariats établis ont permis par cette grande réussite d'établir un lien de confiance entre les aînés et les autres partenaires du projet.

Nous avons eu une fête extraordinaire avec des bénévoles extraordinaires. Merci à vous et ne lâchez pas.

D'autres projets demanderont votre collaboration et nous comptons sur vous.

**Roger Gagnon**, Président du comité organisateur

### **3- PROJET QUÉBEC-ARRONDISSEMENT DE CHARLESBOURG, VILLES, AMIES DES AÎNÉS**

Le gouvernement du Québec, suite à la consultation effectuée en 2007 par la ministre Marguerite Blais, veut soutenir la création d'environnements plus propices à l'adoption et au maintien d'un mode de vie actif chez les aînés.

Sept (7) projets ont été retenus pour l'ensemble du Québec.



Cette démarche origine de deux (2) programmes de l'Organisation mondiale de la santé (OMS):

1.- Vieillir en restant actif en favorisant la bonne santé des aînés, la participation des aînés dans la communauté et la sécurité des personnes aînées.

2.- Villes-amies des Aînés

Une ville-amie des aînés adapte ses structures et ses services afin que les personnes aînées puissent y accéder et y avoir leur place.

Actuellement, il y a 33 villes de 22 pays, 150 groupes et 1485 aînés qui y participent.

Le but du projet est de mobiliser la communauté de Charlesbourg, préoccupée par les aînés, à partir de l'expérience de l'ARC et du concept Villes-amies des aînés de l'OMS.

La démarche se déroule comme suit :

- 1.- Faire le portrait de la situation des aînés à Charlesbourg à partir des outils développés par l'OMS
- 2.- Dresser un plan d'action avec les actions réalisables à court terme (1 an) et à moyen terme (4 ans)
- 3.- Mettre en œuvre le plan

Les principaux moyens et résultats escomptés sont :

- 1.- La diminution du nombre des aînés marginalisés ou vivant en situation d'isolement
- 2.- La promotion des activités et des services disponibles
- 3.- Une meilleure accessibilité des aînés à faible revenu aux services et aux activités

Pour la mise en œuvre du projet, nous réaliserons les actions suivantes :

- 1.- Signature d'un protocole d'entente entre le gouvernement du Québec et la Ville de Québec
- 2.- Signature d'une entente de partenariat entre l'ARC et l'arrondissement de Charlesbourg
- 3.- Recrutement des membres du comité de réalisation
- 4.- Recrutement d'un chargé de projet

Les rôles possibles de l'ARC et des associations d'aînés sont :

- 1.- Mobiliser le milieu
- 2.- Encadrer et participer à la démarche
- 3.- Assurer le leadership et la gestion du comité réalisation du projet et être partie prenante de l'ensemble du projet

Le gouvernement fournit une aide financière maximale de 310,000 \$ à la Ville de Québec pour la réalisation du projet pour 4 ans. Cette somme est utilisable aux seules fins prévues par l'entente signée par la Ville de Québec

et le gouvernement du Québec et s'amorce en juin 2008 pour se terminer en mai 2012.

**Claude Charbonneau**  
Président de l'ARC

#### 4- AUTEURS DE CHEZ NOUS

Nous avons attendu... tout le jour

Ah ! Quel automne  
L'odeur du froid  
De la neige mouillée  
Le cri du geai bleu  
La forêt  
Reconnaît le matin

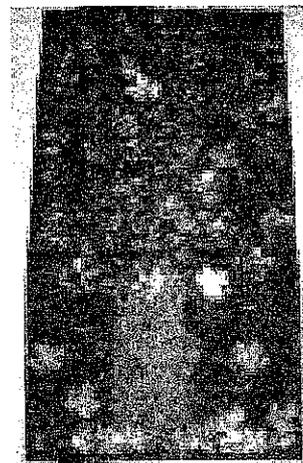
Nous avons eu  
Cette idée  
Partir à la chasse

À l'aube du jour  
Patiemment  
Nous avons marché  
Dans les feuilles fraîches  
D'arbre en arbre  
Scruté les branches  
Parcouru le frimas  
Sur le bord des ruisseaux  
À l'affût  
D'un lièvre  
D'une perdrix

Nous nous sommes assis  
Sur une bûche

Sans bruit  
Sans geste  
Tout le jour  
Nous avons attendu  
Le vent ! Le lièvre ! La perdrix !

**Gisèle Labbé**



#### 4-ACTIVITÉS CULTURELLES ET ÉDUCATIVES

#### 1- 11<sup>e</sup> SAISON DE BRIDGE AUTOMNE 2008

La saison d'automne 2008 du bridge C.J.R. débute le 12 septembre à 13h au chalet des Loisirs du Plateau pour se terminer par un tournoi suisse le vendredi 12 décembre à 13 h. La saison durera 13 semaines. Dix ateliers de perfectionnement sur des situations de jeu débiteront à compter du 26 septembre. Ces ateliers

débuteront à midi trente et la séance de bridge à 13 h 20. Ils visent la progression dans le niveau de jeu et la discipline des joueurs. C'est une activité de la C.J.R. qui suscite beaucoup d'intérêt.

Le bridge de la C.J.R. est pour beaucoup de participants un lieu de rencontre, d'échanges et de partage.

Une équipe dynamique formée de Pauline Cloutier, Dennis Shareck, Louise Cloutier, Paul-Henri et Danielle Lessard, Claude et Nicole Charbonneau continuera à assurer le succès de cette activité. Je les remercie à l'avance pour leur contribution à la réussite de cette onzième saison de bridge à la C.J.R.

**Claude Charbonneau** 418-623-2863, Responsable

## 2- SCRABBLE

Isipari : Jouez avec ces lettres et vous formerez le mot PLAISIR. C'est aussi ce que vous trouverez en assistant à nos rencontres hebdomadaires tous les lundis à 13 h au chalet du Plateau. Quelques places sont disponibles.

Coût : 10 \$

**Micheline Dumont** 418-628-4564

**Marthe Lapointe** 418-626-2449, responsables

## 3- DÎNERS-CONFÉRENCES

Date : Le mercredi 22 octobre  
 Heure : 9 h  
 Coût : 18,50 \$ (conférence, déjeuner traditionnel huron, taxes et service compris)  
 Endroit : Site traditionnel huron Onhoüa Chetek& Wendake

Les personnes inscrites recevront un plan clair et détaillé pour se rendre à cet endroit.

Visite facultative du site à 9 \$ par personne pour un groupe de 20 personnes. Sinon, ce sera 11 \$ par personne.

Sujet : « Découvrir les facettes cachées de la vie des Indiens d'hier à aujourd'hui et comment ils ont aidé les Européens à survivre sur notre grand territoire. »

Conférencier : Luc Gros-Louis, membre de la nation Huronne Wendat, guide animateur, conférencier d'expérience

Le conférencier abordera les thèmes suivants :

1. Présence des Indiens au début de la colonie, les différentes confédérations existantes, les alliances entre elles et avec les nouveaux arrivants
2. Comment les premières Nations ont contribué à la survie des premiers habitants de ce territoire
3. Le système social, politique et économique chez les Hurons-Wendats : rôle de la femme dans la nation et sa grande importance dans le mode de vie

Pour notre 400<sup>e</sup> c'est une occasion unique de découvrir l'histoire, la culture et le mode de vie des premières Nations.

Le mercredi 19 novembre

Heure : 11 h 15

Coût : 18,50 \$

Endroit : Restaurant Le Piolet, 103, rue Racine, Loretteville

Vous stationnez votre automobile dernière le restaurant ou dans la rue des Ursulines.

Sujet : « Les anglophones de Québec »

Conférencière : Louisa Blair, journaliste, commentatrice à la radio, rédactrice et traductrice. Madame Blair est née à Québec, où sa famille est établie depuis 200 ans. Ses travaux ont été publiés dans de nombreux magazines canadiens, dont « The Beaver et Canadian Forum ». Elle est l'auteure de l'ouvrage en deux tomes « Les Anglo : La face cachée de Québec », paru en 1997.

Québec comporte une face cachée ; la ville « pure laine » ne fut peut-être pas si pure après tout, même sous le régime français. En 1850, les Anglo y représentaient encore presque la moitié de la population. Anglophones et francophones, s'ils se sont battus entre eux, ont aussi appris la langue de l'autre et sont parfois tombés amoureux pour fonder des foyers unissant les deux cultures. Un portrait de cette face cachée de Québec, la communauté anglophone : les sites bien connus qui ont été fondés, bâtis ou conservés par les anglophones, les institutions qui ont traversé les siècles, dont le « Literary and Historical Society of Quebec » et le « Chronicle Telegraph ». Aussi, les réalités du côté « anglais » moins connues parce que marginales : les domestiques, les immigrantes, les racoleurs.

**Georgette Baril** 418-626-7454

et **Lise Paradis** 418-623-5748, responsables

#### 4- PROMENADE DANS SAINT-ROCH COMMENTÉE PAR JEAN-MARIE LEBEL

Date : Le mercredi 17 septembre  
 Départ : Stationnement de l'église Sainte-Cécile à 8 h 30  
 Visite : de 9 h à 15 h 30  
 Dîner : de 11 h 45 à 12 h 45 chez Cora, rue du Parvis  
 Retour : de l'église Saint-Roch à 15 h 30  
 Maximum : 25 personnes  
 Prix : 25 \$ incluant le transport et la visite (le repas est à vos frais).

Découvrez dans le quartier Saint-Roch de nombreuses rues qui ont conservé leur aspect de la fin des années 1800 quand c'était un quartier manufacturier et commercial. Ici et là de belles vieilles maisons méritent d'être connues.

**Christiane Gagnon** 418-622-0624,  
**Nicole Charbonneau** 418-623-2863, responsables

#### 5-PROMENADE DANS SAINT-SAUVEUR COMMENTÉE PAR JEAN-MARIE LEBEL

Date : Le mercredi 24 septembre  
 Départ : Stationnement de l'église Sainte-Cécile à 8 h 30  
 Visite : De 9 h à 15 h 30  
 Dîner : De 11 h 45 à 12 h 45 à L'Alcyon, boul. Charest Ouest  
 Retour : du Centre Durocher à 15 h 30  
 Maximum : 25 personnes  
 Prix : 25 \$ incluant le transport et la visite (le repas est à vos frais).

Découvrez le quartier Saint-Sauveur, la patrie de Roger Lemelin, auteur de *La famille Plouffe*. De nombreuses rues ont conservé leur aspect de la fin des années 1800.

Un quartier et un monde à connaître.

**Christiane Gagnon** 418-622-0624,  
**Nicole Charbonneau** 418-623-2863, responsables

#### 6- ATELIERS DE CONVERSATION ANGLAISE

Nous avons six groupes d'environ dix personnes, qui discutent en anglais sur divers sujets, une fois par semaine dans un salon prêté gracieusement par la Brasserie Le Grand Bourg, le tout animé par des moniteurs bénévoles. Comme d'autres activités, où la politique de la C.J.R., est de donner préséance aux gens déjà inscrits l'année précédente, il y a peu de place pour de nouvelles inscriptions. Communiquez avec la personne responsable pour vous placer sur la liste

d'attente et lorsqu'une place se libère, vous avez la priorité.

Nous recherchons de nouveaux moniteurs maîtrisant la langue anglaise qui désireraient s'impliquer dans cette activité.

**Pauline Loignon** 418-661-3751, responsable

#### 7- ATELIER DE CINÉMA

Vous êtes abonnés au Cinéma Le CLAP ? Vous aimeriez partager avec d'autres vos réflexions suite au visionnement des films qui sont présentés?

Un groupe de vingt personnes jouissent déjà de cette opportunité depuis 9 ans. Informez-vous lors de la journée d'inscription le samedi le 6 septembre à 13 h.

Vous pouvez aussi me rejoindre au 418-651-6054.

**Nicole Falardeau**, responsable

#### 8- LA TROUPE DE THÉÂTRE DE LA C.J.R.

La représentation en avril dernier par notre troupe de théâtre de la pièce « Léonie est en avance » a clôturé notre saison 2007-2008. Votre présence constante à cette activité souligne votre plaisir d'y assister. Nous vous en remercions sincèrement.

Il y a lieu de souligner l'apport important, sous diverses formes, des supporteurs de la troupe :

La Caisse Populaire de Charlesbourg  
 Les Dominicaines Missionnaires Adoratrices de Beauport  
 Québec Aubaines Recycle Québec  
 Nathalie Picard, Optométriste de Charlesbourg  
 Nicole Fleury (Fleury Match)  
 Richard Boulet, Sainte-Catherine de Portneuf  
 Yvon Lavoie, Québec

Merci à tous d'avoir été là.

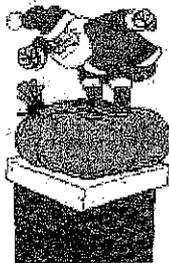
**Claude Gagné**, responsable

Par suite de la démission de Claude Gagné comme responsable, notre troupe de théâtre est à la recherche d'un responsable pour la prochaine saison. Pour que la troupe continue ses opérations à l'automne, il faut absolument qu'un bénévole prenne la charge de cette activité. Veuillez communiquer avec Gaétan Bourbeau, coordonnateur des activités culturelles, 418-628-5791

**9 -EXPO DE NOËL**

Date : Le lundi 24 novembre

Artistes et artisans de la C.J.R., nous vous offrons l'occasion de faire connaître vos talents et d'offrir aux intéressés vos œuvres lors de notre traditionnel EXPO DE NOËL qui se tiendra le lundi le 24 novembre de 13 h à 16 h au chalet des Loisirs du Plateau.



Des créations dans divers domaines sont attendues telles que : sculpture, vitrail, photographie, peinture, décoration, couture, tissage, gravure, menuiserie, joaillerie, gourmandise (confitures, chocolat), cartes de souhaits...

Un moment propice pour encourager nos exposants et se procurer ou offrir de petits cadeaux à l'occasion des fêtes.

Inscription pour les artistes: le samedi 6 septembre et les lundis PM.

Coût : 5 \$. Donne droit à une table pour déposer vos œuvres.

**Louise Turcotte** 418-628-3555, responsable

**10- COURS D'ESPAGNOL**

Voulez-vous voyager dans le sud? Voulez-vous profiter au maximum de votre séjour? Voulez-vous plonger dans la culture du pays de votre choix? Alors inscrivez-vous à l'un des cours d'espagnol qu'on vous offre. Le professeur est d'origine mexicaine et il a 15 ans d'expérience dans l'enseignement de cette langue.

Plusieurs cours sont disponibles de niveau débutant à intermédiaire. Les cours ont lieu tous les jeudis (début le 25 septembre) au Centre Culturel et Communautaire de Charlesbourg, 7575, boul. Henri-Bourassa. (Connexe au CLSC La Source).

Inscription: Le 6 septembre.

**André Le Blanc** 418-628-5651, responsable

**11-GROUPE VOCAL**

Bonjour à tous les membres du Groupe vocal!

Les plaisirs de l'été se poursuivent mais cela ne veut pas dire que l'automne ne sera pas au rendez-vous!

Donc, on se prépare pour la prochaine saison en ajoutant encore de nouvelles chansons...

On vous attend le lundi 15 septembre au même endroit

et à la même heure.

D'ici là, les téléphonistes vous auront rejoints pour notre déjeuner du lundi 8 septembre. À bientôt!

**Aline Parent** 418-626-0966, responsable du Groupe vocal

**12- LA COMÉDIE MUSICALE ANNIE PRÉSENTÉE PAR LES PRODUCTIONS DINA BÉLANGER**

Le dimanche 7 décembre à 14 h

Des informations additionnelles seront fournies lors de l'inscription.

Inscription/réservation : le samedi 6 septembre.

Prix de groupe : Adultes : 40 \$, enfant moins de 12 ans : 26 \$, incluant les taxes et les frais de service.

Grand stationnement disponible sur place (3 \$). Covoiturage suggéré.

Les billets seront distribués au chalet des Loisirs du Plateau le lundi 15 septembre.

**André Bellemare** 418-627-3730, responsable

**13-LA GÉNÉALOGIE VOUS INTÉRESSE?**

Vous voulez retracer vos ancêtres ?

Nous vous offrons une visite conjointe de la Société de Généalogie de Québec (SGQ) et de la Bibliothèque et des Archives nationales du Québec (BAnQ).

La visite comprend plusieurs activités dont la visite des centres de recherche, l'utilisation des principaux outils de recherche à la SGQ et la présentation de documents d'archives au Centre de Québec de BAnQ.

Les deux organismes sont situés au pavillon Casault de l'Université Laval. La visite conjointe dure 2 heures.

Date : Le vendredi 24 octobre  
Départ : 9 h du stationnement de l'église Sainte-Cécile  
Visite : 9 h 30 à 11 h 30  
Retour : vers midi à l'église Sainte-Cécile  
Coût : 7 \$ (limite de 30 personnes)

**Christiane Gagnon** 418-622-0624, responsable



## 14- LE THÉÂTRE DU TRIDENT

Présente Marie de L'Incarnation, texte de Jean-Daniel Lafond en collaboration avec Marie Tifo le vendredi 19 septembre, à 20 h.

À travers ses écrits et ses correspondances, c'est toute la mémoire du Québec qui se dévoile.

Conçu à partir de la correspondance entre Marie Guyart dite Marie de l'Incarnation et son fils Claude, resté en France, ce texte trace un portrait émouvant de cet illustre personnage féminin venu s'établir à Québec, il y a presque 400 ans. Grande mystique et femme d'action, elle a marqué et changé le visage de cette ville.

Inscription/réservation : le samedi 6 septembre

Prix de groupe : 36 \$/personne, incluant les taxes, les frais de service et le transport par autobus à partir de l'église Sainte-Cécile à 19 h.

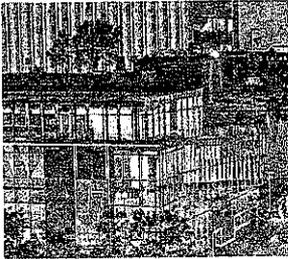
Les billets seront distribués dans l'autobus le vendredi 19 septembre 2008.

**André Bellemare** 418-627-3730, responsable

## 15-VISITES GUIDÉES dans le cadre du 400<sup>e</sup> de QUÉBEC

Le jeudi 25 septembre

Programme:

- |         |  |   |
|---------|--|---|
| 8 h 30  | Départ de l'église Sainte-Cécile                               |  |
| 9 h     | Expo multimédia ODYSSEE, à la Maison de la Découverte          |   |
| 10 h 30 | Observatoire de la Capitale, plusieurs expositions à découvrir |   |
| 11 h 30 | Lunch à la cafétéria de l'édifice Marie-Guyart, (non-inclus)   |   |
| 12 h 30 | Le Grand livre de Champlain, à la Redoute du Cap-aux-Diamants  |   |
| 13 h 45 | Visite du nouveau musée de l'Amérique française                |   |
| 15 h 30 | Expo Passagers/Passengers, à l'Espace 400 <sup>e</sup>         |   |
| 16 h 30 | Retour à l'église Sainte-Cécile                                |   |

Inscription/réservation : le samedi 6 septembre

Prix de groupe : 35 \$, incluant le transport par autobus, les entrées, les taxes et les frais de service pour chacune des visites, excluant le lunch (8 -10 \$).

Maximum 20 personnes.

**André Bellemare** 418-627-3730, responsable

## 16- COURS D'INITIATION À LA RÉFLEXOLOGIE

Par suite du sondage de mai dernier concernant la réflexologie, nous annonçons qu'une session d'initiation à la réflexologie aura lieu cet automne, le mercredi matin. Durant cet apprentissage, il y aura un peu de théorie et surtout de la pratique.

Début : Le 1<sup>er</sup> octobre de 9 h à 11 h (durée 10 semaines)

Endroit : Centre Culturel Communautaire de Charlesbourg, 7575, boul. Henri-Bourassa. (Connexe au CLSC La Source)

Coût : 100 \$ pour 20 heures

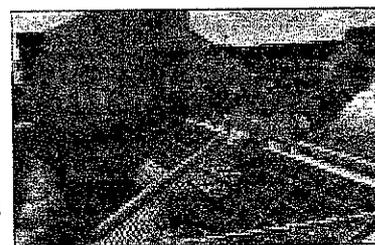
Pour information : **Roger Jobin** 418-872-8615

## 17- MUSÉE DE LA CIVILISATION

Le mardi 4 novembre, nous visiterons plusieurs expositions : Or des Amériques, Neurones en action, Urbanopolis, Le Musée du quai Branly...

Des places sont prévues pour ceux qui désirent apporter leur dîner.

Situé au 1<sup>er</sup> étage, le Café du Campanile vous offre des menus variés.



Entrée gratuite au musée

Coût : 6 \$ pour l'autobus, maximum 48 personnes

Départ : 9 h 45 du stationnement de l'église Sainte-Cécile

Retour : 15 h 30 du Musée de la Civilisation

Inscription : le 6 septembre et les lundis PM.

**Nicole Letellier** 418-626-5208, responsable

## 5-ACTIVITÉS SOCIALES

### 1- SOUPER AUX HÛÎTRES

Nous vous suggérons encore une fois cette activité sous forme de buffet. Le menu reste le même : soupe, quiche, vol-au-vent, huîtres frites, salade César, dessert, café, thé... Un minimum de 50 personnes est nécessaire pour la tenue de l'activité. Le coût incluant les taxes est de 22 \$ pour les membres et de 27 \$ pour les non membres. La priorité est accordée aux membres. Les personnes qui désirent des huîtres sur écailles au coût supplémentaire de 9 \$ la douzaine devront les commander lors de leur inscription.

Date : Le vendredi 17 octobre à 18 h  
 Endroit : Chalet des Loisirs du Plateau  
 Inscription : Le samedi 6 septembre et les lundis PM

**Louise et Michel Tanguay** 418-622-3536,  
 responsables

### 2-DÉJEUNERS MENSUELS

Cette activité de rassemblement a lieu le premier jeudi de chaque mois au Resto Grill Le Clac situé au 1750, rue Périgord, Charlesbourg (Marché aux Puces Jean-Talon) à partir de 9 h 30 jusqu'au 11 h 30. Ce restaurant, situé en plein cœur de Charlesbourg, peut accueillir beaucoup de personnes et il y a du stationnement en quantité. Vous n'avez pas à réserver; il s'agit de vous présenter sur place.

Placer sur votre agenda les dates suivantes : 2 octobre, 6 novembre et 4 décembre 2008.

**Gaétan Bourbeau** 418-628-5791, responsable

### 3- DANSE DE LIGNE

Cette activité se déroule tous les mardis, en après-midi, au chalet des Loisirs du Plateau.



Début : Le mardi 16 septembre 2008  
 Fin : Le mardi 2 décembre 2008  
 Horaire : 13 h : débutants  
 14 h 15 : intermédiaires I  
 15 h 30 : intermédiaires II  
 Coût : 35 \$ pour 12 semaines

Professeure : Micheline Leduc

Des pratiques ont lieu tous les lundis, à 18 h 30, à la salle de quilles du Carrefour Charlesbourg, à compter du 22 septembre.

**Claire Marriage** 666-1753,  
**Suzanne Ouellet** 628-7659, responsables

### 4-DANSE SOCIALE

Plusieurs ont manifesté leur intérêt pour des cours de danse sociale lors du sondage de mai 2008.

Un premier cours sera donné le 18 septembre 2008 au chalet des Loisirs du Plateau, avenue Jean-Paquin, de 13 h à 15 h.



Ce cours sera gratuit et servira à déterminer le niveau de chaque élève. L'inscription se fera à la dernière demi-heure, soit vers 14 h 30.

Professeur : Raoul Dussault  
 Endroit : 6433, rue Vézina, Saint-Émile (pour les neuf cours suivants l'inscription)

Jour : Jeudi  
 Heure : 13 h à 15 h  
 Coût : Selon le nombre d'inscriptions  
 Contenu : Une danse par semaine; cours de deux heures dont 30 minutes spécialement consacrées aux débutants, 30 minutes aux intermédiaires, 30 minutes aux avancés et 30 minutes de pratique pour tous.

Plus d'informations à l'inscription du 6 septembre 2008

**Denis Marcoux** 418-621-0892, responsable

### 5- SOUPER DE NOËL

Quelle belle occasion pour les membres de la C.J.R. de se réunir et de fêter ensemble !

Date : Le jeudi 18 décembre 2008  
 Heure : 18 h (cocktail) 18 h 30 (souper)  
 Endroit : Salle du SFPQ, 5100, boul. des Gradins  
 Coût : 40 \$

Le menu vous sera remis à l'inscription.

Musique et prix de présence compléteront cette soirée.

**Ginette Dufresne** 418-623-4582, responsable

## 6-SANTÉ, PLEIN AIR ET SPORT

### 1- HISTORIQUE du CLUB DE PÉTANQUE de la C.J.R.

L'année 2008 est le 10<sup>e</sup> anniversaire de la pétanque à la C.J.R. Au printemps 1998, Les six terrains de pétanque disponibles au parc des Loisirs du Plateau étaient pratiquement inutilisés. L'idée m'est venue de les occuper pour nos soirées estivales. Lors d'une soirée à la C.J.R., une soixantaine de personnes ont manifesté leur intérêt, un nombre suffisant pour faire des équipes. Nous avons décidé de lancer le club de pétanque de la C.J.R.

Par la suite, comme le groupe était de plus en plus important, il m'a fallu des adjoints en 2000 : Ginette Martel, Micheline Côté et Pierre Dubois.

Paul-Henri Lessard s'est joint à l'équipe en 2002 et a organisé le premier tournoi en 2003. Nous étions plus de 130 joueurs par une journée torride. Ça fonctionne toujours très bien depuis, il y en a un chaque année organisé par Raymond Blanchette.

François Fournier et Marc-André Auger sont devenus mes collaborateurs en 2003. Depuis 5 ans, Raymond Blanchette, trésorier, et Bibiane Lemieux se sont eux aussi démarqués par leur présence et leur engagement. Fernand Routhier s'est joint à l'équipe en 2007. La fin de saison se termine toujours par un souper et une remise de prix de participation.

Comme initiatrice du projet depuis 1998, je suis fière de cette réalisation et aussi de l'intérêt démontré par les joueurs. Avec les années, l'expérience s'est accrue et nous sommes de plus en plus habiles. Encore aujourd'hui une quinzaine des membres du club d'origine sont toujours actifs. J'ai toujours aimé m'occuper de cette activité et les gens qui en font partie.

*Lisette Côté*, encore responsable en 2008

### 2- GOLF DU MARDI

Un petit mot de l'équipe du golf du mardi pour remercier tous et chacun de leur collaboration et de leur compréhension face aux décisions que l'on a dû prendre en ce pluvieux été 2008.

Nous profitons aussi de l'occasion pour féliciter Claude Malouin qui, le 5 août à Sainte-Pétronille, a réussi un trou d'un coup au #4 avec un fer 6. Bravo Claude!

Au plaisir de vous revoir en 2009 en nous souhaitant un été plus favorable.

*Suzanne Bolduc, Monique Bolduc, Angèle Perron et Denise Beaudry.*

### 3- ÉCHOS DU GOLF

Malgré un été plutôt pluvieux, nous avons eu la chance, jusqu'à maintenant, de reporter une seule sortie de golf. Environ 700 personnes ont participé aux journées de golf du mercredi et des golfs d'ouverture et de fermeture. Merci aux personnes participantes pour votre encouragement!

Pour celle qui se sert d'un fer comme d'un bâton de baseball pour frapper une balle en l'air, je lui rappelle qu'au golf, on frappe la balle sur le sol.

Une voiturette motorisée ("cart") n'est pas un véhicule tout-terrain; alors, freinez quand vous voyez une trappe de sable au lieu de vous arrêter dedans.

Merci à Diane Picard et à son conjoint pour leur témoignage lors de notre sortie de golf dans la région de Thetford. Je cite : "Juste un petit mot pour te remercier d'avoir organisé ces deux journées de golf. Tout était impeccable et ce, grâce à ton travail et à ton implication. Nous avons grandement apprécié notre séjour."

Un gros merci également à Gaston Marquis pour sa précieuse collaboration et son implication, particulièrement lors des golfs d'ouverture, du Royal-Charbourg et de fermeture!

*Ginette Dufresne*, responsable

### 4- VÉLO ÉTÉ 2008

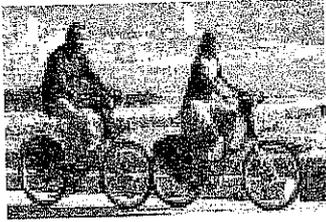
Hé oui ! Nous avons bien « roulé » cet été.

Nous avons déjà effectué 4 sorties à Québec et une à l'extérieur dans la région de Rimouski, où nous étions 40 participants. Très beau voyage, belle température et bonne bouffe.

La randonnée où il y a eu le plus de participants (73) a été celle des chutes Montmorency / Pont Québec.

Il nous reste encore 2 randonnées à faire : le

10 septembre Cinéma Odéon / Rang Saint-Ange - et le 24 septembre Saint-Agapit (par les rangs) ou Bellechasse - Tronçon Monk.



Nous vous rappelons que la soirée de clôture aura lieu le vendredi 3 octobre au chalet des Loisirs du Plateau à compter de 18 h. Vous pouvez apporter votre vin. Le repas sera un buffet froid. Le coût est de

10 \$ pour les membres et de 12 \$ pour les non membres. Il y aura aussi des prix de présence. Vous pourrez vous procurer des cartes le 6 septembre lors de l'inscription au sous-sol de l'église Saint-Jérôme et par la suite les lundis PM au chalet des Loisirs du Plateau jusqu'au 29 septembre inclusivement.

Bonne fin de saison et au plaisir de vous voir aux sorties de septembre et le 3 octobre.

Le comité de vélo par : Pauline Robitaille

**Philippe Bertrand** 418-624-1236, responsable

### 5- CLUB DE PÉTANQUE DE LA C.J.R. ÉTÉ 2008

L'été du 400<sup>e</sup> tire à sa fin. Je remercie tous nos membres qui ont participé à notre 10<sup>e</sup> saison. La température ne nous a pas tellement favorisés de sorte que les présences ont diminué surtout en juillet. Nous étions suffisamment de gens pour profiter de nos soirées souvent écourtées par une pluie soudaine.

Pour la Fête des Aînés du 400<sup>e</sup> de Québec à Charlesbourg, Claude Havard m'avait sollicitée pour organiser la journée de pétanque. 196 personnes se sont inscrites. Ce fut un gros défi! J'ai eu la collaboration de

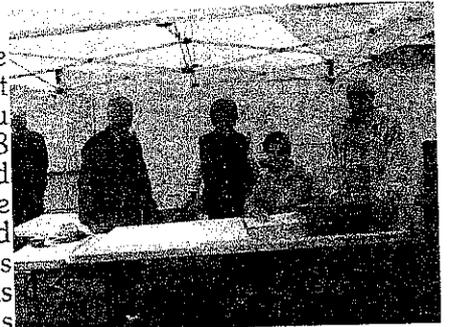


Marc-André Auger, Raymond Bolduc, Réjean LeFrancois, Armand Demers, Fernand Routhier, Roger Desjardins,

André Nadeau, Fernand et Gabrielle Martel, François Fournier, Jacques et Nicole Tessier, Raymond Blanchette et Bibiane Lemieux et Denise Gauthier. A tous ces gens, un gros merci! C'était aussi une journée

épatante, un beau travail d'équipe, bien réussi malgré une très grande chaleur.

Je remercie particulièrement l'organisateur du tournoi du 8 septembre. Raymond Blanchette, Bibiane Lemieux et Fernand Routhier mes collaborateurs. Nous avons aussi nos bénévoles qui nous donnent un bon coup de mains pour l'occasion.



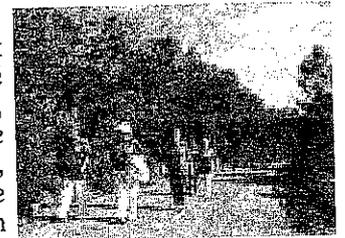
Je pense que ma part est faite, merci de votre soutien, vous m'avez rendu la tâche plus facile et agréable encore une fois.

**Lisette Côté**, responsable

### 6- CLUB DE MARCHE C.J.R. MERCI !

En janvier 2003 naissait le Club de marche de la C.J.R. Pour m'accompagner dans cette aventure, une équipe dynamique formée d'Aline Blais, Lise Boucher, Lorraine Routhier, Cécile Sauvé, Francine Soucy et Michel Sylvain a permis de démarrer nos sorties dès le 24 mars 2003.

Depuis ce temps se sont succédés les André Bilodeau, Rémi Hains, Lucien Quessy, Denise Ricard, Yvan Conseiller, Marcel Munroe, Lise Paradis, Lise Matte et bien d'autres, chacun et chacune nous proposant leurs coups de cœur.



À vous tous, anciens et nouveaux du comité ainsi que ceux et celles que je n'ai pas nommés et tous les membres du club de marche, je vous dis mille fois « merci » pour les beaux souvenirs et cette belle amitié construite au fil des ans. Je remercie particulièrement Réjeanne Michaud d'avoir accepté de prendre la relève.

**Nicole Levesque-Phaneuf**, ex-présidente et membre du comité du Club de marche de la C.J.R.

## CALENDRIER DES ACTIVITÉS SAISON AUTOMNALE 2008

Date / jour	Activités	Endroits	Responsables	Téléphone
<b>SEPTEMBRE</b>				
03 me	Grosses quilles	Carrefour Charlesbourg	André Nadeau	622-6103
03 me	Golf de Lotbinière	Saint-Gilles	Ginette Dufresne	623-4582
05 ve	Tennis (préinscription)	Chalet des Loisirs du Plateau	Jules Truchon	626-3929
06 sa	<b>Grande rentrée inscript.</b>	<b>S-s de l'église St-Jérôme</b>	<b>Cl. Charbonneau</b>	<b>623-2863</b>
08 lu	Les lundis PM (début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Claude Charbonneau	623-2863
08 lu	Groupe vocal (déjeuner)		Aline Parent	626-0966
08 lu	Scrabble (début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Micheline Dumont	628-4564
08 lu	Club de marche	Domaine Dansereau	Réjeanne Michaud	628-1237
09 ma	Écriture autobi.(suite)	Centre culturel et comm.	Diane Gagné	380-4381
10 me	Vélo	Rang Saint-Ange	Philippe Bertrand	624-1236
12 ve	Bridge (début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Claude Charbonneau	623-2863
12 ve	Tai chi (début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Rémi Hains	628-6705
15 lu	Groupe vocal (début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Aline Parent	626-0966
15 lu	Cond. physique (début)	Gymnase François-Borgia	Jean-Guy Nadeau	666-3982
15 lu	Conversation anglaise (début)	Brasserie Le Grand Bourg	Pauline Loignon	661-3751
16 ma	Danse de ligne (début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Claire Marriage	666-1753
16 ma	Shuffleboard (début)	Centre culturel et comm.	Marie-Reine Lemay	627-1051
17 me	Golf le Marthelinois	Sainte-Marthe-du-Cap	Ginette Dufresne	623-4582
17 me	Promenade culturelle	Les rues de Saint-Roch	Christiane Gagnon	622-0624
18 je	Danse sociale (début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Denis Marcoux	621-0892
19 ve	Théâtre du Trident	Grand Théâtre de Québec	André Bellemare	627-3730
19 ve	Billard (début)	Blou Bar	Yvon Wiseman	626-1092
22 lu	Club de marche	Mont Sainte-Anne	Louise Giroux	622-1093
23 ma	Golf de fermeture	Pont-Rouge	Gaston Marquis	622-0924
24 me	Promenade culturelle	Les rues de St-Sauveur	Nicole Charbonneau	623-2863
24 me	Vélo	Saint-Agapit	Philippe Bertrand	624-1236
25 je	Cours d'espagnol (début)	Centre culturel et comm.	André Le Blanc	628-5651
25 je	Visite guidée du 400 <sup>e</sup>	Ville de Québec	André Bellemare	627-3730
26 ve	Ateliers de bridge	Chalet des Loisirs du Plateau	Claude Charbonneau	623-2863
<b>OCTOBRE</b>				
01 me	Initiation à la réflexologie	Centre culturel et comm.	Roger Jobin	872-8615
02 je	Déjeuner mensuel	Resto Grill Le Clac	Gaétan Bourbeau	628-5791
02 je	Spectacle Fred Pellerin	Grand Théâtre de Québec	Ginette Turner	622-7059
03 ve	Vélo souper de clôture	Chalet des Loisirs du Plateau	Philippe Bertrand	624-1236
06 lu	Club de marche	Escaliers de Québec Sud	Nicole L.-Phaneuf	623-5714
10 ve	Visite de l'usine Les Œufs Bretons et du Fort Lauzon		Gaétan Bourbeau	628-5791

12 di	Festival de l'Oie des Neiges	Saint-Joachim	Ginette Turner	622-7059
13 lu	Action de Grâces	<b>Le chalet sera fermé</b>	Claude Charbonneau	623-2863
14 ma	Atelier de cinéma (début)	Brasserie Le Grand Bourg	Nicole Falardeau	651-6054
17 ve	Souper aux huîtres	Chalet des Loisirs du Plateau	Louise Tanguay	622-3536
20 lu	Club de marche	Forêt Montmorency	Rémi Hains	628-6705
22 me	Déjeuner-conférence	Wendake	Georgette Baril	626-7454
24 ve	Visite Soc. Généalogie	Université Laval	Christiane Gagnon	622-0624
26 di	<b>Les Rendez-vous de la C.J.R. S-s. de l'église Saint-Jérôme</b>		<b>Claude Charbonneau</b>	<b>623-2863</b>

## NOVEMBRE

03 lu	Club de marche	Sentier Hibou Nord	Réjeanne Michaud	628-1237
04 ma	Visites d'expositions	Musée de la civilisation	Nicole Letellier	626-5208
06 je	Déjeuner mensuel	Resto Grill Le Clac	Gaétan Bourbeau	628-5791
13 je	Visite J.-A-Bombardier	Valcourt	Gaétan Bourbeau	628-5791
17 lu	Club de marche	Rivière Saint-Charles	Réjeanne Michaud	628-1237
19 me	Dîner-conférence	Restaurant Le Piolet	Lise Paradis	623-5748
24 lu	Expo de Noël	Chalet des Loisirs du Plateau	Louise Turcotte	628-3555
25 ma	Balade à Montréal	Studios de Radio-Canada	Gaétan Bourbeau	628-5791
28 ve	Tai chi (fin)	Chalet des Loisirs du Plateau	Rémi Hains	628-6705

## DÉCEMBRE

01 lu	Club de marche	Parc des Écores	Réjeanne Michaud	628-1237
02 ma	Danse de ligne (fin)	Chalet des Loisirs du Plateau	Claire Marriage	666-1753
04 je	Déjeuner mensuel	Resto Grill Le Clac	Gaétan Bourbeau	628-5791
04 je	Noël-Express III	Théâtre Le Jésus, Montréal	Ginette Turner	622-7059
07 di	Comédie musicale Annie	Salle Dina Bélanger	André Bellemare	627-3730
08 lu	Remise des textes pour L'INFO C.J.R. de janvier 2009		Claude Charbonneau	623-2863
12 ve	Cond. physique (fin)	Gymnase François-Borgia	Jean-Guy Nadeau	666-3982
12 ve	Bridge : tournoi suisse	Chalet des Loisirs du Plateau	Claude Charbonneau	623-2863
15 lu	Club de marche	Cité Joie	Lise Gaudreau	660-1733
15 lu	Lundi PM (dernier de 2008)	Chalet des Loisirs du Plateau	Claude Charbonneau	623-2863
18 je	Souper de Noël	Salle du SFPQ	Ginette Dufresne	623-4582
28 lu	Parution du journal	L'INFO C.J.R.	Claude Charbonneau	623-2863

## JANVIER 2009

01 ou 08	Ski de fond (début)		Jean-Guy Nadeau	666-3982
07 me	<b>Inscriptions C.J.R.</b>	<b>S.s.-sol de l'église Saint-Jérôme</b>	<b>Cl. Charbonneau</b>	<b>623-2863</b>
12 lu	Retour des Lundis P.M.	Chalet des loisirs du Plateau	Claude Charbonneau	623-2863

## GROUPE VOYAGES QUEBEC

174, Grande Allée Ouest  
 Québec, Qc, Canada G1R 2G9

France Tanguay  
 Représentante

Téléphone : (418) 780-0548  
 Télécopieur : (418) 624-9634  
 ftanguay@gvq.qc.ca  
 www.gvq.qc.ca

Détenteur des  
 permis du Québec



Bijouterie

Fortuna



Bijoux or 10k&14k  
 Service de réparation  
 et de création sur place  
 Service d'évaluation

Tél : 627-1445

www.bijouteriefortuna.com  
 5,000,3<sup>e</sup> ave Ouest, Charlesbourg

L'HOTELLERIE

# Au Coeur du Bourg

RÉSIDENCE POUR  
 RETRAITÉS AUTONOMES

*La personne d'abord et avant  
 tout !*

- ❖ Son autonomie
- ❖ Son intégrité physique
- ❖ Son indépendance de corps et d'esprit
- ❖ Son actualisation

La résidence offre aux personnes le désirant, des services personnalisés.

Les programmes d'activités sont élaborés à partir des demandes des résidents.

pour information

**628-8968**



**La Capitale**  
 Immobilière MFQ Inc.



NOUS  
SOMMES  
RICHES...  
*de nos valeurs*

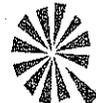
- L'ÉCOUTE
- LE RESPECT
- L'ENTRAÏDE

Notre richesse est collective,  
partagée et accessible.

QUÉBEC  
SAINTE-FOY  
CHARLESBOURG  
LÉVIS  
L'OTBINIÈRE



Nous sommes une  
coopérative funéraire !  
Vous planifiez tous  
les détails en une  
seule visite.  
Service 24 heures  
par jour tous les jours.



COOPÉRATIVE  
FUNÉRAIRE  
DES DEUX RIVES  
688.2411  
[www.coopfuneraire2rives.com](http://www.coopfuneraire2rives.com)

# LE GRAND BOURG

RESTO-BRASSERIE

**SALONS PRIVÉS  
DE  
8 À 80 PERSONNES**

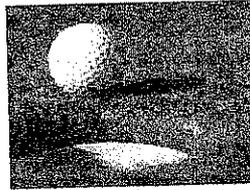
*Réunions d'affaires,  
anniversaires,  
après-sport...*

8500, boul. Henri-Bourassa  
Carrefour Charlesbourg

**Tél. (418) 623-5757**

**7- GOLF DE FERMETURE**

Date : Le mardi 23 septembre  
 Heure : 13 h 30 (premier départ)  
 Endroit : Club de golf Pont-Rouge  
 Coût : 45 \$ ; comprend : golf (9 trous) et souper cinq services



**Gaston Marquis** 418-622-0924, responsable

**8- RAPPEL SUR LES JOURNÉES DE GOLF À VENIR EN SEPTEMBRE**

Saint-Gilles  
 Date : 3 septembre  
 Endroit : Club de golf de Lotbinière  
 Coût : 32,95 \$, taxes incluses.

Sainte-Marthe-du-Cap  
 Date : 17 septembre  
 Endroit : Club de golf Le Marthelinois  
 Coût : 40 \$, voiture motorisée et taxes incluses.  
 Montant payable en argent au responsable.

**Ginette Dufresne** 418- 623-4582, responsable

**9 - CONDITIONNEMENT PHYSIQUE**

Les responsables du conditionnement physique seront heureux de vous revoir à la session d'automne qui se déroulera comme suit :

Inscription : À la fête de la rentrée le samedi 6 septembre

Coût : une journée, 20 \$ - 2 journées 35 \$, 3 journées et plus 50 \$

Endroit : Gymnase François-Borgia du Patro Charlesbourg

Heure des séances : 8 h 40 à 9 h 40

Durée : Début le lundi 15 septembre, fin le vendredi 12 décembre pour une durée de 13 semaines.

Bienvenue à tous et nous espérons vous revoir en grand nombre.

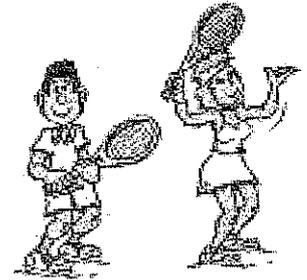
**Marc-André Auger** 418- 623-4696,  
**André Nadeau** 418- 622-6103  
 et **Jean-Guy Nadeau** 418-666-3982, responsables

**10- TENNIS**

L'été tire à sa fin et nous devons déjà nous préparer pour notre nouvelle saison de tennis. Au moment où vous lirez ces lignes nous n'aurons pas encore reçu les plages qui nous seront allouées afin de pratiquer notre sport favori.

Tel que mentionné à l'assemblée générale du mois de mai, encore cette saison il y aura contingentement de joueurs faute de plages et d'heures de jeu mises à notre disposition. Seuls les anciens membres auront la possibilité de s'inscrire. Pour les autres qui voudraient jouer, nous vous invitons à donner votre nom qui sera inscrit sur une liste d'attente.

Pour ceux qui étaient membres lors des deux dernières saisons et qui ont une adresse courriel, vous recevrez le formulaire d'inscription que vous devrez compléter et nous apporter lors de l'inscription. Pour les autres, ce formulaire sera disponible sur place.



Il y aura une préinscription le vendredi 5 septembre de 19 h à 20 h 30 au sous-sol du chalet des Loisirs du Plateau. Le coût de l'inscription est maintenu à 25 \$.

Au plaisir de vous revoir tous.

Le comité par **Jules Truchon**

**11- BILLARD**

Notre activité de billard commencera le vendredi 19 septembre et se poursuivra tous les vendredis pendant douze semaines, de 13 h à 17 h au Blou Bar, 8500, boulevard Henri-Bourassa (Carrefour Charlesbourg). Le coût est de 38 \$.

Le regroupement des joueurs continuera de s'effectuer par tirage au sort avant les parties.

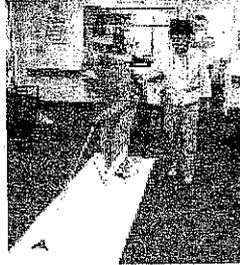
Bienvenue aux femmes.

**Yvon Wiseman** 418-626-092, responsable

## 12- LE SHUFFLEBOARD

À la suite d'un sondage réalisé le printemps dernier auprès des membres de C.J.R., Paul-Henri Lessard, Coordonnateur des Activités sportives propose, pour le mois de septembre, une nouvelle activité : la palette américaine communément appelée shuffleboard.

Cette activité se déroulera du 16 septembre au 16 avril tous les mardis après-midi entre 15 h et 17 h à l'ancien hôtel de ville de Charlesbourg. Ceux et celles qui désirent y participer pourront donner leur nom lors de l'inscription de septembre. Le coût d'inscription à cette activité est de 10 \$ et seulement 12 places sont disponibles. Bonne saison.



**Marie-Reine Lemay** 627-1051, responsable

## 13- TAÏ CHI 2008

La session d'automne de taï chi débutera le vendredi 12 septembre et se terminera le 28 novembre pour une durée de 12 semaines.



Heure des séances : 9 h à 10 h 30

Cette session est offerte aux initiés. Les personnes ayant déjà pratiqué le taï chi et en connaissant suffisamment les rudiments peuvent se joindre aux initiés.

Le nombre maximum par session est de 25 participants.

Coût : 62 \$ pour les membres  
67 \$ pour les non membres

Afin de satisfaire à la demande des membres de la C.J.R. désireux de se familiariser avec le taï chi, des cours privés pour non initiés seront dispensés par Louise Déziel afin de permettre l'intégration de ces personnes au groupe d'initiés. Le nombre de personnes est en fonction des disponibilités du professeur. Veuillez donner votre nom lors de l'inscription du 6 septembre.

**Louise Déziel** 418-628-5282, professeure  
**Rémi Hains** 418-628-6705, responsable

## 14- CLUB DE MARCHE C.J.R.

Ceux et celles qui désirent marcher dans la nature seront comblés par la variété des sites visités où il vous sera possible de marcher à votre rythme.

Les sorties de 5 à 7 km ont lieu le lundi à toutes les deux semaines pour une durée d'environ deux heures. Elles sont remises au lundi suivant en cas de mauvais temps ou autre raison, d'où l'importance d'écouter la boîte vocale.

Le covoiturage est fortement recommandé et le départ se fait généralement du stationnement de l'église Sainte-Cécile à 9 h pour débiter la marche à 9 h 45.



Certaines activités peuvent durer toute une journée et nécessiter des frais supplémentaires tels : repas, droits d'entrée, transport en autobus ou autres.

Coût : 5 \$ inscription pour l'année jusqu'au 31 décembre 2008.  
2 \$ par sortie pour les n.m.m.

### Programmation automne 2008

- 8 sept (15 sept) : Domaine Dansereau – Facile.
- 22 sept (29 sept.) : Mont Ste-Anne. —Facile à difficile selon la piste choisie.
- 6 oct. (20 oct.) : Escaliers de Québec Sud. Autobus. Dîner au restaurant Buade
- 20 oct. (27 oct.): Forêt Montmorency. Autobus. Facile à plus difficile. Lunch et collations.
- 3 nov. (10 nov.) : Sentier Hibou Nord. Intermédiaire.
- 17 nov. (24 nov.): Rivière St-Charles. Facile.
- 1<sup>er</sup> déc. (8 déc.) : Parc des Écores. Facile.
- 15 déc. (22 déc.) : Cité Joie. Facile à intermédiaire.

**Réjeanne Michaud** 418-628-1237, responsable

### ACTIVITÉS SPÉCIALES

Mont Sainte-Anne

Venez admirer le majestueux fleuve Saint-Laurent, la superbe vue panoramique que nous découvrons au sommet ainsi que les belles couleurs de l'automne.

Date : Le 22 septembre (remis au 29 septembre en cas de pluie)  
Difficulté : Facile à difficile selon la piste choisie  
Départ : 9 h de l'église Sainte-Cécile

Coût : 4 \$ membre  
6 \$ n.n.m.  
Consignes: Bâtons de marche, lunch pour le dîner, collations

**Louise Giroux** 418-622-1093  
**Monique Nadeau** 418-66-3982, responsables

#### Escaliers de Québec Sud

Il est important de souligner le volet culturel de cette excursion tout en découvrant nos nombreux escaliers ainsi qu'un peu de leur histoire.

Date : 6 octobre (remis au 13 octobre en cas de pluie)  
Difficulté : Intermédiaire  
Départ : 9 h de l'église Sainte-Cécile, en autobus  
Coût : 19,50 \$ membre  
21,50 \$ n.n.m.  
Inclus : autobus, dîner au restaurant Buade  
Consignes: Collations, breuvage, votre intérêt pour l'histoire  
Départ : 15 h de Québec

**Nicole Levesque.-Phaneuf** 418-623-5714,  
**Nicole Beaumont** 418-628-9578, responsables

#### Forêt Montmorency

Venez admirer la nature dans toute sa splendeur, la faune, la flore et les cours d'eau qui la traversent. Depuis plusieurs années, le département de la foresterie de l'Université Laval y fait des recherches.

Date : 20 octobre (remis au 27 octobre en cas de pluie)  
Difficulté : Facile à intermédiaire selon les sentiers  
Départ : 9 h de Sainte-Cécile. Autobus  
Coût : 13,50 \$ membre  
15,50 \$ n.n.m.  
Inclus droit d'entrée et autobus  
Consignes: Lunch pour le dîner, collations, breuvage, bâtons de marche

**Rémy Hains** 418-628-6705,  
**Lise Gaudreau** 418-660-1733, responsables

#### Cité Joie

Qui de nous n'a jamais entendu parler de Cité Joie? Colonie de vacances pour jeunes handicapés l'été et durant l'année. Pour terminer l'année 2008 en beauté, nous vous proposons un dîner à la cafétéria de l'auberge. Assistez en grand nombre, ce sera notre dîner des fêtes et notre contribution à cette œuvre humanitaire qu'est Cité Joie.

Date : 15 décembre (remis au 22 décembre en cas de tempête de neige)

Difficulté: Selon les sentiers choisis, facile à intermédiaire  
Départ : 9 h de l'église Sainte-Cécile, covoiturage  
Coût : 23 \$ membre  
25 \$ n.n.m.  
Consignes : Collations, breuvage, bâtons de marche, bien chaussés  
Départ : Après les agapes

**Lise Gaudreau** 418-660-1733,  
**Lorraine Beaulne** 418-977-9015, responsables

### 15-SAISON DE SKI DE FOND 2009

Aux adeptes du ski de fond, réservez vos jeudis à partir de janvier 2009 car la saison se prépare déjà. Les participants de l'an dernier seront les premiers contactés durant le mois d'octobre afin de confirmer et de payer leur réinscription. Ils auront jusqu'au lundi jusqu'au lundi 3 novembre pour le faire.

Aucune réservation de nouveaux membres ne sera acceptée par téléphone ou par l'intermédiaire de membres amis. Toutes les nouvelles inscriptions se feront les lundis PM à compter du 10 novembre, jusqu'à ce que le nombre de places disponibles dans nos 2 autobus soit atteint.



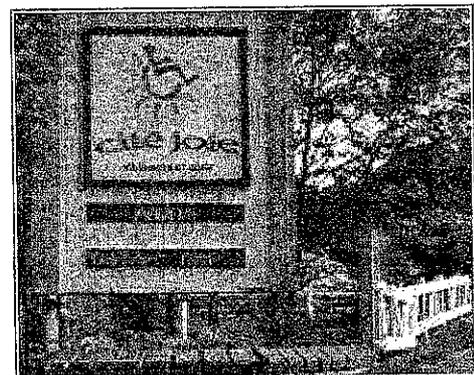
Attention.

Le coût est de 60 \$ pour la saison. La majoration du coût de l'inscription est due à l'augmentation de 20% du coût du transport. S'il y a un surplus à la fin de la saison, nous en

ferons profiter les membres.

Le comité formé en 2007 œuvrera à nouveau en 2009, soit : André Bellemare, Pierre Collin, Colette Tremblay Marcoux, René Mathieu, Monique Nadeau et Jean-Guy Nadeau 418-666-3982, responsable.

Au plaisir de vous revoir en forme pour la saison 2009



## 7- VOYAGES

### 1- RAPPEL DES PROJETS DE VOYAGES POUR 2009

Pour l'année 2009, j'ai deux projets de croisières.

1.1- Croisière en Alaska : départ de Vancouver. C'est complet. Je peux prendre des noms en attente.

1.2- Croisière canal de Panama au complet : pour ceux qui sont intéressés, il me reste des cabines intérieures et extérieures. Vous pouvez venir me rencontrer le 6 septembre lors de l'inscription et je pourrai vous fournir plus d'informations.

*Ginette Turner* 418-622-7059, responsable

### 2- NOËL- EXPRESS III

La tradition se poursuit et je vous propose un spectacle de Noël au théâtre Le Gésus à Montréal. Départ de l'église Sainte-Cécile en direction de la gare de Québec. Embarquement à bord du train direction Montréal et le retour en autocar de luxe. Le ténor Simon Martel, l'émouvante Léo Munger, la magnifique Raphaëlle Paquette et un chœur composé de 7 enfants vous transporteront dans un univers féérique.

Date : Le 4 décembre 2008

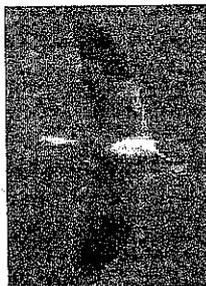
PRIX : 149 \$

Ce prix comprend transport en autocar, l'aller en train, deux repas, le spectacle.

*Ginette Turner* 418-622-7059, responsable

### 3-FESTIVAL DE L'OIE DES NEIGES

Départ de Québec en direction de Saint-Joachim. À notre arrivée, dîner au Centre d'initiation au Patrimoine La Grande Ferme. Circuit touristique, visite du salon des Artisans, visite de l'exposition des voitures anciennes. Fin d'après-midi, spectacle avec chanteurs country. Pour souper, un buffet froid vous sera servi sur place. Vers 19 h, place au spectacle avec la très populaire Edith Butler. La soirée se poursuivra avec d'autres chanteurs country.



Date : 12 octobre 2008

Prix : 85 \$

*Ginette Turner* 418-622-7059, responsable

### 4- FRED PELLERIN

Spectacle Fred Pellerin au Grand Théâtre de Québec. J'ai déjà organisé un autobus scolaire (48 personnes) et tous les billets sont vendus. Je vous offre la possibilité d'assister à ce spectacle. Prenez note que c'est simplement un service que j'offre aux membres car nous n'avons pas de prix de groupe, ni de gratuité.



Prix : 34,50 \$ + l'autobus scolaire 4,50 \$ pour 39 \$  
Date : Le 2 octobre 2008

*Ginette Turner* 418-622-7059, responsable

### 5- VISITE DE L'USINE LES OEUFS BRETON ET DU FORT DE LÉVIS

Date : Le 10 octobre 2008

Nous partons en autocar de l'église Sainte-Cécile à 8 h 30 en direction de Saint-Lambert. Une partie du groupe effectue la visite guidée de l'entreprise avicole Les Oeufs Breton, spécialisée dans le nettoyage, la classification, l'emballage et la distribution des œufs dans tout le Québec. L'autre partie du groupe de participants ira visiter l'église historique de Saint-Lambert. L'autobus fera la navette entre les deux endroits de façon à ce que tous les participants fassent les deux visites.



Nous dînons au restaurant La Cache à Maxime situé à Scott où une visite guidée des lieux et d'un vignoble est prévue. En après-midi, nous nous dirigeons à Lauzon pour effectuer la visite guidée du célèbre Fort portant le nom Pointe-à-Lévis construit par les autorités anglaises pour contrer les attaques de la part des troupes américaines au début des années 1800.

Le retour est prévu à Charlesbourg vers 17 h.

Coût : 64 \$ comprend le transport avec un guide accompagnateur, toutes les visites guidées, le dîner, tous les pourboires et les taxes et services.

*Gaétan Bourbeau* 418-628-5791, responsable

## 6- VISITE DE L'USINE ET DU MUSÉE J.-ARMAND-BOMBARDIER

Date : Le jeudi 13 novembre

Départ le matin à 7 h de l'église Sainte-Cécile en direction de Valcourt. En premier nous visitons le Musée J.-Armand-Bombardier. Nous y découvrirons la vie et l'œuvre du célèbre inventeur de la motoneige. Après le dîner, nous visiterons l'usine de montage des véhicules récréatifs de BRP. Le retour est prévu à 18 h à Charlesbourg.

Coût : 85 \$ (non membre 90 \$) comprend le transport en autocar de luxe avec un guide accompagnateur, le repas du midi, les deux visites guidées, les taxes et tous les pourboires.

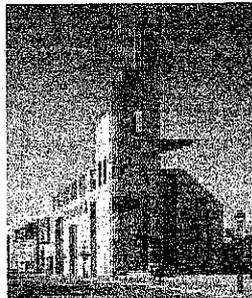
Inscription : Le 6 septembre (minimum d'inscriptions 40 personnes)

**Gaétan Bourbeau** 418-628-5791, responsable

## 7- BALADE À MONTRÉAL

Date : Le mardi 25 novembre

Le départ a lieu à 9 h du stationnement de l'église Sainte-Cécile en direction de Montréal pour dîner au célèbre restaurant Hélène-de-ChAMPLAIN. En après-midi, nous nous rendons au musée d'archéologie et d'histoire de Montréal, la Pointe-à-Callières pour visiter les différentes expositions.



Après le souper, nous nous rendons dans les studios de Radio-Canada pour assister à l'enregistrement de la populaire émission « Le Match des étoiles » animée par Normand Brathwaite. Nous assisterons à une demi-finale des artistes ayant déjà gagné dans une des émissions antérieures. Retour à Québec vers minuit trente.

Coût : 130 \$ (non membre 135 \$) comprend le transport en autocar de luxe avec un guide accompagnateur, deux repas, la visite guidée du musée la Pointe-à-Callières et l'enregistrement de l'émission de télévision, les taxes et tous les pourboires.

Inscription : Le 6 septembre (minimum d'inscriptions : 40 personnes)

**Gaétan Bourbeau** 418-628-5791, responsable



Voyageurs de la C.J.R. aux Butchart Gardens

## 8- INFORMATIONS SUR LES AUTRES ORGANISMES

### 1- LE CENTRE D'AIDE ET D'ACTION BÉNÉVOLE DE CHARLESBOURG

(CAABC),

un outil de développement majeur pour notre communauté

L'action du CAABC est conforme au « Cadre de référence d'un centre d'action bénévole » tel que préconisé par la Fédération des centres d'action bénévole du Québec, laquelle regroupe plus de 115 centres répartis dans presque toutes les régions du Québec.

Entre autres, l'action du CAABC vise à :

- Administrer une centrale pour les bénévoles et pour les organismes par le recrutement, l'accueil, l'orientation et les références à des organismes de personnes désirant s'engager dans l'action bénévole et assurer un suivi qualitatif des actions bénévoles dispensées
- Apporter aux organismes communautaires (sociocommunautaires, culturels, sportifs et de plein air) un soutien technique, un support professionnel et une assistance lorsque requis
- Répondre aux besoins des organismes du milieu en organisant des séances de formation sur mesure ou en répondant aux besoins des organismes ou des bénévoles
- Opérer un guichet d'information sur les services offerts par tous les organismes du milieu et orienter la population vers les organismes concernés
- Promouvoir l'action bénévole et informer la

population des besoins en ressources bénévoles des organismes locaux

- Regrouper les personnes intéressées à s'engager dans l'action bénévole de leur milieu
- Organiser et développer des services d'aide et d'entraide à caractère bénévole en regard des besoins exprimés par la population ou par les organismes communautaires sur le territoire desservi.

Selon ce qui précède, le CAABC offre quatre types de programmes :

- La promotion de l'action bénévole et communautaire (diffusion et valorisation de l'engagement bénévole)
- Le support aux bénévoles par l'accueil et l'orientation, la formation et la reconnaissance
- Le support technique et professionnel aux organismes communautaires membres
- finalement, les services directement aux individus isolés et démunis par le biais de l'action bénévole.

Les conséquences d'un manque de financement

Par suite de la décision de la Caisse populaire Desjardins de Charlesbourg de ne pas reconduire l'entente de financement qui prévalait depuis 2004 qui s'est terminée le 31 décembre et l'absence de financement provenant d'autres sources, nous nous devons de mettre en veilleuse, nous l'espérons temporairement, un certain nombre de nos services au niveau de l'action bénévole.

En effet, au moment où de grands changements surviennent en action bénévole, nous ne sommes pas en mesure de supporter les organismes du milieu et les bénévoles.

Faute de financement, les premiers effets sur la population et sur les organismes sont importants. Une multitude de services ne leur sont plus accessibles et ce sont les citoyens de Charlesbourg qui en sont les principales victimes étant donné: la mise à pied temporaire de la responsable permanente des programmes de développement de l'action bénévole et communautaire, support aux bénévoles et support aux organismes et la fin du lien d'emploi de la secrétaire à temps partiel.

Les changements qui surviennent en action bénévole sont : l'arrivée massive des baby boomers, des générations X et Y. Nous ne pouvons informer et sensibiliser ces nouveaux bénévoles, la population, les administrateurs et les dirigeants d'organismes sur ces grands courants de changement. De plus, nous ne pouvons pas supporter les représentants d'organismes afin qu'ils adaptent leur façon de « travailler » avec ces nouvelles clientèles cibles. Aussi nous ne serons plus en

mesure d'offrir le service d'accueil et référence aux personnes désireuses de s'engager en action bénévole. En quatre ans, nous avons référé 727 personnes vers les organismes du milieu.

Également, nous ne pourrions pas offrir notre session de formation automnale, ces formations permettant aux organismes et à leurs bénévoles de mettre à jour leurs connaissances et de se sentir plus à l'aise dans leur engagement. Au cours des quatre dernières années, 814 personnes de 75 organismes ont ainsi été formées. Nous ne tiendrons pas le Salon des organismes bénévoles et communautaires qui permettait aux organismes de faire connaître leurs services et leurs besoins en bénévoles à la population. Plus de 30 organismes y participent annuellement.

Finalement, nous ne pouvons plus offrir aux organismes du milieu les services de recrutement de bénévoles et de vérification des antécédents judiciaires pour les bénévoles ayant à œuvrer auprès des clientèles vulnérables.

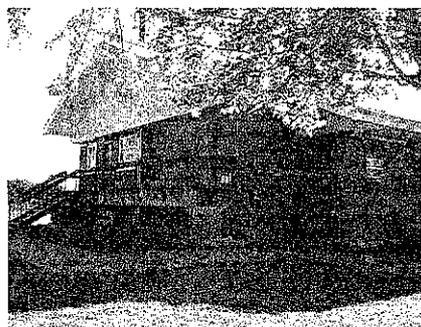
Voilà des conséquences directes d'un manque de financement qui nous atteint. Le rôle de multiplicateur d'aide du CAABC auprès des organismes du milieu est singulièrement diminué. Ces services sont essentiels pour permettre aux organismes du milieu de remplir leur mission.

Toutefois, notre service de « Soutien à domicile » demeure pleinement opérationnel. Nous comptons sur votre collaboration pour nous aider à remplir pleinement notre rôle dans notre communauté.

*Gérald Lavoie*, Président

## **2- LA CORPORATION DES LOISIRS DU PLATEAU- SEPTEMBRE 2008**

Le 25 mai dernier, nous n'avons pu tenir notre marché aux puces habituel en raison de la pluie. Cette activité sera répétée l'an prochain avec plus d'intensité.



La Planque (chalet de la patinoire) a été le théâtre des jeunes durant l'été pour soixante-quinze d'entre eux qui participaient au Programme Vacances-Été. De plus, ces derniers ont participé au

grand rassemblement du 15 août dans le cadre du 400<sup>e</sup> de Québec. Le tout s'est déroulé au parc Henri-Caseau avec environ 600 enfants accompagnés de parents et de bénévoles. Cet événement coïncidait avec la dernière journée de ce PVE. Un merci bien spécial à tous ceux

qui ont su animer avec efficacité le programme concerné.

On souligne la présence de nos quatre travailleurs de parc qui ont fait du bon boulot auprès des ados qui fréquentent notre parc et ce, malgré les aléas de la température.

Mme Line Bouchard (coordonnatrice) nous a quittés en juin dernier pour s'établir dans une autre province. Son départ fut souligné par les membres du conseil d'administration et amis. Mme Marie-Christine Crête-Cyr a pris la relève et saura susciter votre intérêt par de nouvelles activités qui vous seront proposées pour la prochaine saison.

Comme la mission de notre Corporation est de rendre accessible la pratique des sports et des activités offertes à la population, surveillez-bien les dates pour les inscriptions d'automne. Je vous invite donc à consulter notre programmation d'automne 2008 qui sera disponible seulement dans divers points de l'arrondissement (Caisses Populaires, Corporations des Loisirs, bibliothèque, IGA et sur le site internet de la Ville de Québec).

Il est à noter que nous avons la possibilité de louer la grande salle de la Planque pour certaines activités ainsi que celle du chalet principal.

Vous êtes spécialement invités à assister à notre assemblée générale du 22 octobre. Nous sommes en mode *recherche* pour la relève... C'est votre corporation qui en dépend, alors... on s'implique!

**Errol Fortin**, président

## 9 - DIVERS

### 1- LA CAPITALE ASSURANCES GÉNÉRALES

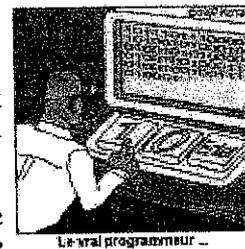
La C.J.R. a signé une entente avec La Capitale Assurances générales à l'effet que cette dernière peut communiquer avec nos membres pour leur offrir leurs services. Vous n'avez aucune obligation. Lors du renouvellement de vos contrats d'assurance automobile et habitation, rien ne vous empêche de demander des propositions de plusieurs compagnies d'assurances et de choisir les meilleurs taux. La C.J.R. reçoit une commission lorsque qu'un membre signe un contrat avec cette compagnie d'assurance.

Le conseil d'administration de la C.J.R.

### 2- COURS EN INFORMATIQUE

Si votre ordinateur vous décourage...

Cours de base pour nouveaux internautes ou pour internautes peu aventureux...



Contenu du cours : langage informatique, fonctions de base de Windows XP, apprentissage du courrier électronique et survol du réseau internet.

Prochaine session de cours : automne 2008 (septembre)  
Mercredi AM ou PM ou jeudi AM  
Durée : 5 cours de deux heures trente  
Coût : 70 \$ par personne pour un groupe de 10 participants maximum.

Important: Inscription le plus tôt possible par téléphone (à partir du 18 août) 418-641-6681, poste 3575  
Mentionnez que vous voulez suivre le cours avec Michel Sylvain.

**Michel Sylvain** 418-622-7031  
[micsyl@videotron.ca](mailto:micsyl@videotron.ca)

N.B. : On peut aussi s'inscrire, au même endroit, à un cours de « Photoshop Element »

### 3- COURS SUR L'UTILISATION D'UNE CAMÉRA NUMÉRIQUE

Certains membres nous ont demandé d'organiser un cours sur l'utilisation d'une caméra numérique. La Corporation des Loisirs Maria-Goretti offre ce cours. Communiquez avec Pierre Bolduc, coordonnateur, au 418-624-7890.

### 4- PASSEPORT PLEIN-AIR LOISIRS ET GASTRONOMIQUE 2008-2009

Ces passeports font bénéficier de rabais parfois importants sur les activités de golf, de ski de fond et alpin, d'hôtel, de restaurants et autres.

Le prix régulier est de 40 \$. Le prix de groupe pour les passeports Plein-Air Loisirs et Gastronomique était de 20 \$ l'année dernière. Le prix pour la prochaine année n'est pas encore déterminé.

Cette année, les passeports pourraient être disponibles vers la mi-novembre 2008. Vous pouvez réserver à l'avance, lors de l'inscription du 6 septembre. La période de vente des passeports ainsi que la quantité sont limitées.

**Denis Paquet** 418-622-3542, responsable

## 5- LES GRANDS EXPLORATEURS 2008-2009

Amateurs de voyages et de grands reportages, durant la saison 2008-2009 vous pourrez assister à une saison de six conférences avec projection à la Salle Albert-Rousseau, au Grand Théâtre de Québec ou encore au Cégep de Lévis-Lauzon.

Vous visiterez successivement Géorgie du Sud, Russie, Sahara, Arménie, Australie, Bretagne, Provence (Hors-série classique), Himalaya (Hors-série Découverte). Vous pouvez les ajouter à votre abonnement.

Vous économiserez en vous abonnant au tarif Ambassadeur. Des billets dans plusieurs sections sont encore disponibles. Vous recevrez vos billets à l'avance et vous serez assurés d'avoir toujours le même siège. Inscription finale le samedi 6 septembre

**Denis Paquet** 418-622-3542, responsable

## 6- PHRASES HUMORISTIQUES

Gaétan Parent, directeur musical du Groupe vocal, a l'habitude de nous faire part à chaque semaine de pensées humoristiques. En voici quelques-unes :

On dit que la vitesse tue, imaginons la médecine à deux vitesses.

Les hommes mentiraient moins si les femmes posaient moins de questions.

Quelle est la différence entre un homme et une tasse de café? Y en pas, les deux tapent sur les nerfs.

Quel est le point commun entre les nuages et les hommes? Quand ils s'en vont, on peut espérer une belle journée.

Pourquoi les hommes aiment-ils autant les voitures et les motos? C'est parce qu'ils peuvent les manipuler.

Comment dit-on en anglais : Ma mère ne vient pas souper ce soir. Yeeessss

Quelle est la plus belle caresse d'une belle-mère? Qu'à reste chez elle!

## 7- LE DUEL DES FONDATEURS

Le Duel des fondateurs visite l'arrondissement de Charlesbourg.

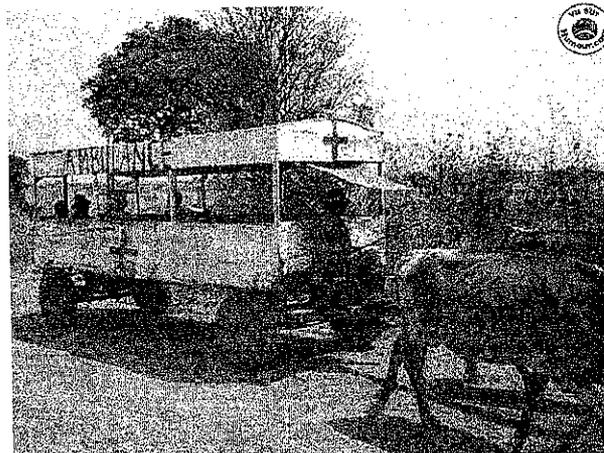
Date: Le dimanche 21 septembre 2008  
Endroit: Église de Saint-Charles-Borromée, 135, boulevard Louis-XIV

Admission générale et gratuite

D'après la formule Au tribunal de l'Histoire, Samuel de Champlain (explorateur et cartographe) et Pierre Dugua de Mons (homme d'affaires et commanditaire de Champlain) s'affrontent lors d'un duel oratoire au cours duquel le public est invité à déterminer lequel de ces deux hommes mérite le titre de fondateur de Québec. Ce spectacle fera donc mieux connaître les circonstances méconnues qui ont mené à l'établissement d'un poste au pied du cap Diamant en 1608, ainsi que le parcours de deux hommes à la rencontre d'un continent neuf, de populations inconnues et d'un pays à fonder.



688-9593



Quand on se compare...

**Les petites annonce C.J.R.**  
8815, avenue Jean-Paquin, Québec, Qc G1G 4W7

**SERVICE S**

**TRANSFERT de :**

Disque 33 et 45 tours en CD,  
Mini cassette en CD,  
VHS en VHS et  
Mini cassette à mini cassette

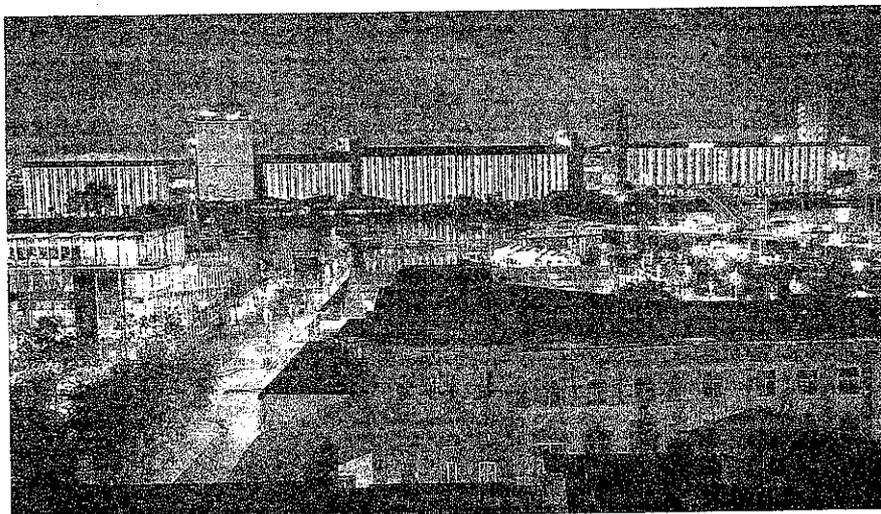
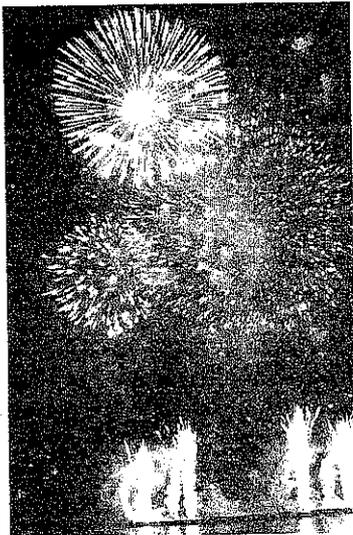
Téléphone : 627-3479 Jean-Claude

Réf: 101

**INFORMATIQUE**

Dépannage informatique à domicile,  
installation, configuration, mise à jour,  
réparation, nettoyage et remise à neuf de système.  
Installation de prises téléphoniques .  
Tarif très compétitif.  
Téléphone : 626-7014 / 254-6265

Réf: 102



De beaux moments de cet été du 400°

## 7-Le monde selon Monsanto

Marie-Monique Robin  
Éditions Stanké, avril 2008

Un livre comme celui-là, ne laisse personne indifférent. Après avoir vu le film, j'ai lu le livre. C'est tout simplement un témoignage à la fois très sérieux et inquiétant pour l'avenir de la planète.

L'auteure d'origine française fait une recherche très documentée à travers plusieurs pays sur l'entreprise américaine qui est devenue l'un des principaux empires industriels de la planète. C'est l'entreprise qui possède un dossier important de produits parmi les plus dangereux de l'ère moderne: le PCB (Ou BPC), qui sert de liquide réfrigérant et de lubrifiant dont la nocivité est dévastatrice pour la santé humaine et la chaîne alimentaire et qui a fini par être interdit. La dioxine produite par cette compagnie a réussi à empoisonner une grande ville, Anniston aux États-Unis. Que dire de l'agent Orange utilisé comme défoliant au Viêt-Nam qui a causé des désastres humanitaires même sur les soldats américains ?

On connaît moins l'hormone de croissance administrée aux vaches laitières et qui occasionnait des maladies qui se retrouvaient même dans le lait. Enfin, la source de richesse incroyable pour la compagnie a été l'introduction des OGM dans les cultures de maïs, de soya et de canola. C'est surtout la façon dont ces produits ont été introduits d'abord aux États-Unis qui étonne. En effet, aucune étude scientifique objective n'a permis de connaître les effets de ces cultures sur la santé humaine. Même la FDA (Food and Drug Administration) dont la vocation est de vérifier tous les aliments a donné son aval aux OGM sans autre étude que celle de la Compagnie Monsanto. Il faut dire que le vice-président de la FDA était un ancien employé de Monsanto. La compagnie a ses entrées jusque dans les plus hautes sphères de l'administration des États-Unis grâce à ses anciens employés qui occupent des postes importants et grâce aux généreuses contributions aux campagnes électorales des partis au pouvoir.

L'objectif de cette compagnie est de mettre la main sur les semences, donc la nourriture du monde. Elle s'y applique par tous les moyens, parfois en risquant même la vie de ses employés. Les semences modifiées génétiquement sont traitées de sorte qu'elles ne peuvent résister à l'herbicide Roundup. En effet, ce produit détruit toutes les autres plantes sauf les semences traitées génétiquement. La compagnie affirme que c'est un herbicide «biodégradable et bon pour l'environnement». Tout le monde peut lire cette note sur les contenants de Roundup. Or il a été prouvé scientifiquement que l'environnement est profondément affecté par cet herbicide et ses effets sont durables. L'herbicide ne tue pas seulement les mauvaises herbes, mais toute forme de vie dans la terre, de sorte qu'à la longue, c'est la

fertilité de la terre qui est en cause. Le produit est tellement nocif que le mode d'emploi devrait être le suivant: *la personne qui applique le Roundup devrait porter un masque, une combinaison étanche et s'assurer que personne ne se trouve dans un rayon de 500 mètres.* Ces instructions ne paraissent pas sur le produit. Pire, certains adventices (que nous appelons mauvaises herbes) en viennent à résister à l'herbicide et il faut alors utiliser d'autres herbicides encore plus puissants pour les détruire. Le sommet de l'arrogance, c'est que les fermiers qui utilisent les semences OGM n'ont pas le droit de conserver des grains pour la saison suivante sous peine de poursuites judiciaires. La compagnie prend tous les moyens pour faire respecter ses directives y compris la délation.

Sur ce dernier point, elle a le gros bout du bâton, car les procès intentés aux États-Unis se tiennent tous à Saint-Louis où se trouve le siège social de la Compagnie. Elle fait toujours affaire avec le même bureau d'avocats de cette ville. Le juge est un ancien membre de ce bureau d'avocats.

Dans d'autres pays, les moyens employés sont aussi «directifs». Dans certains cas, on a introduit les semences OGM dans des sacs non identifiés. Ailleurs, on a soudoyé les autorités gouvernementales pour instaurer ces semences OGM. En Inde, on a payé un voyage aux États-Unis aux dirigeants gouvernementaux ainsi qu'aux juges.

Et que dire des effets dévastateurs des semences OGM dans plusieurs autres pays! Le problème, c'est que l'utilisation de ces semences est toujours lié à l'application du Roundup. Or il a été prouvé que parmi les effets néfastes de ces herbicides, il y a le cancer. Ce n'est pas rien.

Enfin, je ne peux pas terminer sans citer un avertissement qu'on trouve maintenant sur les contenants de Roundup Ultra: *«Le Roundup tuera presque toutes les plantes vertes qui sont en phase de croissance. Le Roundup ne devrait pas être appliqué sur des réserves d'eau, comme les mares, les lacs ou les rivières, parce que le Roundup peut être toxique pour les organismes aquatiques, les personnes et animaux domestiques (chats et chiens) devraient rester hors de la zone où le Roundup a été appliqué, tant que celle-ci n'est pas complètement sèche. Nous recommandons que le bétail, tels que chevaux, vaches, moutons, chèvres, lapins, ne soit pas autorisé à paître dans les ères traitées pendant deux semaines. Si le Roundup est utilisé pour contrôler des plantes indésirables situées près d'arbres fruitiers ou à noix, ainsi que des vignes, nous conseillons de ne pas manger les fruits ou noix avant vingt et un jours.»*

Ce livre n'est pas un plaidoyer, c'est seulement un exposé des faits, mais c'est renversant. C'est à lire absolument.

**Marcel Dupont**

exclusivement réservé aux membres

# L'assurance d'avoir **PLUS** de privilèges

**En tant que membre de la C.J.R. du Plateau,  
obtenez-en plus :**

- **12 % de réduction** sur votre assurance automobile
- **10 % de réduction** sur votre assurance habitation
- La chance de gagner un voyage en nous demandant une soumission

**D'autres programmes bien pensés :**

- Assurances VR solutions<sup>MD</sup> (moto, motoneige, VTT, caravane, autocaravane et bateau)
- Protection ZÉRO franchise à payer\*
- CAP, un programme novateur d'assistance routière, habitation et juridique

**Nous joindre**

Sans frais : 1 800 322-9226

Montréal : 514 906-2208

Québec : 418 266-9908

[www.lacapitale.com](http://www.lacapitale.com)

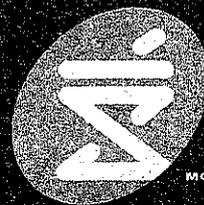
\*Certaines conditions s'appliquent.



Règlements disponibles à la Vice-présidence marketing.  
Valeur totale maximale des prix : 10 000 \$

CABINET EN ASSURANCE DE DOMMAGES

# PHARMAPRIX



**11075, boul. Henri-Bourassa, Charlesbourg**

- **Comptoir postal**
- **Service de télécopie (Fax)**
- **Service de livraison**

**OUVERT 7 JOURS SUR 7**

**Lundi au vendredi de 8h à 22h**

**Samedi et dimanche de 9h à 21h**

**418 622-6622**