



L'INFO C.J.R.

LA COMPAGNIE DES JEUNES RETRAITÉS DU PLATEAU

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

Boîte vocale : 418-990-0863

Volume 13 - No 3

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

MAI 2011

Section I

MOT DU PRÉSIDENT



Je remercie les administrateurs de m'avoir exprimé leur confiance en me désignant comme président pour une cinquième année. Je remercie pour leur précieuse contribution ceux qui ont renouvelé leur mandat, les nouveaux administrateurs et ceux qui nous ont quittés.

L'ensemble des activités de la session d'hiver 2011 a connu un haut niveau de réussite et de satisfaction des membres. Ces résultats sont le fruit de la participation de chacun.

La journée d'inscription du 5 janvier avec plus de 300 membres, la soirée de reconnaissance des bénévoles du 14 janvier avec ses 150 participants et l'assemblée générale du 18 février avec 110 participants, témoignent de cet engagement collectif constant entre les administrateurs, les responsables d'activités, les bénévoles et les membres.

La C.J.R. est une réalité en constante évolution avec de nouveaux membres, de nouvelles activités et de nouveaux défis. Ensemble ses membres se divertissent, se développent, s'épanouissent et s'impliquent. Ensemble, nous avons besoin d'un lieu où nous nous sentons chez nous.

Elle doit permettre à ses membres de demeurer actifs et de se rencontrer en identifiant ce qui les intéresse et les attire, en étant plus accueillante, en organisant des activités gagnantes et en favorisant chez les membres le plaisir d'être ensemble, de se développer, d'appartenir à une organisation où ils se sentent chez eux et où ils peuvent partager leur vécu avec des amis.

Pour atteindre ses objectifs, elle doit améliorer la qualité de ses activités, consolider leur gestion administrative et promouvoir auprès de ses membres le développement de

milieux de vie. Elle doit également faciliter la communication avec les membres grâce à l'informatique et au site Web.

Je pense que tous les membres de la C.J.R. doivent se réjouir de pouvoir faire partie d'une telle organisation. Nous retirons beaucoup de satisfaction en participant nombreux à sa programmation d'activités.

Je fais appel à la créativité et à l'engagement des membres et des administrateurs pour trouver des solutions constructives qui nous permettront de rester actifs et de continuer à profiter de la vie qui passe.

Mais avant de terminer, je voudrais souligner que, lors de la soirée du Mérite Bénévole 2011 de l'arrondissement de Charlesbourg, monsieur Jean-Louis Gilbert, trésorier à la C.J.R. depuis 10 ans, sera désigné « Étoile Mérite C.J.R. 2011 ».

Merci à Christiane Gagnon, vice-présidente, à Jean-Louis Gilbert, trésorier, à Jean-Guy Lebel, secrétaire, à Louise Tanguay, registraire, à Ginette Dufresne, coordonnatrice des activités sociales, à Gaétan Bourbeau, responsable des voyages, à Jean Bédard, coordonnateur des activités physiques et sportives, à André Bellemare, coordonnateur des activités culturelles, aux administrateurs, Georgette Baril, Louis Paquet, Jean Deslauriers et Gérard Bélanger.

Claude Charbonneau, Président

Section II

ADMINISTRATION

1- MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION ANNÉE 2011-2012

Claude Charbonneau, Président phillipe@sympatico.ca	418-623-2863
Christiane Gagnon, Vice-présidente cgagnon2108@videotron.ca	418-622-0624
Jean-Guy Lebel, Secrétaire jeanguylebel@hotmail.com	418-626-2440
Jean-Louis Gilbert, Trésorier gilbertjl@hotmail.com	418-626-8736
Louise Tanguay, Registraire lmtanguaym@videotron.ca	418-622-3536
Ginette Dufresne, Coordonnatrice Activités sociales jacques.dufresne@sympatico.ca	418-623-4582
André Bellemare, Coordonnateur Activités culturelles adbell@videotron.ca	418-627-3730
Jean Bédard, Coordonnateur Activités physiques et sportives bedjean@sympatico.ca	418-872-7689
Gaétan Bourbeau, Responsable Voyages cbourbeau@videotron.ca	418-628-5791
Georgette Baril, Administratrice georgette.baril@videotron.ca	418-626-7454
Louis Paquet, Administrateur louis.paquet@videotron.ca	418-626-3696
Gérard Bélanger, Administrateur gerardbelanger@videotron.qc.ca	418-621-5025
Jean Deslauriers, Administrateur mopettex@hotmail.com	418-624-4691

2- ÉQUIPE DU JOURNAL L'INFO C.J.R.

Claude Charbonneau phillipe@sympatico.ca	418-623-2863
Errol Fortin errolf@videotron.ca	418-627-3546

Marcel Dupont madupontmo@videotron.ca	418-628-7963
Jean-Paul Havard havardroberge@oricom.ca	418-626-0506
Louise Tanguay lmtanguaym@videotron.ca	418-622-3536
Marcelle Fournier guyfournier60@sympatico.ca	418-623-0173
Georgette Baril georgette.baril@videotron.ca	418-626-7454
Pauline Morneau pmorneau@sympatico.ca	418-623-5043
Thérèse Brousseau	418-529-4789

COORDONNATEURS D'ACTIVITÉS :

Jean Bédard bedjean@sympatico.ca	418-872-7689
André Bellemare adbell@videotron.ca	418-627-3730
Gaétan Bourbeau cbourbeau@videotron.ca	418-628-5791
Ginette Dufresne jacques.dufresne@sympatico.ca	418-623-4582

SOMMAIRE

SECTION	PAGES
I- Mot du président	1
II- Administration	2
III- Aînés et activités communautaires	6
IV- Activités culturelles et éducatives	7
V- Activités sociales	10
VI- Santé, plein air et activités sportives	12
Calendrier des activités	14 et 15
VII- Voyages	21
VIII- Informations sur les autres organismes ...	24
IX- Divers	26

3- PLAN D'ACTION DE LA C.J.R. POUR 2011-2012

Pour améliorer ses performances et répondre davantage aux besoins de ses membres, l'action de la C.J.R. s'articule autour de trois axes.

Améliorer la qualité des activités de la C.J.R.

- Accueillir et impliquer les nouveaux membres.
- Gérer efficacement l'information aux membres.
- Diversifier les activités et les rendre accessibles aux membres.

Consolider la gestion administrative des activités

- Harmoniser et rendre efficace l'action du conseil d'administration.
- Clarifier et consolider les rôles des coordonnateurs et des responsables d'activités.

Faire de la C.J.R. un milieu de vie pour ses membres

- Développer le sentiment d'appartenance.
- Promouvoir l'utilisation des talents de chacun pour leur épanouissement et la réalisation de projets novateurs et durables.
- Permettre à ses membres de demeurer actifs et de se rencontrer pour partager ensemble leur vécu entre amis.

(CA-11-03-775)

Claude Charbonneau, Président

4- ÉTOILE MÉRITE C.J.R. – ÉDITION 2011

La C.J.R. présente monsieur Jean-Louis Gilbert comme bénévole exceptionnel pour l'obtention de l'Étoile Mérite C.J.R., édition 2011 du Mérite Bénévole, Ville de Québec, arrondissement de Charlesbourg.

Monsieur Gilbert est un bénévole émérite qui consacre énormément de temps et d'énergie au sein de la C.J.R. à titre de trésorier, et ce, depuis plus de 10 ans.

Considérant son engagement social auprès de la Caisse populaire, de la Coopérative des services à domicile de Charlesbourg et de la C.J.R., le conseil d'administration est fier, au nom de ses 1300 membres, de soumettre la candidature de Jean-Louis Gilbert à titre d'Étoile Mérite C.J.R. 2011.

5- BIENVENUE AUX LUNDIS PM

Comme vous le savez, nous avons transformé la vocation des Lundis PM pour permettre à un plus grand nombre de personnes de se rencontrer et de partager leur vécu avec des amis.

Tous les lundis p.m. de 13 h à 15 h 30 jusqu'au 6 juin inclusivement, le chalet des Loisirs du Plateau, 8815, avenue Jean-Paquin à Charlesbourg, est ouvert à tous. Il est à noter que le lundi 23 mai, fête des Patriotes, le local sera fermé.

Nous vous invitons à prendre un café et fraterniser entre amis en compagnie de madame Andrée Girard. D'autres personnes pourront en profiter pour se retrouver et jouer à des jeux de société tels : crible, bridge, whist, dominos, scrabble...

À compter du 9 mai, des membres du conseil d'administration seront présents pour vous accueillir, pour vous inscrire aux activités d'été et pour l'émission des cartes de membre.

Le 30 mai, en plus des activités habituelles, il y aura l'exposition thématique « Aventure culturelle et artistique en Afrique centrale » animée par Claude Fortin et Claude Charbonneau. Nous vous garantissons un dépaysement complet.

Soyez les bienvenus!

Le comité « Milieu de Vie »

6- MOT DE LA REGISTRAIRE

Pour permettre à la C.J.R. de mieux informer ses membres, nous vous demandons lors de votre renouvellement de nous fournir aussi votre adresse courriel. Pour accélérer le service, un formulaire est mis à votre disposition lors de votre arrivée au local. Il est identique à celui disponible dans l'INFO C.J.R. de décembre 2010. Le coût reste toujours de 15 \$ pour l'année civile du début janvier à la fin décembre. Des frais supplémentaires de 2 \$ sont demandés pour remplacer une carte perdue.

Vous devez obligatoirement avoir effectué ce renouvellement pour pouvoir vous inscrire à une activité de 2011. Les préposés aux inscriptions vous demanderont de présenter votre carte pour vérifier si l'étiquette 2011 y apparaît. Vous pourrez également la renouveler lors de la journée d'inscription du 4 mai dès le début de l'après-midi avant d'aller vous inscrire aux activités.

De plus, il est important de me communiquer tout changement dans vos coordonnées personnelles (adresse, appartement, code postal, téléphone, courriel...) pour que la liste des membres soit toujours à jour. Pour cela, vous pouvez utiliser l'adresse suivante :

cjr.registraire@hotmail.com

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

Louise Tanguay, Registraire

7- ENVOI POSTAL DE L'INFO C.J.R. – DU CHANGEMENT

L'utilisation d'un nouveau logiciel pour les dossiers des membres C.J.R. génère maintenant un seul nom sur l'étiquette postale de L'INFO C.J.R. pour un même numéro de téléphone résidentiel. Nous continuerons d'envoyer par la poste un seul exemplaire de notre journal pour une même adresse. Toutefois, un seul nom sera inscrit sur l'étiquette même si les deux personnes du couple sont des membres en règle pour l'année en cours.

Louise Tanguay, Registraire

8- 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 au 418-628-5791 ou avec un autre administrateur.

9- SITE WEB

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 consulter le site Web 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.

10- 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 activi-

tés comme le club de marche, le golf, le vélo... pour informer les membres de leur annulation ou de leur report.

11- PHOTOCOPIE CHEZ COPIE RAPIDE

Considérant l'augmentation de la tarification pour les photocopies chez Copie Rapide, le conseil d'administration avise ses membres qu'il a décidé à sa réunion du 30 mars 2011 de fermer le compte chez Copie Rapide.

Nous invitons les membres à faire leurs photocopies pour les activités de la C.J.R. aux Loisirs du Plateau au coût de 0,05 \$ la copie ou au Centre d'Aide et d'Action Bénévole de Charlesbourg, situé au 7260, boul. Cloutier, au coût de 0,05 \$ la copie et 0,16 \$ la copie couleur. Dans ce cas, vous devez communiquer avec Claude Charbonneau au 418-623-2863 pour connaître la façon de procéder.

Le conseil d'administration

12- INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS LE MERCREDI 4 MAI 2011

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 mercredi 4 mai, de **13 h à 14 h 30**, au sous-sol de l'église Saint-Jérôme, située au 6350, 3^e Avenue Est.

Les paiements devront être effectués autant que possible par chèque et devront être datés du 4 mai. 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.



13- RAPPEL SUR L'APPLICATION DE LA POLITIQUE #4 « FRAIS ET REMBOURSEMENT DE FRAIS ENCOURUS PAR UN MEMBRE LORS DE L'ORGANISATION D'UNE ACTIVITÉ »

- A) Tous les membres de la C.J.R. assument leurs frais d'inscription ou de participation à une activité de la C.J.R.
- B) La C.J.R. rembourse les frais encourus par un membre dans l'exécution d'un mandat qu'elle lui a confié sur présentation de pièces justificatives.
- C) Un membre qui organise la même activité à caractère unique et non continue parce que le nombre de participants est trop élevé, n'a pas à assumer ses frais de participation à cette seconde activité si elle est organisée dans la même année de programmation.

(CA-08-10-567)

14- RAPPEL SUR LA POLITIQUE #7 « ANNULATION ET REMBOURSEMENT DE FRAIS DE PARTICIPATION À UNE ACTIVITÉ »

Modalités :

Si le membre avise le responsable de l'activité de l'annulation de sa participation deux semaines avant la tenue de l'activité, il n'y a aucun coût qui lui est facturé. Les frais d'inscription lui sont remboursés.

Si le membre avise le responsable de l'activité de l'annulation de sa participation dans un délai inférieur à deux semaines de la tenue de l'activité, des frais administratifs de 5 \$ lui seront facturés. Les frais d'inscription lui sont remboursés.

Il est à noter que les frais d'inscription versés pour une activité gérée par un organisme autre que la C.J.R. (voyages, concerts...) sont remboursés selon les modalités prévues pour ces activités, le cas échéant.

(CA-02-05-22)

15- POLITIQUE EN CAS DE DÉCÈS

Pour nous informer du décès d'un administrateur ou d'un membre de la C.J.R., vous devez communiquer avec Gaston Marquis en composant le 418-622-0924.

La C.J.R. offre ses condoléances aux familles de :

Madame Jeanne Gagnon

décédée le 27 décembre 2010

Monsieur Normand Tardif

décédé le 29 décembre 2010

Madame Raymonde Pagé Cloutier

décédée le 13 décembre 2010

Madame Louise Johnson

décédée le 16 janvier 2011

Le conseil d'administration

Section III

AÎNÉS ET ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

La Fête des aînés de Charlesbourg aura lieu le lundi 16 mai. Suite au succès de 2010, la formule utilisée est reprise pour le printemps 2011. Sont de retour les activités sportives (golf, tennis, pétanque, petites quilles, marche) et les activités sociales (bridge, whist, scrabble) en après-midi ainsi que le souper et la soirée.

L'objectif de cet événement est de rassembler les aînés des différents organismes du territoire de Charlesbourg pour passer une journée agréable d'échanges, de partage et de plaisir.

Deux membres représentent la C.J.R. pour l'organisation de cette fête; il s'agit de Gaétan Bourbeau et Christiane Gagnon. Merci aux bénévoles qui ont accepté de prendre en charge l'organisation de différentes activités : golf, tennis, marche, petites quilles, bridge et scrabble.

Les billets sont en vente dès maintenant lors des Lundis PM et auprès des responsables d'activités.

Nous vous attendons en grand nombre.

Christiane Gagnon

2- LA C.J.R., UN MILIEU DE VIE POUR NOUS

La C.J.R. est au cœur de nos activités. Elle est en constante évolution avec de nouveaux membres, de nouvelles activités et de nouveaux défis à relever. Ensemble, ses membres se divertissent, se développent, s'épanouissent et s'impliquent. Ensemble, nous avons besoin d'un lieu où nous nous sentons chez nous.

Pour réussir cette démarche de vivre dans un milieu de vie où nous partageons notre vécu, nous devons :

- Identifier nos valeurs comme milieu de vie, nos forces et les améliorations à apporter pour développer notre milieu de vie.
- Étudier la façon de développer notre organisation pour qu'elle continue à répondre adéquatement à nos attentes et à nos besoins.

Le milieu de vie que nous cherchons est :

- Un lieu qui permet le développement d'un plus grand sentiment d'appartenance chez nos membres.
- Un lieu où les membres sont actifs et profitent de la vie du groupe.
- Un lieu qui favorise l'utilisation des talents de chacun afin d'en faire bénéficier la communauté.
- Un lieu qui soutient l'épanouissement de tous et chacun, qui facilite leur participation et qui permet les projets novateurs et durables.

*Pourquoi nous haïr? Nous sommes solidaires, emportés par la même planète, équipage d'un même navire.
Antoine de Saint-Exupéry, dans Terre des Hommes*

Pour réussir notre milieu de vie, nous devons nous questionner ensemble :

- Si les activités que nous offrons et si ceux qui les organisent répondent aux attentes et aux besoins de l'ensemble de nos membres.
- Sur la participation et l'implication des nouveaux membres aux activités et à la vie de l'organisation.

La C.J.R. doit permettre à l'ensemble de ses membres de demeurer actifs et de se rencontrer :

- En identifiant ce qui les intéresse et les attire.
- En étant plus accueillante.
- En organisant des activités gagnantes.
- En favorisant chez les membres le plaisir d'être ensemble, de se développer, d'appartenir à une organisation où ils se sentent chez eux et peuvent partager leur vécu avec des amis.

Voilà ce que la C.J.R. peut faire pour ses membres et ce que ses membres peuvent faire ensemble pour la C.J.R.

Le comité milieu de vie

3- AUTEUR DE CHEZ NOUS

LA MAGIE DU SOLEIL

En cette heure où les flocons de neige calmes déambulent entre ciel et terre
au bout de la route l'impatience de l'hiver dans un dernier soupir glisse vers le néant
avec la magie du Soleil c'est la démente du froid bientôt les oiseaux retrouveront leurs nids
cette saison aura traversé l'autre côté de la fenêtre la brise viendra réchauffer les reliefs sur les massifs
la magie réveillera les bourgeons les tulipes sortiront du sol dans une spirale de couleurs les hirondelles
chanteront les beautés du mois de mai

Gisèle Labbé

Section IV

ACTIVITÉS CULTURELLES ET ÉDUCATIVES



André Bellemare

1- LA 13^e SAISON DE BRIDGE – HIVER 2011 SE PROLONGE JUSQU'AU 27 MAI

La saison de bridge C.J.R. de l'hiver 2011 a débuté le vendredi 7 janvier à 13 h au chalet des Loisirs du Plateau et se terminera **le vendredi 27 mai à la salle #1 du Centre Victor-Lelièvre, situé au 475, boul. Père-Lelièvre, Québec.**

Nous avons changé de salle le 25 février à cause du manque d'espace et du bruit à la salle du chalet des Loisirs du Plateau. Les participants apprécient la nouvelle salle. Il y a de la place pour 30 tables et de quoi répondre aux besoins de tous. Nous vous attendons avec plaisir. Bienvenue à tous.

C'est une activité conviviale qui suscite beaucoup d'intérêt. Pour améliorer les saines habitudes de vie par une meilleure alimentation, des jus et des fruits frais sont disponibles pour

la pause santé. Pour ce faire, les coûts de chaque séance de duplicata sont de 3 \$ pour un membre et 4 \$ pour un non membre.

Un tournoi suisse a eu lieu le vendredi 29 avril au Centre Victor-Lelièvre. Toutes les séances de duplicata débutent à **13 h.**

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

Une équipe dynamique formée de Pauline Cloutier, Louise Cloutier, Danielle et Paul-Henri Lessard, Nicole et Claude Charbonneau assure le succès de cette activité.

Je les remercie à l'avance pour leur contribution.

Note : N'oubliez pas de vous inscrire à la session de bridge de la **Fête des aînés 2011 du 16 mai**. La session de duplicata aura lieu dans une salle au Patro de Charlesbourg. Les billets pour la fête avec le souper sont en vente le vendredi à la session de duplicata et lors des Lundis PM à la C.J.R. au coût de 10 \$. Bienvenue à tous.

Claude Charbonneau 418-623-2863, responsable

2- DES NOUVELLES DE « JE ME RACONTE » À LA C.J.R.

Le premier groupe JMR auprès de la Compagnie des Jeunes Retraités du Plateau de Charlesbourg s'est réuni à nouveau le 19 janvier 2011 pour souligner le lancement d'une troisième autobiographie à l'intérieur de ce groupe, celle de Gisèle Guité : « *Ma vie comme un jardin* ».

Ces rencontres se sont déroulées de septembre 2007 à décembre 2008 pour les trois sessions de rédaction de leur autobiographie et les quatre rencontres de suivi ont eu lieu à l'hiver 2008.

Ce fut un grand moment fort apprécié par les sept autres participants de l'atelier. La fierté et l'émotion étaient au rendez-vous ainsi que la stimulation et la motivation à poursuivre le travail débuté.

Je vous invite à consulter les sites Web :

www.jemeraconte.com

<http://pages.vidotron.com/motsvecu>

Diane Gagné, accompagnatrice de récits de vie
418-380-4381

3- RÉFLEXOLOGIE DE LA MAIN

Durant l'hiver 2011, 19 personnes de la C.J.R. ont suivi une session de réflexologie de la main et toutes étaient satisfaites des notions acquises et de leurs expériences face à une nouvelle médecine douce. Tous les participants ont été surpris de voir jusqu'à quel point le corps humain pouvait être décortiqué en points réflexes et par la suite, activé afin de solutionner certains petits problèmes de la vie courante.

Je peux vous annoncer qu'une nouvelle session d'initiation à la réflexologie de la main aura lieu l'automne prochain soit le lundi en après-midi. La session se donnera à raison de 4 cours d'une heure trente pour un total de 6 heures.

Je vous attends lors de la journée d'inscription de septembre.

Roger Jobin, naturothérapeute diplômé,
spécialisé en Phytothérapie N.D.(Phy.)

4- COURS EN INFORMATIQUE

La dernière session des cours en informatique couvrait la période du 10 janvier au 18 mars 2011.

Treize membres de la C.J.R. et 2 non membres ont reçu 94 heures de cours.

Merci pour votre accueil chaleureux et votre participation à cette activité. Les cours reprendront à l'automne.

Pierre Desmarais,

Pour information, visitez notre site Internet à l'adresse suivante :

<http://membre.oricom.ca/pierdes>

5- SCRABBLE

Nous en sommes déjà à la deuxième session passée dans notre nouveau local. L'atmosphère y est très agréable et on s'enrichit à chaque fois avec la rencontre des membres qui aiment s'amuser avec les lettres, dans la bonne humeur.

Serez-vous des nôtres l'automne prochain ?

Marthe Lapointe 418-626-2449

Micheline Dumont 418-628-4564, responsables

6- ATELIER DE CINÉMA

Au nom de tous les membres du groupe de Cinéma, je tiens à remercier la C.J.R. pour la reconnaissance qui nous a été témoignée lors de l'assemblée générale de février dernier. Nous avons célébré cette année notre dixième anniversaire



de rencontres 2000/2010, mensuellement consacrées à des films répertoriés par le Cinéma le CLAP. Lors de notre soirée de célébration en décembre, de nombreux commanditaires ont contribué au succès de l'événement en nous offrant de magnifiques cadeaux.

Nous prenons congé pour la période estivale, mais pour permettre aux membres de la C.J.R. de mieux nous connaître, nous ferons prochainement paraître des photos sur le site de

la C.J.R. sous l'onglet *Photos*, et pour ceux qui veulent nous lire, nous décrivons à chaque mois le fruit de nos discussions sous l'onglet *Cinéma*. Un merci particulier à monsieur Jean Bédard pour sa précieuse collaboration.

Note : Sur la photo, quelques membres de l'atelier de cinéma présents lors de l'assemblée générale annuelle de la C.J.R.

Bon été à tous.

Nicole L.Falardeau, responsable de l'activité

7- ATELIER DE CONVERSATION ANGLAISE

Les ateliers feront relâche pour la période de l'été. Sept groupes se sont réunis à chaque semaine sous l'habile supervision de nos moniteurs. Nous remercions ceux-ci pour leur beau travail. Bonnes vacances et à l'automne prochain pour la reprise des activités.

Denis Marcoux, responsable

8- VISITE AU MUSÉE DE LA CIVILISATION

Date : Le mardi 17 mai

Le Musée de la Civilisation offre plusieurs nouvelles expositions en plus des autres expositions permanentes en cours, dont :

- **Roma** (l'histoire fascinante de Rome au fil des siècles)
- **Portés par le fleuve** (exposition de connaissances illustrant les moments fondateurs de l'histoire canadienne)
- **Dieu(x) : Mode d'emploi** (exposition qui met en relief la diversité des pratiques religieuses dans le monde)
- **Nourrir son monde** (portrait des différences économiques et culturelles à travers la nourriture consommée par des familles de pays différents)

Note : La description de ces expositions sera disponible lors de l'inscription.

Départ : 9 h 30 du stationnement de l'église Sainte-Cécile

Retour : Vers 16 h

Dîner : Possibilité d'apporter votre dîner ou au Café du Musée pour environ 10 \$ ou dans les restaurants environnants

Coût : 7 \$ (8 \$ non membre). Ce prix est pour l'autobus car l'entrée au Musée est gratuite.

Note : Un minimum de 35 personnes est requis pour cette activité.

Inscription : Le 4 mai ainsi que le lundi 9 mai au chalet des Loisirs du Plateau

Nicole Letellier 418-626-5208

André Bellemare 418-627-3730, responsables

9- VISITE CULTURELLE À QUÉBEC

Date : Le mardi 24 mai

8 h 30 Départ du stationnement de l'église Sainte-Cécile

8 h 45 Fresque de la bibliothèque de Québec

9 h 15 Allée des Premiers Ministres

9 h 30 Observatoire de la Capitale nouvellement transformé

11 h Musée naval de Québec, exposition « Méandres » mémoires du Saint-Laurent en guerre

12 h Lunch à la cafétéria du Musée de la civilisation à vos frais

13 h 30 Musée de l'Amérique française, nouvelle exposition : « PARTIR sur la route des francophones »

15 h 30 Retour vers notre point de départ

Coût : 24 \$ (25 \$ non membre), incluant les visites au programme, le transport en autocar scolaire modifié, les taxes et les pourboires (le lunch du midi est à vos frais).

Note : Un minimum de 25 personnes est requis pour cette activité.

André Bellemare 418-627-3730, responsable

10- CONCERT/PIQUE-NIQUE ET VISITES

Date : Le mercredi 20 juillet

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

9 h 30 Visite guidée du Centre d'interprétation historique de Sainte-Foy

Exposition : nos soldats canadiens, de Normandie à Kandahar

11 h Maison Hamel-Bruneau, visite de l'exposition « Sweet Crude » de Cal Lane

12 h Concert en plein air, chansons françaises, pique-nique sur l'herbe (**apportez votre chaise et votre repas**)

13 h 30 Visite guidée du domaine Catarauqui
 14 h 45 Arrêt au Jardin Jeanne-d'Arc
 15 h 30 Retour vers notre point de départ
 Coût : 23 \$ (24 \$ non membre), incluant les visites au programme, le transport en autocar scolaire modifié, les taxes et les pourboires.
 Note : Un minimum de 25 personnes est requis pour cette activité.

André Bellemare 418-627-3730, responsable

*Partagez votre gâteau, il diminue.
 Partagez votre toit, il ne diminue pas.
 Partagez votre joie, elle augmente.*

Guilbert

11- AVENTURE CULTURELLE ET ARTISTIQUE EN AFRIQUE CENTRALE

Lors du Lundi PM du 30 mai, de 12 h 30 à 15 h 30, nous vous invitons tous à venir découvrir des éléments originaux de la culture artistique de l'Afrique centrale, plus particulièrement du Cameroun et de la République Centrafricaine. Nous serons à votre disposition pour vous expliquer les objets exposés et répondre à vos questions. C'est pour vous l'occasion de vous familiariser avec une réalité artistique méconnue.

Il est à noter que les activités habituelles des Lundis PM continuent comme à l'ordinaire.

Bienvenue à tous.

Claude Charbonneau
Claude Fortin, responsables

Section V

ACTIVITÉS SOCIALES



Ginette Dufresne

1- DÉJEUNERS MENSUELS

Venez rejoindre la cinquantaine de membres qui participent à tous les premiers jeudis du mois à cette activité. Les deux derniers déjeuners de la saison auront lieu les jeudis 5 mai et 2 juin au Resto Grill Le Clac situé au 1750, rue Périgord, Charlesbourg (Marché aux Puces Jean-Talon) à partir de 9 h 30. Vous n'avez pas à réserver; il s'agit de vous présenter sur place. Cette activité représente une excellente occasion de se rencontrer. Vos amis sont également les bienvenus.

Gaétan Bourbeau 418-628-5791, responsable

2- REMERCIEMENTS

Je tiens à remercier bien sincèrement toutes les personnes qui m'ont aidée lors de ma mésaventure à l'activité « Quilles et Souper » le 12 mars dernier, et particulièrement Thérèse, Cécile et Yvon.

Ginette Dufresne

3- AVIS DE RECHERCHE



Nous sommes à la recherche de personnes qui ont un hobby et qui voudraient le partager avec nos membres.

Cette recherche s'adresse à tous les membres de la C.J.R. et pourrait faire l'objet d'une activité à l'automne.

Quel que soit votre passe-temps : jardinage, photographie, construction miniature, trains, peinture..., faites-le nous connaître et vous aiderez peut-être d'autres personnes à partager votre passe-temps de retraite.

Au plaisir de vous rencontrer !

Ginette Dufresne 418-623-4582

4- DANSE EN LIGNE

Merci à tous les danseurs pour votre assiduité à cette activité. Nous tenons à remercier sincèrement notre professeure Micheline Leduc pour sa très grande générosité.

Bonnes vacances à tous.

Claire Marriage 418-666-1753

Suzanne Ouellet 418-628-7659, responsables



5- SOUPER AU HOMARD



Date : Le vendredi 20 mai

Heure : 18 h

Endroit : Chalet des Loisirs du Plateau

Coût : 38 \$ (43 \$ non membre)

Menu : Bisque de homard, homard bouilli, riz pilaf, salade César, beurre à l'ail et au citron, dessert, thé ou café

Notes : Apportez votre breuvage d'accompagnement préféré

Possibilité d'acheter le surplus de homard à un prix raisonnable

Nombre de places limité

Musique, danse et prix de présence compléteront votre soirée jusqu'à 23 h.

André Leduc 418-622-2771, responsable

Les petites annonces C.J.R.

8815, avenue Jean-Paquin,
Québec G1G 4W7

SERVICES

TRANSFERT DE :

Disque 33, 45 et 78 tours en CD,
Mini cassette en CD,
Mini cassette à mini cassette,
VHS à VHS,
VHS en DVD

Téléphone : (418) 627-3479

Jean-Claude

Réf. 123

À VENDRE

VELO BIONX

Marque : GIANT pour femme
Moteur : 350 Watts
Batterie : 36 Volts au lithium
Année : 2008
Prix : 1600 \$
État neuf, a roulé une saison seulement

Téléphone : (418) 821-9234 cell : (418) 655-9234

Réf. 124

SUPPORT DE VÉLO

pour la voiture

Marque : GRABER

État neuf
Prix 30 \$

Téléphone : (418) 626-2461

Réf. 125

Section VI

SANTÉ, PLEIN AIR ET SPORTS

Jean Bédard

**1- CONDITIONNEMENT
PHYSIQUE**

La saison d'hiver 2011 vient de se terminer dans l'ancien gymnase de l'Externat Saint-Jean- Eudes.

Avec les ajustements de changement d'endroit que nous avons vécu, dans l'ensemble l'adaptation s'est quand même bien déroulée. Nous ne pouvons retourner au Patro, car le Cégep Limoilou utilise l'ensemble des plages-horaires.

La baisse d'inscriptions pour l'hiver 2011 ainsi que la durée de la période, soit 15 semaines, nous obligeront à augmenter nos coûts pour la session d'automne 2011. Nous tenons à remercier nos moniteurs pour leur implication et leur enthousiasme.

Au plaisir de vous revoir en septembre et bon été.

Robert Ouellet 418-849-5023

André Nadeau 418-622-6103

Nicole Demers 418-622-0145, responsables

2- SKI DE FOND

La saison qui vient de se terminer s'est avérée très bonne avec 75% de participation aux sorties. En général, les conditions de neige furent très acceptables. Une belle amitié s'est développée entre les membres, autant dans les autocars que lors de l'après-ski dans les centres.

La soirée de fin de saison fut une grande réussite, réunissant 84 personnes au chalet des Loisirs du Plateau, avec un excellent souper suivi d'une animation musicale.

Un montage de 227 photos, préparé par Michel Sylvain, nous a permis de revoir les plus beaux moments de la saison.

Un gros merci aux membres du comité organisateur qui ont assuré la bonne marche des activités avec une belle complicité : Jean-Guy Boisvert, André Bellemare, Pierre Collin, René Mathieu, Réjean Loignon et moi-même.

Au plaisir de vous retrouver la saison prochaine.

Colette Tremblay Marcoux, présidente du comité

3- TENNIS – SAISON 2010-2011

La saison s'est terminée le 29 avril et nous pensons déjà en fonction de l'an prochain. Nous espérons que votre sport préféré vous a permis d'avoir beaucoup de plaisir tout en gardant votre bonne forme physique. Nous profitons donc de l'occasion pour souhaiter à tous un merveilleux été ainsi que beaucoup de plaisir dans vos activités estivales.



Notre saison ne peut se terminer sans JITNEY. Celui-ci se tiendra sur les courts du club de tennis Maria-Goretti, le jeudi 19 mai à 9 h. Si jamais la météo nous empêche de jouer sur les terrains du club, nous serons heureux de vous accueillir « bien au sec » à la salle communautaire des Loisirs Maria-Goretti vers 11 h au 7475, avenue Paul-Comtois.

La période de jeu sera suivie d'un buffet comme par les années passées. Ce sera une occasion unique pour tous de se rencontrer et d'échanger sur l'avenir de la ligue de tennis de la C.J.R.

Merci à tous et bonnes vacances de la part de votre comité :

Nicole Dorais, Gabrielle Martel, Claude Alain, Yvan Guilbault, Jean-Yves Walsh

(suite page 17)

L'HOTELLERIE

Au
Coeur du
Bourg

RÉSIDENCE POUR
RETRAITÉS AUTONOMES



La Capitale
immobilière MFQ inc.

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

**418-628-8968 ou
www.residences.lacapitale.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

www.restobrasserielegrandbourg.com

CALENDRIER DES ACTIVITÉS - ÉTÉ 2011

DATES	ACTIVITÉS	ENDROITS	RESPONSABLES	
MAI				
02 lu	Club de marche	Cap Tourmente	Réjeanne Michaud	628-1237
04 me	Inscription aux activités	Sous-sol de l'église Saint-Jérôme	Cl. Charbonneau	623-2863
05 je	Déjeuner mensuel	Resto Grill Le Clac	Gaétan Bourbeau	628-5791
06 ve	Bridge	Centre Victor-Lelièvre	Cl. Charbonneau	623-2863
12 je	Atelier vélo	Chalet des Loisirs du Plateau	Claude Fortin	623-5322
13 ve	Bridge	Centre Victor-Lelièvre	Cl. Charbonneau	623-2863
16 lu	Fête des aînés	Arpidrome Charlesbourg		
16 lu	Club de marche	Parc des Chutes-de-la-Chaudière	Réjeanne Michaud	628-1237
17-19	Pétanque (Début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Lisette Côté	627-3546
17 ma	Visite	Musée de la Civilisation	Nicole Letellier	626-5208
18 me	Vélo	Maizerets/Rivière Saint-Charles	Claude Fortin	623-5322
19 je	Voyage	Casino de Charlevoix	Denis Paquet	622-3542
19 je	Tennis (Jitney)	Tennis Maria-Goretti	Yvan Guilbault	628-6359
20 ve	Bridge	Centre Victor-Lelièvre	Cl. Charbonneau	623-2863
20 ve	Souper au homard	Chalet des Loisirs du Plateau	André Leduc	622-2771
24 ma	Golf d'ouverture	Neufchâtel	Nicole Charbonneau	623-2863
24 ma	Visites	Bibliothèque et musées	André Bellemare	627-3730
25 me	Clinique vélo	À déterminer	Claude Fortin	623-5322
26 je	Matinée VADA	Salle La Cité	André Bellemare	627-3730
26 je	Croisière	Valleyfield-Lachine	Ginette Turner	622-7059
27 ve	Golf du mardi(Rencontre)	Chalet des Loisirs du Plateau	Suzanne Bolduc	627-9717
27 ve	Bridge (Fin)	Centre Victor-Lelièvre	Cl. Charbonneau	623-2863
30 lu	Expo aventure	Chalet des Loisirs du Plateau	Cl. Charbonneau	623-2863
30 lu	Club de marche	Marais du Nord	Réjeanne Michaud	628-1237
JUIN				
01 me	Vélo	Maizerets/Piste de Lévis	Claude Fortin	623-5322
02 je	Déjeuner mensuel	Resto Grill Le Clac	Gaétan Bourbeau	628-5791
06 lu	Scrabble (Fin)	Chalet des Loisirs Maria-Goretti	Micheline Dumont	628-4564
06 lu	Lundis PM (Fin)	Chalet des Loisirs du Plateau	Cl. Charbonneau	623-2863
07 ma	Golf	A-1 Val-Bélair	Suzanne Bolduc	627-9717
07 ma	Golf	A-2 Sainte-Pétronille	Denise Beaudry	628-9755
08 me	Golf Baie Saint-Paul	Baie Saint-Paul	Ginette Dufresne	623-4582
13 lu	Club de marche	Domaine Joly de Lotbinière	Réjeanne Michaud	628-1237
14 ma	Golf	A-1 Neufchâtel	Suzanne Bolduc	627-9717
14 ma	Golf	A-2 Val-Bélair	Denise Beaudry	628-9755
15 me	Vélo	Berthier/Saint-François Montmagny	Claude Fortin	623-5322
16-23	Camping	Bromont	Lise Matte	841-3598
21 ma	Golf	A-1 Lac-Sergent	Suzanne Bolduc	627-9717
21 ma	Golf	A-2 Neufchâtel	Denise Beaudry	628-9755
22 me	Golf des Pins	Saint-Alban	Ginette Dufresne	623-4582
26 di	Visite	Auberge Le Baluchon	Ginette Turner	622-7059
28 ma	Golf	A-1 Lac Saint-Joseph	Suzanne Bolduc	627-9717
28 ma	Golf	A-2 Lac Saint-Joseph	Denise Beaudry	628-9755
29 me	Vélo	Sainte-Catherine/Saint-Basile	Claude Fortin	623-5322
30 je	Visite	La Citadelle	Gaétan Bourbeau	628-5791

CALENDRIER DES ACTIVITÉS - ÉTÉ 2011

DATES	ACTIVITÉS	ENDROITS	RESPONSABLES	
JUILLET				
03 di	Croisière	Michel Louvain et Roger Sylvain	Ginette Turner	622-7059
05 ma	Golf	A-1 Donnacona	Suzanne Bolduc	627-9717
05 ma	Golf	A-2 Lac-Sergent	Denise Beaudry	628-9755
06 me	Golf Lac Saint-Joseph	Lac Saint-Joseph	Ginette Dufresne	623-4582
12 ma	Golf	A-1 Sainte-Pétronille	Suzanne Bolduc	627-9717
12 ma	Golf	A-2 Donnacona	Denise Beaudry	628-9755
13 me	Vélo	Saint-Édouard de Lotbinière	Claude Fortin	623-5322
19 ma	Golf	B-1 Val-Bélair	Suzanne Bolduc	627-9717
19 ma	Golf	B-2 Sainte-Pétronille	Denise Beaudry	628-9755
19-22	Vélo	Voyage à Granby	Claude Fortin	623-5322
20 me	Golf Grand-Portneuf	Pont-Rouge	Ginette Dufresne	623-4582
20 me	Concert/Pique-nique	Maison Hamel-Bruneau/Cataraqui	André Bellemare	627-3730
26 ma	Golf	B-1 Neufchâtel	Suzanne Bolduc	627-9717
26 ma	Golf	B-2 Val-Bélair	Denise Beaudry	628-9755
27 me	Vélo	Duchesnay/Saint-Léonard	Claude Fortin	623-5322
28-29	Voyage	Région de l'Outaouais	Gaétan Bourbeau	628-5791
AOÛT				
01 lu	Remise des textes	INFO C.J.R.	Marcelle Fournier	623-0173
02 ma	Golf	B-1 Lac-Sergent	Suzanne Bolduc	627-9717
02 ma	Golf	B-2 Neufchâtel	Denise Beaudry	628-9755
03 me	Golf Laurier	Princeville	Ginette Dufresne	623-4582
09 ma	Golf	B-1 Lac Saint-Joseph	Suzanne Bolduc	627-9717
09 ma	Golf	B-2 Lac Saint-Joseph	Denise Beaudry	628-9755
10 me	Vélo	Tronçon Monk/Saint-Malachie	Claude Fortin	623-5322
11 je	Théâtre d'été	La Roche à Veillon	Gaétan Bourbeau	628-5791
16 ma	Golf	B-1 Donnacona	Suzanne Bolduc	627-9717
16 ma	Golf	B-2 Lac-Sergent	Denise Beaudry	628-9755
16 ma	Golf Thetford	Thetford-Mines	Ginette Dufresne	623-4582
17 me	Golf Mont Adstock	Municipalité d'Adstock	Ginette Dufresne	623-4582
23 ma	Golf	B-1 Sainte-Pétronille	Suzanne Bolduc	627-9717
23 ma	Golf	B-2 Donnacona	Denise Beaudry	628-9755
24 me	Vélo	Beaumont/Saint-Michel-de-Bellechasse	Claude Fortin	623-5322
26 ve	Parution du journal			
31 me	Golf Saint-Laurent	Île d'Orléans	Ginette Dufresne	623-4582
SEPTEMBRE				
01 je	Visite	Parc des Hautes-Gorges	Nicole Letellier	626-5208
07 me	Vélo	St-Rédempteur/St-Agapit ou Île d'Orléans	Claude Fortin	623-5322
08 je	Inscription aux activités	Sous-sol de l'église Saint-Jérôme	Cl. Charbonneau	623-2863
08 ve	Bridge (Début)	Centre Victor-Lelièvre	Cl. Charbonneau	623-2863
12-28	Voyage	Ouest américain	Ginette Turner	622-7059
12 lu	Lundis PM (Début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Cl. Charbonneau	623-2863
12 lu	Scrabble (Début)	Chalet des Loisirs Maria-Goretti	Micheline Dumont	628-4564
14 me	Vélo	Scott/Vallée Jonction	Claude Fortin	623-5322
14 me	Golf Montmagny	Montmagny	Ginette Dufresne	623-4582
21 me	Golf fermeture	Golf Métropolitain	Nicole Charbonneau	623-2863
21 me	Vélo	Moulin Petit-Pré/Cap Tourmente	Claude Fortin	623-5322
25 di	Brunch	Manoir Montmorency	Gaétan Bourbeau	628-5791
28 me	Vélo	Tronçon Monk/Armagh	Claude Fortin	623-5322

IMPÔT SERVICE

POUR UN SERVICE FIABLE ET CONFIDENTIEL
CONFIEZ LA PRÉPARATION DE VOS
DÉCLARATIONS D'IMPÔT À UNE SPÉCIALISTE
DE PLUS DE 25 ANS D'EXPÉRIENCE

RAPPORT INFORMATISÉ

- PARTICULIER
- TRAVAILLEUR AUTONOME
- FRACTIONNEMENT DES REVENUS DE PENSION
- REVENUS LOCATIFS
- SUCCESSION

ENTREVUE POSSIBLE 7 JOURS SUR 7
DE 9H00 À 20H00
SERVICE À DOMICILE DISPONIBLE

Votre conseillère fiscale :
LOUISE JOURDAIN Prop.
418-623-9969

LOUISE.JOURDAIN@SYMPATICO.CA



**Bijouterie
Fortuna**

Tél : 418-627-1445
www.bijouteriefortuna.com



**20% sur Citizen et 15% sur
tout vos achats** sur présentation de
votre carte de membre CJR



**Service de création
et de réparation**



GROUPE VOYAGES QUÉBEC

174 Grande-Allée Ouest, Québec

PROVENCE ET CÔTE D'AZUR , 16 sept. (11 jours, 18 repas, vol : Air Transat)	2549 \$
GRAND TOUR DE CORSE , 16 sept. (12 jours, 20 repas, vol : Air France)	3749 \$
SÉJOUR COSTA DEL SOL , 18 sept. (16 jours, hôtel 4*, 28 repas, vol Transat)	2449 \$
AGROPOLI ET CÔTE AMALFITAINE , 22 sept. (16 jours, 40 repas, vol Transat)	2099 \$
PARIS/FRANCE DE L' OUEST , 22 sept (13 jours, 19 repas, vol : Transat)	3349 \$
PARIS AUBAINE , 23 sept.(9 jours, 14 repas, hôtel centre ville, vol de Québec :Transat)	2049 \$
PARIS ET CHATEAUX DE LA LOIRE , 23 sept. (11 jours, 15 repas, vol : Transat)	2549 \$
GRÈCE ET SES ILES , 25 sept. (16 jours dont 7 nuits de croisière, 30 repas, vol : Transat)	3149 \$
VENISE, FLORENCE, ROME , 24 sept. (9 jours, 12 repas, vol : Transat)	2499 \$
PARIS/LONDRES , 28 sept (13 jours, 14 repas, Eurostar Paris et Londres, vol :Transat)	3049 \$
PARIS ET NICE , 29 sept.(12 jours, 17 repas, TGV entre Paris et Nice, vol : Transat)	2549 \$
BARCELONE , 1 oct. (9 jours, 7 repas, hôtel 4* bien situé, vol : Transat)	1849 \$
ESPAGNE ET PORTUGAL , 2 oct. (16 jours, 28 repas. vol : Air Transat)	3549 \$
VIENNE ET SALZBOURG , 2 oct. (9 jours, 9 repas, vol : Air France)	2599 \$
KENYA ET TANZANIE (safari) , 12 oct. (12 jours, 25 repas, vol : KLM)	4449 \$
VIETNAM FORFAIT PLUS , 31 oct. (25 jours, 62 repas, vol : China Airlines)	4499 \$
PÉLERINAGE, Israel , 1 nov. (13 jours, 22 repas, vol : Swiss Airlines)	3699 \$
VIETNAM CLASSIQUE , 3 nov(18 jours, 41 repas, vol : China Airlines)	3599 \$
PRAGUE A NOEL , 1 déc. (9 jours, 9 repas, vol : Air France)	1499 \$
BERLIN ET MUNICH , 10 oct. (11 jours, 13 repas, vol : Air France)	2499 \$
MARCHÉ DE NOEL À MUNICH , 1 déc. (9 jours, 9 repas, vol : Air France)	1899 \$

CONTACTEZ FRANCE TANGUAY - Tél. : 418-525-6373

(suite de la page 12)

4- TENNIS ÉTÉ 2011

Amis du tennis,

La belle saison nous invite à pratiquer l'un de nos sports favoris. Cette année encore, les terrains du Plateau vous accueilleront les lundis et les mercredis avant-midi ainsi que les jeudis en soirée.

De plus, les amateurs de tennis pourront jouer sur les terrains du Club de tennis Saint-Rodrigue les lundis, mercredis et vendredis de 8 h 30 à 11 h 30. Les personnes intéressées devront payer un montant de 10 \$ au responsable du groupe afin de défrayer le coût d'achat des balles.

Dans tous les cas, il faut être membre d'un club de tennis de l'arrondissement de Charlesbourg.

Pour information :

Saint-Rodrigue :

Nicole et Michel Dorais 418-623-2743

Claude Havard 418-849-8704

Le Plateau :

Pauline Morneau 418-623-5043

Au plaisir de vous voir nombreux

Pauline Morneau, responsable

5- SAISON DE GOLF 2011

GOLF D'OUVERTURE

Cette année le social d'ouverture du golf aura lieu au **Golf 9Châtel** et sera suivi d'un buffet. En cas de pluie, le buffet sera servi à l'heure dite et un droit de jeu sera remis aux participants présents.

Date : Le mardi 24 mai

Heure : 9 h 30 (sujet à changement)

Endroit : Golf 9 Châtel, 10 910, rue Élisabeth II

Buffet : Vers 12 h 30

Coût : 35 \$, golf (9 trous) et buffet

Fernand St-Pierre 418-622-8742

Nicole Charbonneau 418-623-3863, responsables

GOLF DE FERMETURE

La rencontre de fermeture du golf se fera au **Golf Métropolitain**, suivie d'un repas (brochette de poulet). En cas de pluie, le souper aura lieu tel que prévu et un droit de jeu sera remis sur place aux participants.

Date : Le mercredi 21 septembre

Heure : 12 h (sujet à changement)

Endroit : Club de golf Métropolitain,
5136, boul. Chauveau Ouest

Coût : 50 \$, golf (9 trous) et souper

Souper seulement : 25 \$

Fernand St-Pierre 418-622-8742

Nicole Charbonneau 418-623-3863, responsables

JOURNÉES DE GOLF

Bonjour aux golfeuses et golfeurs! Me voilà de retour pour une autre saison de golf. J'espère que les terrains choisis sauront vous plaire.

Au plaisir de vous rencontrer à tous les deux mercredis de l'été avec le soleil au rendez-vous.

1- BAIE-SAINT-PAUL

Date : 8 juin

Endroit : Club de golf de Baie-Saint-Paul

Coût : 37 \$, taxes et voiture motorisée incluses

2- SAINT-MARC-DES-CARRIÈRES (SAINT-ALBAN)

Date : 22 juin

Endroit : Club de golf des Pins

Coût : 78 \$, pour deux personnes, taxes et voiture motorisée incluses

3- LAC SAINT-JOSEPH

Date : 6 juillet

Endroit : Club de golf du Lac Saint-Joseph

Coût : 32 \$, plus taxes

Voiture motorisée : 14 \$ par personne, plus taxes

4- PONT- ROUGE

Date : 20 juillet

Endroit : Club de golf Grand-Portneuf

Coût : 59,50 \$, taxes et voiture motorisée incluses

5- PRINCEVILLE

Date : 3 août
 Endroit : Club de golf Laurier
 Coût : 28 \$

6- THETFORD-MINES

Dates : 16 et 17 août
 Endroit : Club de golf Thetford (16 août)
 Endroit : Club de golf du Mont Adstock (17 août)
 Coût : 270,08 \$, taxes incluses pour deux personnes en occupation double. Le prix comprend deux parties de golf, un souper table d'hôte, un coucher au Comfort Inn, un déjeuner et les pourboires.

7- ÎLE D'ORLÉANS

Date : 31 août
 Endroit : Club de golf Saint-Laurent
 Coût : 39 \$, taxes et voiture motorisée incluses

8- MONTMAGNY

Date : 14 septembre
 Endroit : Club de golf Montmagny
 Coût : 38 \$, taxes et voiture motorisée incluses

Notes :

- Tous les départs sont à compter de 11 h, sauf à Princeville et pour le forfait à Thetford.
- Vous pouvez consulter vos heures de départ sur le site Web de la C.J.R. (www.cjrcharlesbourg.org) le dimanche précédant la journée de golf.
- En cas de mauvaise température, vous pouvez consulter la boîte vocale, à compter de 8 h, pour savoir si l'activité est annulée ou reportée (418-990-0863).
- Pour chaque journée de golf, un dépôt de 5 \$ par personne sera demandé lors de l'inscription pour confirmer votre participation.
- S.V.P., prévoyez arriver au moins ***trente minutes*** avant l'heure de départ indiquée.

Ginette Dufresne 418-623-4582, responsable

6- GOLF DU MARDI

L'été 2011 est à nos portes... Cette nouvelle saison de golf se tiendra sur les parcours suivants: Val-Bélair, Donnacona, Neufchâtel, Lac Saint-Joseph, Sainte-Pétronille et Lac Sergent.

Il sera possible d'acheter un ou deux blocs au coût de 95 \$ chacun pour les 6 parties de 9 trous (taxes incluses). L'horaire sera remis lors de l'inscription.

Bloc A1 et A2 : 7 juin au 12 juillet
 Bloc B1 et B2 : 19 juillet au 23 août
 Inscription : Le mercredi 4 mai

Pour toutes les personnes inscrites, une réunion d'information aura lieu le vendredi 27 mai à 9 h 30 au chalet des Loisirs du Plateau. À ce moment, les horaires de départ de la 1^{re} semaine vous seront remis.

Au plaisir de vous revoir.

Suzanne Bolduc 418-627-9717
Monique Bolduc 418-843-2946
Pauline Morneau 418-623-5043
Denise Beaudry 418-628-9755, responsables

7- PÉTANQUE C.J.R.

L'inscription à la pétanque se fera le mercredi 4 mai au sous-sol de l'église Saint-Jérôme lors de l'inscription aux activités de la C.J.R. La carte de membre en règle est obligatoire.

Comme par les années passées, nous garderons à peu près le même plan d'activité. Les membres de la pétanque nous sont fidèles et ainsi nous partageons agréablement nos soirées.

Le coût sera de 20 \$ pour la saison. Les activités auront lieu les lundis, mardis et jeudis de 18 h 45 à 21 h sur les

terrains des Loisirs du Plateau de Charlesbourg (Parc Maurice-Dorion). Les nouveaux membres joueront les jeudis.

La Fête des aînés ayant lieu le 16 mai, nous débiterons notre saison le mardi 17 mai à 18 h 45, si la température est favorable, sinon la semaine suivante. Les premières semaines nous terminerons vers 20 h.

Les membres du comité, Lisette Côté, Raymond Blanchette, Bibiane Lemieux et Gilles Roy, seront vos animateurs chaque soir pour la saison à venir. Nous espérons vous voir en grand nombre et au plaisir de vous rencontrer!

Lisette Côté 418-627-3546, responsable

8- CAMPING DE LA C.J.R. DU 16 AU 23 JUIN 2011

Bienvenue à tous nos amis campeurs.

Pour le camping 2011, nous avons pensé à camper plus au sud, ce qui nous permettra d'avancer notre saison.

Dates : 16 au 23 juin 2011
 Endroit : Camping Parc Bromont
 24, rue Lafontaine
 Bromont, Québec, J2L 2S9
 Téléphone : 450-534-2712
 Télécopieur : 450-534-0327
 Courriel : info@campingbromont.com
 Coût : 161 \$ plus taxes pour 7 nuits avec 3 services. Étant hors saison, ce tarif n'est pas très dispendieux.

Nous aurons un terrain en surplus pour installer nos abris, ce qui nous permettra de souper tous ensemble. Après le souper, pétanque pour ceux qui le désirent, le tout suivi d'un feu de camp pour terminer notre journée.

Vous aurez à votre disposition : piscine chauffée, mini-golf, jeux de fer, pétanque... En outre, à proximité, piste cyclable, 4 terrains de golf, théâtre d'été ainsi que le zoo de Granby.

Pour vos réservations, nous serons disponibles lors de la journée d'inscription du 4 mai prochain. Au plaisir de se revoir.

Louise Turcotte

Lise Matte 418-841-3598, responsables

9- CLUB VÉLO DE LA C.J.R.



La belle saison de vélo est enfin arrivée. Vite! Préparez vos vélos! Que l'on se mette en forme! Cette année votre club vous propose un calendrier de 12 sorties, toujours la formule d'un mercredi aux deux semaines. Six de ces sorties seront dans la ville et ses alentours et six du côté de la Rive-Sud. Si la température nous force à annuler une sortie, vous en serez avisés par courriel et par la boîte vocale de la C.J.R. le matin même. Si possible, elle sera reprise le mercredi suivant sauf pour la première. Pour notre voyage à l'extérieur, du 19 au 22 juillet 2011, nous roulerons dans la région de Granby.

L'inscription-vélo pour la saison 2011 au coût de 15 \$ se fera lors de l'inscription aux activités de la C.J.R. du **mercredi 4 mai** au sous-sol de l'église Saint-Jérôme situé au 6350, 3^e Avenue Est.

L'atelier vélo qui se tiendra **le jeudi 12 mai à 13 h 30**, au chalet des Loisirs du Plateau vous permettra entre autres, de connaître les détails des sorties et du voyage à l'extérieur et pour les nouveaux membres d'être renseignés sur tout ce qui touche les sorties vélo. Si votre décision est prise, vous pourrez déjà vous inscrire à ce voyage.

Notre première sortie de la saison est prévue pour **le mercredi 18 mai**. Par ailleurs, si vous désirez améliorer certaines techniques de vélo dont celle de gravir les côtes sans fournir aucun effort (parole de certains cyclistes chevronnés), venez nous rencontrer à la randonnée spéciale du mercredi 25 mai qui se vaudra une clinique vélo.

Les randonnées varient entre 35, 55 kilomètres ou plus, selon votre choix de groupe : rapide, intermédiaire ou relax. La vitesse est aussi différente pour chacun des groupes.

Nous vous invitons à venir rouler dans un cadre sécuritaire, découvrir de beaux réseaux cyclables et sociabiliser avec des passionnés du vélo et de la nature, tout en améliorant votre cardio.

Note : La photo a été prise lors du soulèvement des 5 années d'implication de Lise Matte dans différentes activités. Le gens du groupe vélo, que vous pouvez voir sur la photo, ont participé à cette soirée afin de souligner son implication dans le comité d'administration du club vélo. Bravo et merci Lise.

Votre Comité de vélo 2011

Jean Deslauriers, Vice-président
Edith Vachon, Secrétaire
Gérald Bacon, Trésorier
Léo Vidal, Resp. des encadreurs
Louise Gelly, 418-657-5678
 Resp. accueil-communication
Andrée Girard, 418-622-3200
 Adj. accueil-communication

Claude Fortin 418-623-5322 Président, responsable

10- CLUB DE MARCHÉ

Les marches ont lieu le lundi à toutes les deux semaines pour une durée d'environ deux heures, soit 8 km. 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 : repas, droits d'entrée, transport en autobus ou autre. Il faut un minimum de 35 personnes pour qu'une activité requérant un autobus ait lieu.

Coût : 5 \$ l'inscription pour l'année jusqu'au 31 décembre 2011
 2 \$ par sortie pour les non membres du club de marche (n.m.m.)

Programmation Printemps-été 2011 :

2 mai (9 mai) Réserve du Cap-Tourmente.
 Facile à intermédiaire. Autobus. Droit d'entrée. Dîner sur place.

16 mai Parc des Chutes-de-la-Chaudière. (Dans le cadre de la Fête des aînés de Charlesbourg). Départ de l'Arpidrome de Charlesbourg à 13 h.

Important : Avoir son laissez-passer pour entrer dans l'autobus.

Chaque groupe aura une personne qui ouvrira la marche et une autre la fermera. Être bien chaussé, collation et bouteille d'eau.

Si pluie abondante, l'activité n'aura pas lieu, le laissez-passer servira pour le souper.

30 mai (6 juin) Marais du Nord. Randonnée facile. 2 heures.
 Horaire habituel. Covoiturage à 9 h. Départ de la marche à 9 h 45.

13 juin (20 juin) Domaine Joly de Lotbinière.
 Forfait Patrimoine et Nature.
 Départ de l'église Sainte-Cécile à 9 h en autocar.

En matinée, visite de l'église Saint-Louis-de-Lotbinière avec guide. Durée d'environ 1 heure.

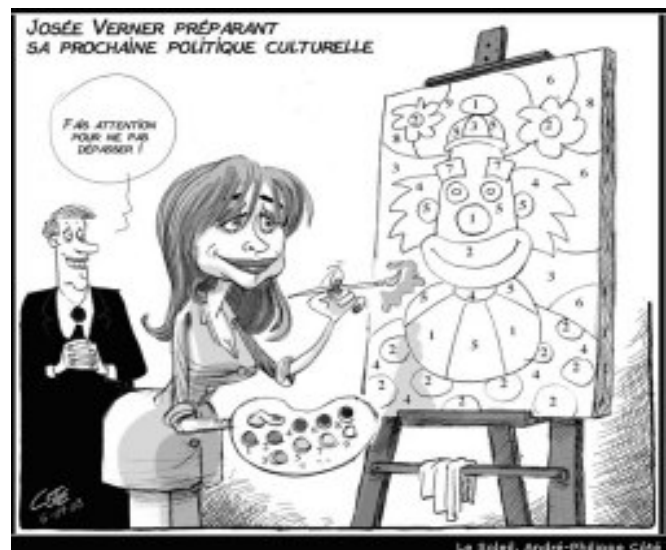
Dîner dans un restaurant (à déterminer).

En après-midi, visite du manoir et des jardins avec guide.

Départ du Domaine à 15 h.

Le comité de la programmation des activités du club de marche vous souhaite un bel été. Revenez-nous en forme au mois de septembre.

Réjeanne Michaud 418-628-1237, responsable



Section VII

VOYAGES



Gaétan Bourbeau

1- MISE AU POINT CONCERNANT LES VISITES ET VOYAGES



Lorsque nous organisons des visites ou voyages, nous devons prendre des arrangements avec les agences de voyage ou avec les responsables des endroits à visiter qui fixent les modalités de remboursement que nous devons respecter. Nous fixons des dates limites où nous devons les aviser de la tenue de l'activité. La politique en vigueur à la C.J.R. exige qu'une activité ne doit pas être déficitaire à moins que le conseil d'administration ne l'autorise. Alors, il est important que les membres intéressés à une activité s'enregistrent le plus rapidement possible.

Le conseil d'administration

2- COMITÉ DES VOYAGES

Lors de la dernière assemblée générale, j'ai pris la responsabilité du secteur des voyages en remplacement de Ginette Turner. Ginette fait toujours partie du comité et je la remercie pour sa disponibilité. Ce comité a pour tâche de vous proposer des sorties et des voyages qui sauront vous plaire. Si des personnes désirent se joindre à notre comité, elles sont les bienvenues.

Gaétan Bourbeau

3- CROISIÈRE VALLEYFIELD-LACHINE

Le populaire M/S Jacques-Cartier vous convie à l'une de ses plus agréables croisières. Entourés d'un équipage chevronné, le capitaine Luc Harvey et son fils François vous feront découvrir tout le charme du Saint-Laurent dans sa partie située entre Lachine et Salaberry-de-Valleyfield.

Durant la croisière, vous découvrirez le fleuve tant dans son aspect sauvage que dans la partie domestiquée par l'homme. Vous passerez dans les deux écluses de

Beauharnois. Une fois parvenu au lac Saint-Louis, le navire emprunte un chenal dragué d'une longueur de 19,3 km pour atteindre l'écluse inférieure de Beauharnois, à l'extrémité ouest du lac. Cette écluse permet de contourner la centrale de l'Hydro-Québec et de soulever le navire de 12,5 mètres.

Date : Le jeudi 26 mai

Prix : 169 \$ (174 \$ non membre). Ce prix comprend le transport en autocar de luxe, la collation sur le bateau, le dîner à l'Hôtel Plaza de Valleyfield, le souper à bord du bateau, la croisière, l'entrée dans les écluses, la musique, l'animation, la narration, la danse, les taxes et les pourboires.

Note : Des places dans le deuxième autobus sont encore disponibles.

Ginette Turner 418-622-7059, responsable

4- CROISIÈRE MICHEL LOUVAIN ET ROGER SYLVAIN

Départ en direction de Trois-Rivières. Embarquement sur le M/V Louis-Joliet pour une croisière sur le fleuve Saint-Laurent entre Trois-Rivières et Québec en compagnie de Michel Louvain et de Roger Sylvain interprétant leurs meilleurs succès. Dîner à bord du bateau. Souper au retour à Québec.

Date : Le dimanche 3 juillet

Prix : 175 \$ (180 \$ non membre). Ce prix comprend le transport en autocar de luxe, 2 repas, les activités au programme, le service d'un accompagnateur, les taxes et les pourboires.

Note : Une vingtaine de places sont encore disponibles.

Ginette Turner 418-622-7059, responsable

5- VISITE DE LA CITADELLE ET DE LA RÉSIDENCE OFFICIELLE DU GOUVERNEUR GÉNÉRAL DU CANADA

Date : Le jeudi 30 juin

Départ à 8 h 15 du stationnement de l'église Sainte-Cécile en direction de l'enceinte de La Citadelle, emplacement le plus visité de Québec. Les guides nous feront visiter les principaux bâtiments se trouvant à l'intérieur de cet ouvrage défensif dont la Redoute du Cap-aux-Diamants.

Ensuite, nous nous rendrons à la résidence du Gouverneur Général qui surplombe le fleuve Saint-Laurent, laquelle sert de seconde résidence officielle du représentant de la Reine. Nous parcourons les différentes pièces et salles où sont accueillis les dignitaires.

Après avoir assisté à la Relève de la garde, toujours appréciée des touristes, nous nous dirigerons au Musée Royal 22^e Régiment pour la visite guidée des lieux.

Après le dîner pris dans un restaurant de la Grande Allée, nous nous dirigerons à La maison de la Découverte située à proximité du Manège Militaire pour vivre 400 ans de notre histoire dans une exposition multimédia appelée Odyssée.

Le retour à Charlesbourg est prévu vers 16 h 30.

Coût : 25 \$ (27 \$ non membre), incluant le transport, les visites guidées, les taxes et les pourboires. Le repas du midi est à vos frais (environ 15 \$).

Inscription : Le mercredi 4 mai

Gaétan Bourbeau 418-628-5791, responsable

6- SÉJOUR DANS LA RÉGION DE L'OUTAOUAIS

Dates : 28 et 29 juillet

Départ à 7 h du stationnement de l'église Sainte-Cécile en direction de l'Outaouais. En après-midi, nous visiterons le Marché By, l'un des plus vieux et magnifiques marchés publics. Dîner libre sur place. Ensuite, nous nous dirigerons au Domaine Mackenzie-King situé au cœur du Parc

de la Gatineau pour y effectuer la visite guidée du site. Après s'être installés à l'hôtel, nous ferons route vers Masson-Angers à La Ferme Rouge pour le souper suivi d'une soirée de chants et de danses qui sauront vous charmer.

Le vendredi 29 juillet, après le déjeuner inclus au forfait, l'autocar nous conduira à Chelsea pour faire une excursion inoubliable de cette région avec le train à vapeur Wakefield-Hull. Vous découvrirez ce paysage enchanteur, accompagnés de guides et de musiciens. Un arrêt est prévu pour dîner et visiter cette localité.

Retour vers 22 h 30 à Charlesbourg. Un arrêt est prévu à Saint-Hyacinthe pour le souper.

Coût : 282 \$ par personne en occupation double (287 \$ non membre). Ceci comprend le transport en autocar de luxe, le service d'un guide-accompagnateur, les visites guidées des différents sites, la randonnée en train, quatre repas ainsi que toutes les taxes et les pourboires.

Un minimum de 40 personnes est requis pour que l'activité se réalise.

Des informations additionnelles seront disponibles sur place.

Inscription : Le mercredi 4 mai

Gaétan Bourbeau 418-628-5791, responsable

7- CASINO DE CHARLEVOIX

Date : Le jeudi 19 mai

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

9 h 20 Arrêt aux Galeries Charlesbourg, 4250, 1^{re} Avenue, près du restaurant Le Buffet des Continents

Un arrêt est prévu à Baie-Saint-Paul

20 h Départ du Manoir Richelieu

22 h Arrivée à l'église Sainte-Cécile

Coût : 30 \$, incluant le transport en autocar de luxe, le souper « Buffet », les taxes et les pourboires et 5 \$ en crédit-casino.

Denis Paquet 418-622-3542, responsable

8- CROISIÈRE DANS LE PARC NATIONAL DES HAUTES-GORGES

Date : Le jeudi 1^{er} septembre

Départ à 11 h du stationnement de l'église Sainte-Cécile en direction de la région de Charlevoix. À l'arrivée au Parc National des Hautes-Gorges, dîner libre à la station touristique de l'endroit. Apportez votre lunch ou service de restauration sur place. En après-midi, embarquement sur le bateau-mouche pour une croisière commentée d'une durée d'une heure et demie sur la rivière Malbaie. Ne pas oublier votre caméra pour garder un souvenir de ce petit coin de paradis.

Le souper est prévu à La Maison du Bootlegger située à Saint-Agnès. Au cours du repas, vous serez invité à visiter cette célèbre maison et à revivre son histoire clandestine durant la période de la prohibition. Un chansonnier vous accompagnera tout au long de la soirée.

Le retour à Charlesbourg est prévu pour minuit.

Coût : 156 \$ (161 \$ non membre), incluant le transport en autocar de luxe, le service d'un guide-accompagnateur, la croisière commentée à travers les Hautes-Gorges, la visite guidée de la Maison du Bootlegger, le souper, les taxes et les pourboires.

Inscription : Le mercredi 4 mai

Note : Un minimum de 40 personnes est requis pour que l'activité se réalise.

Nicole Letellier 418-626-5208, responsable

9- BALADE À BORD DU TRAIN TOURISTIQUE DE CHARLEVOIX

Date : Le samedi 15 octobre

Départ à 9 h 30 du stationnement de l'église Sainte-Cécile en direction de la Malbaie. Après le dîner, deux visites guidées sont au programme : le Musée de Charlevoix qui vous offre une vision rapprochée du vaste panorama patrimonial de la région et la Forge-Menuiserie Cauchon, qui a reçu le prix régional du tourisme québécois de l'année 2009. Nous vous ferons connaître l'histoire de ce métier dans les années 1800 et du début du 20^e siècle.

À la fin de l'après-midi, nous embarquerons à bord du nouveau train touristique de Charlevoix en direction de Québec. Souper gastronomique et animation. À la gare du Palais, nous reprendrons l'autocar pour Charlesbourg.

Coût : 250 \$ (255 \$ non membre), incluant le transport en autocar de luxe, le service d'un guide-accompagnateur, les deux visites guidées, la balade commentée à bord du train touristique, deux repas, les taxes et les pourboires.

Inscription : Le mercredi 4 mai

Note : Un minimum de 40 personnes est requis pour que l'activité se réalise.

Gaétan Bourbeau 418-628-5791, responsable

*Pour être riche il ne faut pas payer les vieilles dettes ...
quant aux nouvelles il faut les laisser vieillir.*

*La passion sans l'amour est la chose qui s'émousse le plus vite au monde ...
L'amour sans la passion aussi.*

Ne remets jamais à demain ce que tu peux faire faire aujourd'hui par un autre.

Rien ne sert de courir il faut partir à point ... ou prendre sa voiture.

*Les cimetières sont peuplés de gens irremplaçables ...
et les parlements de gens à remplacer.*

Section VIII

INFORMATIONS SUR LES AUTRES ORGANISMES

1- CORPORATION DES LOISIRS
DU PLATEAU

Notre grande fête de la famille s'est déroulée dans le cadre de « Plaisirs d'Hiver » le 30 janvier dernier et a connu un franc succès. Le tout fut agrémenté par de nouveaux jeux gonflables, de glissades et de parties de hockey. Le Bonhomme Carnaval fit une courte visite au grand plaisir de tous. Nos élus furent également de la partie. La Barbe à Papa a été la plus populaire auprès des jeunes.

La Planque est maintenant mieux adaptée pour accueillir une centaine de jeunes à l'occasion du programme « Vacances-Été ». Une nouvelle grande salle est maintenant disponible pour la location de certaines activités.

Madame Marie-Christine Crête-Cyr, coordonnatrice du Plateau depuis maintenant trois ans, a su mener à bien l'ensemble des activités de notre Corporation. Un merci bien spécial à tous ceux qui collaborent au succès de nos activités.

Nous désirons féliciter Claude Charbonneau qui fut réélu à titre de président de la C.J.R. lors de l'assemblée générale de février dernier.

Pensez aux activités extérieures et inscrivez-vous à celles qui vous intéressent : basket, volley-ball, hockey-boule, soccer, tennis, pétanque... Voir la programmation des Loisirs 2011.

Le samedi 28 mai, nous organisons un **Marché aux Puces** qui aura lieu sur le terrain de stationnement nord de l'église Sainte-Cécile de 8 h à 15 h. Il en coûtera seulement 15 \$ pour réserver une table au **418-624-7220**. Le nombre de tables est limité. En cas de pluie, le tout se tiendra au gymnase de l'école l'Escale située à proximité de nos terrains. Cette année, le tout est organisé en collaboration avec la troupe de chant et de danse Esplamago de l'école l'Escale-du- Plateau.

Je vous invite à participer en grand nombre aux activités proposées.

Participons ensemble!

Errol Fortin, Président

2- CENTRE D'AIDE ET D'ACTION
BÉNÉVOLE DE
CHARLESBOURG

Le Centre d'aide et d'action bénévole de Charlesbourg (CAABC) vous invite à la 13^e édition de son déjeuner bénéfice annuel. Cette 13^e édition, ayant pour thématique « Les bénévoles changent tout! », est sous la présidence d'honneur de monsieur Patrick Huot, Député de Vanier à l'Assemblée nationale du Québec.

Le déjeuner se tiendra le vendredi 6 mai, au Restaurant Le Grand Bourg situé au 8500, boul. Henri-Bourassa, arrondissement de Charlesbourg, de 7 h à 9 h. Annuellement, au-delà de 300 personnes assistent à cette activité d'autofinancement. Vous pouvez vous procurer des billets au coût de 10 \$, en communiquant avec le CAABC au 418-622-5910.

Votre présence serait grandement appréciée et aiderait le CAABC à continuer d'améliorer la qualité de vie des plus démunis de la communauté, à supporter ses 66 organismes membres et à soutenir les personnes désireuses de s'engager dans l'action bénévole.

3- VILLE-AMIE DES AÎNÉS
(VADA)

LA FÊTE DES AÎNÉS DE CHARLESBOURG, C'EST UNE OCCASION :

- ❖ De vivre des moments agréables
- ❖ De participer à une activité festive
- ❖ De se faire de nouvelles amitiés
- ❖ De démontrer la fierté et le dynamisme de la communauté aînée de Charlesbourg
- ❖ D'avoir du plaisir !

Viens te joindre à nous le 16 mai prochain pour la fête des aînés de Charlesbourg !

Information : 418-641-6401, poste 3476

Pierre Vallée

Conseiller au projet Ville-Amie Des Aînés

4- LES AÎNÉS DU TRAIT-CARRÉ

Le club FADOQ « Les Aînés du Trait-Carré » tiendra son assemblée



générale le vendredi 20 mai à 19 h 30 à la salle Pierre-Garon située au 748, boul. Louis-XIV. La soirée commence par un souper à 17 h 30 et se poursuit avec la danse vers 20 h 30.

Une épiluchette aura lieu le jeudi 11 août au local du club.

Pour toute information, contacter le président Jean-Marie Fréchette au 418-626-9592 ou appeler au local au 418-624-7744, les mardis et les jeudis de 13 h à 16 h.

Jean-Marie Fréchette, Président

5- PATRO Charlesbourg

DÉJEUNER BÉNÉFICE ANNUEL DU CYCLO-PATRO AU PROFIT DU PATRO DE CHARLESBOURG

Le comité du Cyclo-Patro tiendra le vendredi 27 mai de 6 h 30 à 9 h, à la Brasserie Le Grand Bourg, le traditionnel déjeuner bénéfique au profit du Patro de Charlesbourg.

Il n'en coûte que 10 \$ pour participer à l'événement et les cartes sont disponibles au secrétariat du Patro, auprès des employés ainsi qu'à la Brasserie Le Grand Bourg le matin du 27 mai.

Comme chaque année, les employés du Patro déploieront leurs talents de restaurateurs de concert avec l'équipe de monsieur Jean-Pierre Harvey du Grand Bourg. Ils cuisineront les petits déjeuners, serviront aux tables et prépareront le café.

Ce déjeuner est l'heureuse initiative du comité du Cyclo-Patro composé d'anciens qui ont à cœur la poursuite de l'œuvre du Patro. Le comité organisateur entend amasser à cette occasion une somme de 5000 \$ pour soutenir et financer les activités du Patro.

Karine Beaulieu

**Maintenant ouvert
7 jours sur 7!**



Centre funéraire de Charlesbourg - 7335, boulevard Henri-Bourassa

Nous sommes différents...

**Nos valeurs sont la solidarité,
le respect, l'entraide, la justice,
l'équité, la transparence, la démocratie**

**Nos prix sont justes, car nous ne
sommes pas à la recherche de profits**

**Nos conseillers sont respectueux
de vos besoins et de votre budget
et ils ne vous mettent aucune pression,
car ils ne sont pas payés à commission**

**Notre approche est humaine
et professionnelle**

Nous sommes une coopérative...



**COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DES DEUX RIVES**

418 688-2411

www.coopfuneraire2rives.com
residence@coopfuneraire2rives.com

Section IX

DIVERS

1- ASSURANCES LA CAPITALE

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. Ceci ne vous engage à aucune obligation. La C.J.R. reçoit un montant compensatoire lorsque qu'un membre signe un contrat avec cette compagnie d'assurances.

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

2- LES GRANDS EXPLORATEURS

Amateurs de voyages et de grands reportages, durant la saison 2011-2012, vous pourrez assister à une saison de sept conférences incluant le Hors-Série Classique avec projection à la salle Albert-Rousseau ou au Grand-Théâtre de Québec ou encore au Cégep de Lévis-Lauzon.

Vous visiterez successivement Paris, Tombouctou, les Marquises, le Venezuela, l'Inde, la Nouvelle-Zélande et le Hors-Série Classique « les États-Unis ». Vous pouvez aussi ajouter à votre abonnement le Hors-Série Découverte « L'Indochine ».

Vous économiserez en vous abonnant au tarif Ambassadeur qui est inférieur au tarif des Aînés. Vous recevrez vos billets à l'avance et vous serez assuré d'avoir toujours le même siège. Pour les nouveaux abonnés, il est préférable de s'inscrire le plus tôt possible afin d'avoir un meilleur choix de sièges.

Pour plus de détails concernant la présentation des films ainsi que le prix des abonnements, je serai disponible lors de l'inscription du mercredi 4 mai. Ce sera la dernière journée pour renouveler votre abonnement si vous désirez conserver votre siège.

Denis Paquet 418-622-3542, responsable

3- MARCHE DE LA MÉMOIRE

Je vous transmets cette invitation de la **Marche de la Mémoire** à laquelle je participe chaque année en souvenir de ma mère qui a été atteinte de cette terrible maladie.

La Marche de la mémoire a déjà 5 ans ! 5 ans que nous nous rassemblons à la fin du mois de mai pour supporter les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et leurs proches. 5 ans que nous marchons dans le but d'offrir à ces gens soutien et surtout, espoir. 5 ans, je crois que l'on peut maintenant appeler ça une tradition !

Le 29 mai prochain, j'invite les membres de la C.J.R. à venir marcher avec nous afin de perpétuer ce rendez-vous annuel qui permet à toutes les Sociétés Alzheimer de la province de poser des actions concrètes et essentielles afin de soutenir les personnes touchées par cette maladie. La marche a lieu sur les Plaines et la Grande-Allée (3 à 5 km.). Un stationnement est prévu et au retour, un lunch.

Vous pouvez vous inscrire en consultant le site suivant : www.societealzheimerdequebec.com à l'item : La Marche de la mémoire ou en composant le 418-527-4294, poste 6. C'est une belle activité qui contribue à l'avancement de la recherche.

Andrée Girard

4- SALON DES GÉNÉRATIONS DE QUÉBEC

Cette année, le Salon aura lieu au cours de la fin de semaine du 13 au 15 mai au Centre de Foires situé sur le site d'ExpoCité. Cet événement présente au-delà de 150 exposants, des conférences sur des sujets qui intéressent les aînés soit la santé, les finances et les loisirs ainsi que des prestations d'artistes de renom. L'entrée est gratuite.

Nous sommes ici-bas pour rire.

Nous ne le pourrons plus au purgatoire ou en enfer.

Et, au paradis, ce ne serait pas convenable.

Jules Renard, extrait de son Journal

Des rabais exclusifs : c'est réglé.



Recevez jusqu'à 12 % de rabais additionnels sur vos assurances automobile, habitation et véhicules récréatifs.

Obtenez une soumission :

1 800 322-9226
lacapitale.com



CONCOURS



Demandez une soumission et courez la chance de gagner un voyage d'une valeur de **7 500 \$**
Détails et règlement sur lacapitale.com/concoursgrupee



Compagnie
des journaliers retraités (CJR)
du plateau de Charlebois



La Capitale
Assurances générales

Cabinet en assurance de dommages



CHEZ NOUS,
ON SAIT PRÊTER
MAIN-FORTE.

UNE **FORCE** QUI NOUS **RASSEMBLE**,
UNE CAISSE QUI NOUS **RESSEMBLE**

 **Desjardins**
Caisse populaire
de Charlesbourg

Téléphone : 418-626-1146
www.desjardins.com/caisse-charlesbourg

