



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

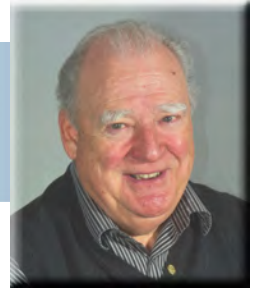
Volume 16 - No 1

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

SEPTEMBRE 2013

Section I

MOT DU PRÉSIDENT



Claude Charbonneau

C'est avec plaisir et enthousiasme que je m'adresse à vous. Nous travaillons avec détermination pour améliorer le bon fonctionnement de notre organisation et surtout pour en faire un milieu accueillant, ouvert, chaleureux et inclusif de même qu'un lieu où il est plaisant et agréable de se rencontrer.

Nous avons adopté le 1^{er} août la politique sur le « *vieillessement actif dans la dignité* » après consultation des administrateurs et des responsables d'activité en mai 2013. Cette politique a pour but de permettre à toute personne de demeurer active et intégrée au sein des activités offertes par la C.J.R. L'approche inclusive est un défi majeur pour notre organisation qui ne doit pas perdre de vue sa mission, ses objectifs et qui, dans cette démarche, doit tenir compte de ses forces et de ses limites. Elle s'adresse à tous les membres sans exception. Afin d'assurer la réussite de l'implantation de cette politique, le conseil d'administration a formé le comité « Vieillessement actif dans la dignité » dont Jean-Guy Lebel, Pierre Lapointe et Denise Beaudry font partie. De plus, il compte sur la contribution primordiale des responsables d'activité et la collaboration de tous.

La C.J.R. fonctionne grâce à la contribution de 200 bénévoles : 13 administrateurs, 94 responsables d'activité et leur équipe et 99 autres bénévoles compte tenu que certains y contribuent à plus d'un titre. La C.J.R. doit valoriser et mieux soutenir l'action de ses bénévoles surtout celle des responsables d'activité. Nous avons adopté le 1^{er} août le plan d'action sur la valorisation de nos bénévoles.

Nous avons adopté également le 1^{er} août, pour souligner le 20^e anniversaire de la C.J.R., la tenue d'un souper avec quatre services le 18 octobre 2014, au sous-sol de l'église Notre-Dame-des-Laurentides et de limiter la contribution des participants à 35 \$. Pour assurer le financement des activités du 20^e anniversaire, le conseil d'administration a décidé qu'à compter du 1^{er} septembre 2013, la cotisation annuelle passera de 15 \$ à 20 \$ pour les membres résidents

de la Ville de Québec et de 22,50 \$ à 25 \$ pour les non résidents.

Si je considère les activités de l'été 2013, les observations que j'ai reçues sont très positives pour l'ensemble des activités et tous les participants semblent très satisfaits. Le jeudi 5 septembre, nous vous invitons à venir vous inscrire aux activités de la saison de l'automne 2013 de **10 h 30 à 12 h** au sous-sol de l'église Saint-Jérôme. Le tout sera suivi d'un léger repas que nous souhaitons partager avec vous.

À l'automne, le comité « Milieu de vie » vous invite à participer aux Lundis PM à compter du 9 septembre. Il convie personnellement les nouveaux membres à une rencontre à 18 heures, le 22 novembre au chalet des Loisirs du Plateau pour faire connaissance, répondre à leurs questions et fraterniser ensemble. Le tout sera accompagné d'un lunch.

Le samedi 21 décembre à 17 heures, au sous-sol de l'église Saint-Jérôme, nous vous invitons à un rassemblement festif pour célébrer Noël. Nous comptons sur votre participation active pour faire de ce rassemblement un grand succès.

Il est important que la C.J.R. demeure un milieu chaleureux ouvert aux autres, aux changements et aux réalités nouvelles. Je fais appel à l'expertise, à la créativité et à l'engagement de chacun pour qu'ensemble, nous trouvions les solutions constructives qui permettront à nos membres de vieillir actifs dans la dignité et de contribuer ainsi au mieux-être de notre communauté.

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

Claude Charbonneau, Président

Section II

ADMINISTRATION

1- MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION ANNÉE 2013-2014

Claude Charbonneau, Président phillipe@sympatico.ca	418-623-2863
Hélène Beaulieu, Vice-présidente helenebeaulieu@hotmail.ca	418-628-1106
Jean-Guy Lebel, Secrétaire jeanguylebel@hotmail.com	418-626-2440
Jean-Louis Gilbert, Trésorier gilbertjl@hotmail.com	418-626-8736
Jean Deslauriers, Registraire mopettex@hotmail.com	418-624-4691
Louis Paquet, Registraire-adjoint louis.paquet@videotron.ca	418-626-3696
André Bellemare, Coordonnateur Activités culturelles adbell@videotron.ca	418-627-3730
Jean Bédard, Coordonnateur Activités physiques et sportives bedjean@sympatico.ca	418-872-7689
Pierre Lapointe, Adjoint-Activités sportives zalupi@hotmail.com	418-666-7845
Georgette Baril, Coordonnatrice Activités sociales georgette.baril@videotron.ca	418-626-7454
Yolande Plante, Adjointe-Activités sociales yolandeplante@videotron.ca	418-407-6492
Gaéтан Bourbeau, Responsable Voyages cbourbeau@videotron.ca	418-628-5791
Gérard Bélanger, Administrateur gerardbelanger@videotron.qc.ca	418-621-5025

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@bell.net	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
Gaéтан Bourbeau cbourbeau@videotron.ca	418-628-5791
Georgette Baril georgette.baril@videotron.ca	418-626-7454

SOMMAIRE

SECTION	PAGES	SECTION	PAGES
I- Mot du président	1	VI- Activités sociales	16
II- Administration	2	Calendrier des activités	18 et 19
III- Aînés et activités communautaires	6	VII- Santé, plein air et activités sportives	22
IV- Milieu de vie	8	VIII- Voyages	26
V- Activités culturelles et éducatives	10	IX- Informations sur les autres organismes	32
		X- Divers	33

3- UNE FOIS TOUS LES DIX ANS

Il y a malheureusement des réalités de la vie auxquelles nous, pauvres humains, ne pouvons pas échapper. C'est ainsi que nous voyons le coût de la vie augmenter bien plus souvent que nous ne le voyons diminuer.

Comme vous le savez peut-être, la C.J.R. fait tout en son possible pour fournir des services à ses membres à des prix qui soient les plus bas possible. Comme vous le savez peut-être aussi, la C.J.R. n'a pas augmenté sa cotisation annuelle depuis plus de dix ans, soit à l'occasion de son 10^e anniversaire alors qu'elle fut majorée de 10 \$ à 15 \$.

Or, nous allons fêter notre 20^e anniversaire en 2014. Et devinez quoi? Eh bien oui! Nous allons faire comme en 2002 et augmenter la cotisation. Il y aura en effet des coûts supplémentaires à absorber pour célébrer cet anniversaire de manière intéressante, de sorte que le conseil d'administration a décidé de porter la cotisation de 15 \$ à 20 \$ pour les résidents de la Ville de Québec et à 25 \$ pour les non résidents de la Ville de Québec qui paient actuellement 22,50 \$.

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

4- MOT DU REGISTRAIRE

Pour permettre à la C.J.R. de mieux informer ses membres, nous vous demandons lors de votre renouvellement de nous fournir votre adresse courriel. Afin d'améliorer le service, un formulaire sera à votre disposition lors de la journée d'inscription du 5 septembre prochain ou au moment de votre inscription au local lors des Lundis PM.

Vous devez obligatoirement avoir effectué ce renouvellement pour pouvoir vous inscrire à une activité de 2013. Vous pouvez également vous inscrire ou réactiver votre carte dès **10 heures** le 5 septembre prochain. Les préposés aux inscriptions vous demanderont de présenter votre carte de membre pour fin de validation. Pour les résidents de la ville de Québec, le coût sera de 20 \$ pour l'année civile du début janvier à la fin décembre et pour les **nouveaux membres non résidents** de la ville de Québec, il sera de 25 \$. Des frais supplémentaires de 2 \$ sont demandés pour remplacer une carte perdue.

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 aussi utiliser l'adresse suivante : cjr.registraire@hotmail.com . Un accusé de réception vous sera envoyé. Vous pouvez aussi appeler au 418-624-4691 ou venir me rencontrer lors des Lundis PM.

Jean Deslauriers, Registraire

Louis Paquet, Registraire-adjoint

5- RENOUELEMENT DE LA CARTE DE MEMBRE

Selon la politique 8, article 7.1.4, un membre en règle est celui qui a acquitté sa cotisation annuelle qui est valable du 1^{er} janvier de l'année en cours au 31 janvier de l'année suivante. Tout membre en règle peut renouveler sa carte de membre à la C.J.R. sans avoir à répondre à de nouvelles conditions.

Le nouveau membre qui adhère à la C.J.R. entre le 1^{er} septembre et le 31 décembre est membre en règle jusqu'au 31 décembre de l'année suivante. Les membres en règle ont jusqu'au 31 janvier de l'année suivante pour renouveler leur adhésion à la C.J.R.

Pour s'inscrire à une activité prévue pour les membres, celui-ci doit être membre en règle, c'est-à-dire avoir renouvelé sa carte.

Le conseil d'administration

6- SUGGESTION D'ACTIVITÉS

Les membres qui désirent émettre des idées pour organiser de nouvelles activités ou s'impliquer dans une activité peuvent communiquer avec un des coordonnateurs de la C.J.R.

7- 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.

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

9- 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)

10- RAPPEL SUR L'APPLICATION DE 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 sauf si le responsable de l'activité a déjà pris des engagements avec un fournisseur.

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 sauf si le responsable de l'activité a déjà pris des engagements avec un fournisseur.

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.

Les activités organisées par l'entreprise d'une agence de voyage et payées par des membres à la C.J.R., ne sont pas remboursées lorsque le forfait annoncé a déjà été payé par la C.J.R. à l'agence de voyage.

Toutefois, il n'y aura aucun remboursement de frais d'inscription lorsque ceux-ci sont de 5 \$ et moins.

(CA-11-09-804)

11- LE 20^E ANNIVERSAIRE DE LA C.J.R.

Au cours de 2013-2014, la C.J.R. va souligner son 20^e anniversaire de fondation. Lors de la réunion du 1^{er} août 2013, le conseil d'administration a décidé de souligner le 20^e anniversaire par un souper avec quatre services, le samedi 18 octobre 2014, au sous-sol de l'église Notre-Dame-des-Laurentides suivi d'une soirée dansante. Il est convenu de limiter la contribution des participants à 35 \$.

La C.J.R. profitera de l'occasion pour souligner la contribution des membres à vie au développement de la C.J.R. et pour rappeler les grands événements de son histoire.

Claude Charbonneau, Président

12- LE REPRÉSENTANT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION DE LA C.J.R. AUX LUNDIS PM

Sous l'autorité du conseil d'administration, le représentant du conseil d'administration aux Lundis PM représente le conseil d'administration dans la gestion et la coor-

dination de cette activité d'information et de services aux membres. Il reçoit les inscriptions aux activités, les paiements ou les remboursements qu'il traite avec la contribution du trésorier. Il informe les membres sur les activités disponibles et les services offerts par la C.J.R.

Pour ce faire, il reçoit l'information à jour des coordonnateurs d'activité et des responsables d'activité sur les activités en cours (disponibles, non disponibles ou complétées). Il informe les responsables d'activité, les coordonnateurs et le trésorier sur les transactions effectuées concernant les activités, les paiements ou les remboursements selon la procédure en vigueur. Il voit à l'ouverture et à la fermeture des locaux, assure l'accueil, l'animation et la gestion des activités durant cette période. Il coordonne la participation des responsables d'activité à l'information aux membres sur les activités dont ils sont responsables.

Lorsqu'il est en fonction, il exerce une supervision complète sur l'ensemble des activités concernant les Lundis PM.

Le responsable d'activité qui vient les Lundis PM pour inscrire des membres ou autres motifs s'adresse au représentant du conseil d'administration responsable du Lundi PM qui lui indique les modalités à suivre pour effectuer ses opérations.

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

13- VALORISATION DES BÉNÉVOLES DE LA C.J.R.

PLAN D'ACTION 2013-2014 (Résolution CA-13-08-945)

ORIENTATION GÉNÉRALE : la C.J.R. doit aider les responsables d'activité à jouer pleinement leur rôle.

1- Portrait des bénévoles à la C.J.R. en juin 2013

- 1.1 Vision globale de l'action bénévole à la C.J.R.
- 1.2 Identification et catégorisation des bénévoles

2- Études des besoins et attentes des bénévoles face à la C.J.R.

- 2.1 Pour les administrateurs (tâches administratives, engagement, ampleur des dossiers, niveau de responsabilité, compétences requises, intérêt et motivation...)

- 2.2 Pour les responsables d'activité et leur équipe (encadrement, suivi administratif, développement des compétences, gestion des participants aux activités, accueil, politiques administratives, reconnaissance des bénévoles, soutien administratif, intérêt et motivation...)

- 2.3 Pour les catégories « Autres bénévoles » (listes des tâches effectuées, support personnel et administratif, accueil, reconnaissance, formation, intérêt et motivation...)

Méthode : questionnaire sur l'identification des besoins auprès de chaque catégorie de bénévoles.

3- Réponses de la C.J.R. aux besoins et attentes des bénévoles

- 3.1 Définition du type de support par catégories de bénévoles
- 3.2 Développement des compétences et formation spécifique
- 3.3 Documents support à l'action bénévole
- 3.4 Ressources financières et humaines

4- Recrutement, accueil et fidélisation des bénévoles

- 4.1 Planification des besoins en bénévoles par catégories
- 4.2 Méthodes de recrutement de bénévoles
- 4.3 L'accueil des bénévoles et leur fidélisation
- 4.4 Évaluation des résultats de l'action bénévole

5- Reconnaissance de la contribution des bénévoles

- 5.1 Politique de reconnaissance
- 5.2 Application de la politique
- 5.3 Objectivité, contributions spécifiques et autres...

6- L'action inclusive de la C.J.R. auprès de ses membres et la contribution des bénévoles

14- 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 :

Monsieur Claude Baril, décédé le 19 avril 2013

Monsieur Rémy Tremblay, décédé le 19 juillet 2013

Madame Claudette Rousseau, décédée le 22 juillet 2013

Le conseil d'administration

Section III

AÎNÉS ET ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES



1- POLITIQUE SUR LE VIEILLISSEMENT ACTIF DANS LA DIGNITÉ

Fondements

La C.J.R. a élaboré à l'hiver 2013 une première ébauche de politique à partir de certains constats sur le vieillissement de la population. En mai 2013, un groupe de 25 personnes, membres de la C.J.R. et représentant divers secteurs d'activités de l'organisme, effectuent une rencontre de réflexion autour de trois principales questions : 1. Comment faire prendre conscience à la personne souffrant d'incapacité physique de sa situation pour l'amener à accepter des solutions alternatives ? 2. Comment gérer ces situations exceptionnelles dans le fonctionnement régulier d'une activité ? 3. Comment offrir des services adéquats ou des solutions alternatives à ces personnes leur permettant de continuer de participer à leur milieu de vie ?

Énoncé de la politique

Partant des principes « de dignité », « d'accessibilité universelle », de « participation sociale active » des aînés, la présente politique vise à **développer une approche inclusive** au sein de la C.J.R.

Plus précisément, cette politique vise à consolider la C.J.R. en un **milieu accueillant, ouvert, chaleureux et inclusif**. Elle a pour objet précis de **permettre à toute personne de demeurer active et intégrée au sein des activités offertes par la C.J.R.**

Clientèle visée

Cette politique s'adresse à tous les membres de la C.J.R., sans exception, c'est-à-dire les membres du conseil d'administration, les coordonnateurs d'activité, les responsables d'activité, les bénévoles ainsi que les personnes qui participent aux activités offertes par la C.J.R.

Responsabilités

Le **conseil d'administration** est chargé d'élaborer la politique, de voir à sa mise en application, de la maintenir et d'en assurer les divers suivis.

Le **comité Vieillissement actif dans la dignité** voit à sa mise en application conjointement avec le conseil d'administration. Il est responsable de prendre connaissance des situations qui impliquent une personne ayant une incapacité ou vivant une perte de capacité et de soutenir les responsables d'activité dans le règlement de ces situations.

Les **coordonnateurs d'activité** et les différents **responsables d'activité** ont la responsabilité de la mise en action des procédures qui découlent de ladite politique.

Impacts

L'exclusion d'une personne âgée, qu'elle soit en bonne santé ou non, qu'elle vive ou non avec une incapacité, a bien évidemment des répercussions importantes : sentiment de rejet, isolement, augmentation de la vulnérabilité, augmentation du risque de négligence et d'abus, augmentation du risque de dégénérescence de la santé globale, difficulté à trouver une réponse aux besoins d'accomplissement et de réalisation de soi....

L'inclusion ne signifie pas que toute personne trouvera une réponse à son besoin au sein de la C.J.R. L'inclusion signifie que la C.J.R., de par les mécanismes dont elle se dote, pourra être en mesure d'aider une personne âgée ayant une incapacité ou en perte de capacité, à demeurer active et intégrée au sein de la C.J.R. ou au sein d'une organisation mieux adaptée.

Un milieu inclusif

Pour être un milieu solidaire et équitable, la C.J.R. doit prévoir et rendre disponibles les services nécessaires à la participation sociale de ses membres, et ce, en dépit de leurs différences. Un effort constant de coordination entre les programmes et les activités de manière à organiser efficacement et à simplifier l'offre de services mis à la disposition des personnes ayant des incapacités, doit être maintenu. La mise en application d'une telle politique, avec tous les changements qu'elle apporte, doit se faire à un rythme « digérable » pour tous.

Toute décision ou action en faveur des personnes ayant des incapacités doit être réalisée en fonction de leurs besoins particuliers et doit respecter le contrôle qu'elles exercent sur leur vie. Les mesures mises en place doivent s'avérer suffisamment flexibles pour s'adapter aux préférences de chacun, et ce, de manière à les soutenir.

Toute décision ou action doit également tenir compte de

la réalité de la C.J.R., de ses infrastructures, des ressources financières et humaines disponibles, des compétences et des capacités de ses administrateurs ainsi que de l'ensemble de ses bénévoles.

Dans une situation où l'organisme ne peut offrir une activité adaptée et sécuritaire, l'organisme aide cette personne sur ce qui peut lui être offert au sein d'une autre instance.

Entrée en vigueur

Cette politique est effective dès son adoption par le conseil d'administration le 1^{er} août 2013.

2- AUTEURS DE CHEZ NOUS

Le souffle de la brise s'arrête

L'épaisseur du brouillard
sculpte la métamorphose
flâne sans boussole
s'évapore comme un rêve
sous le poids de l'errance

il y a ceux qui savent
que le noir de la nuit
traverse la frontière du jour
que les rêves s'éteignent
dans le feu du soleil

le paysage se retourne
l'horizon ouvre les yeux
le matin pose son odeur
le souffle de la brise s'arrête
pour avaler l'aube

Gisèle Labbé

Celui qui, par quelque alchimie, sait extraire de son cœur pour les refondre ensemble, compassion, respect, besoin, patience, regret, surprise et pardon, crée cet atome qu'on appelle l'amour.

Auteur inconnu

Section IV

MILIEU DE VIE

1- INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS LE JEUDI 5 SEPTEMBRE

Seuls les bénévoles qui participent aux inscriptions sont autorisés à s'inscrire avant 10 h 30. Aucune autre inscription ne sera acceptée. La séance d'inscription aura lieu le jeudi 5 septembre, de **10 h 30 à midi**, au sous-sol de l'église Saint-Jérôme, située au 6330, 3^e Avenue Est. Le tout sera suivi d'un léger repas à compter de midi. Venez nous rencontrer et échanger avec nous.

Les paiements devront être effectués autant que possible par chèque et devront être datés du 5 septembre. 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.

2- RASSEMBLEMENT ESTIVAL DES AÎNÉS

Plus de 700 personnes dont 250 de la C.J.R. se sont rencontrées au cours de la journée du 7 juin dernier à l'école secondaire Saint-Jean-Eudes. Le tout s'est bien déroulé grâce à une température des plus clémentes. Nous vous donnons rendez-vous en 2015 lors des fêtes du 375^e de Charlesbourg.

Christiane Gagnon et Gaétan Bourbeau, représentants de la C.J.R. auprès du comité organisateur

3- BIENVENUE AUX LUNDIS PM

Comme par le passé, les Lundis PM. sont de retour à compter du 9 septembre jusqu'au 16 décembre inclusivement au chalet des Loisirs du Plateau, 8815, avenue Jean-Paquin de 13 h à 15 h 30. Le chalet est ouvert à tous. Il est à noter que le lundi 7 octobre, jour de l'Action de Grâce, le chalet sera fermé.

Après un tel succès, les ateliers ART-ATOOUT sont de retour à l'automne 2013. Les responsables de cette activité sont mesdames Simonne Laforest au 418-622-1375,

Andrée Girard au 418-622-3200 et Hélène Légaré au 418-628-2762. Venez les rencontrer lors de la journée d'inscription. Voici ce qu'elles vous proposent :

- But : Stimuler la création d'activités nouvelles et partager son talent ou son savoir.
- Quoi : Des activités artistiques, récréatives, intellectuelles et éducatives.
- Qui : Une équipe dynamique partageant un même intérêt.
- Pour qui : Pour tous les membres de C.J.R.
- Par qui : Des personnes-ressources bénévoles.
- Quand : Les 30 sept., 21 oct., 4 nov., 25 nov. et 9 déc. à 13 h.
- Endroit : Au chalet des Loisirs du Plateau ou à La Planque (à déterminer).
- Coût : 5 \$
- Inscription : Le 5 septembre à 10 h 30 h au sous-sol de l'église Saint-Jérôme.

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

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

Soyez les bienvenus!

Hélène Beaulieu

Responsable du comité milieu de Vie

4- RENCONTRE POUR LES NOUVEAUX MEMBRES

Vous êtes un nouveau membre à la C.J.R. ? Le comité « Milieu de Vie » de la C.J.R. vous invitera personnellement à une rencontre, le vendredi 22 novembre à compter de 18 h au chalet des Loisirs du Plateau, au 8815, avenue Jean-Paquin à Charlesbourg.

Vous serez accueilli par les membres du C.A. qui répondront à vos questions concernant le fonctionnement de la

C.J.R., sur les outils d'information dont dispose l'organisme et sur les différentes activités qui vous sont offertes tout au long de l'année.

Ce sera l'occasion de mieux se connaître et de fraterniser. Le tout sera accompagné d'un lunch.

Bienvenue à tous les nouveaux membres.

Hélène Beaulieu

Responsable du comité « Milieu de Vie » de la C.J.R.

5- RENCONTRE RECONNAISSANCE DES BÉNÉVOLES

La C.J.R. invite ses bénévoles qui contribuent activement au succès et au bon déroulement de ses activités et ce, pour une rencontre reconnaissance qui se tiendra, **le vendredi 17 janvier 2014** à 18 h au chalet des Loisirs du Plateau, au 8815, avenue Jean-Paquin à Charlesbourg.

Cette rencontre va nous permettre de souligner votre contribution à la réussite de la C.J.R., de mieux nous connaître et d'échanger dans un climat festif. Un léger goûter sera servi pour l'occasion.

Le succès de la C.J.R. passe sans contredit par ses bénévoles. Vous êtes tous importants pour l'organisme. UN GROS MERCI À TOUS.

Au plaisir de vous rencontrer

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



6- SOUPER DE NOËL SUIVI D'UNE SOIRÉE DANSANTE

Date: Le samedi 21 décembre
 Heure : 17 h 30 (les portes ouvriront à 17 h)
 Endroit : Sous-sol de l'église Saint-Jérôme
 Coût : 35 \$
 Menu : Repas chaud servi aux tables
 Note : Apportez votre vin ou votre boisson préférée

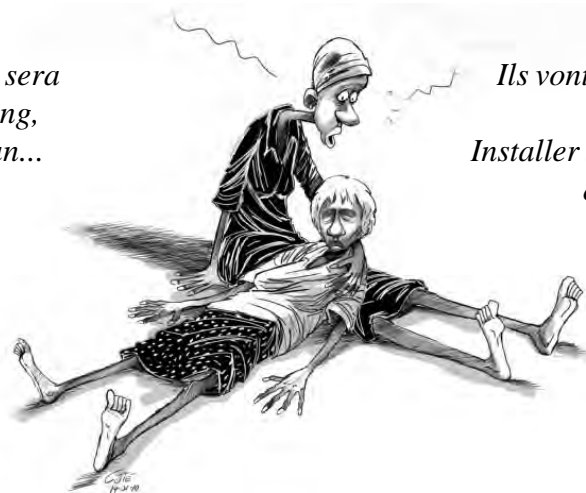
Les cartes seront en vente lors de la journée d'inscription du 5 septembre et par la suite aux Lundis PM.

Afin de PARTAGER avec ceux qui sont moins chanceux que nous, on suggère à nos invités d'apporter une boîte de conserve ou une denrée non périssable afin d'aider le Patro de Charlesbourg à confectionner des paniers de Noël qui seront remis aux gens dans le besoin.

Venez fêter, rire et vous amuser avec nous.

Georgette Baril et son équipe 418-626-7454, responsable

*Ce ne sera
pas long,
maman...*



*Ils vont reconstruire
l'hôpital,
Installer la corruption
et les secours
arriveront*

Section V

ACTIVITÉS CULTURELLES ET ÉDUCATIVES

André Bellemare

1- ACTIVITÉS CULTURELLES ET ÉDUCATIVES

Les personnes qui ont des suggestions ou qui aimeraient coopérer à l'organisation d'activités culturelles sont priées de communiquer avec moi.

André Bellemare 418-627-3730, coordonnateur

2- LA 16^E SAISON DE BRIDGE AUTOMNE 2013

La saison d'automne du bridge de la C.J.R. débute le vendredi 6 septembre à 13 h au chalet des Loisirs du Plateau, 8815, avenue Jean-Paquin, pour se terminer par un tournoi suisse et un souper le vendredi 6 décembre à 13 h.

Nous vous demandons de ne pas arriver avant **12 h 30** pour nous permettre de préparer la salle. La séance de duplicata devrait se terminer avant 17 h. La saison dure 14 semaines. Toutes les séances de duplicata débutent à 13 h. 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 tout au long de la séance de bridge.

Les coûts de chaque séance de duplicata sont de 3 \$ pour un membre et 4 \$ pour un non membre.

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, Louis Paquet, Paul-Henri et Danielle Lessard, Claude et Nicole Charbonneau continue à assurer le succès de cette activité. Je les remercie à l'avance pour leur contribution à la réussite de cette seizième saison de bridge à la C.J.R.

Bienvenue à tous.

Claude Charbonneau 418-623-2863, responsable

3- « JE ME RACONTE » À LA C.J.R.

Après un repos bien mérité, les écrivaines et écrivains de « Je me Raconte » poursuivront leur chef-d'œuvre à compter de l'automne 2013.

Les participantes du groupe 3 perpétueront leur rencontre mensuelle afin de peaufiner leurs textes.

Quant aux gens du groupe 4, ils entameront leur deuxième et dernière année de participation intensive. Ils seront alors outillés d'un contenu fort intéressant pour poursuivre leur tâche.

J'anticipe déjà de recevoir à nouveau leurs trésors de vie.

Si vous préférez cheminer en individuel, n'hésitez pas à me contacter, puisque « UN VÉCU ÇA SE RACONTE ET ÇA S'ÉCRIT! ». C'est un beau projet de vie et nos descendants en ont besoin.

Diane Gagné

Animatrice de récits de vie

Les Mots du Vécu

<http://pages.videotron.ca/motsvecu>

4- FORMATION ET DÉPANNAGE EN INFORMATIQUE

Pour la prochaine saison, **automne 2013**, nous sommes heureux de vous retrouver pour vous offrir des cours en informatique.

Consultez la nouvelle grille des cours sur notre site Internet.

- Apple (initiation Mac OS Lion et Mountain Lion)
- iPad cours complet iOS-6-7 (toutes les versions)
- Initiation à l'ordinateur XP-Vista, Windows-7, Windows 8

- Initiation à Internet (courriels et navigateur IE, Firefox, Chrome, Safari, Opera)
- Microsoft Excel 2007/2010 (débutant)
- Microsoft Word 2003, 2007/2010 (débutant et intermédiaire)
- Suite Open Office version 3 et +, Libre Office

Les cours sont offerts à 15 \$ de l'heure.

Les jours de cours sont:

Lundi et mercredi, le matin et l'après-midi.

Mardi et jeudi, le matin seulement.

Vendredi, le matin et l'après-midi.

Les blocs de cours sont le matin, de 9 h 30 à 11 h 30 et l'après-midi de 13 h 30 à 15 h 30.

Tous les cours seront donnés au domicile de l'étudiant.

Services offerts :

Dans le but de satisfaire les membres de la C.J.R., nous vous offrons de l'aide technique. Voici les services que nous vous proposons;

- Conseils techniques pour l'achat d'un nouvel ordinateur
- Installation et branchement de votre ordinateur
- Transfert de vos données sur votre nouvel ordinateur
- Nettoyage interne et externe de votre ordinateur (bureau)
- Installation de nouveaux périphériques (ne s'applique pas aux routeurs)
- Installation et désinstallation de logiciels
- Mise à jour de vos logiciels
- Nettoyage de votre disque dur et classement des fichiers
- Défragmentation du disque dur
- Nettoyage de la base de registre
- Sauvegarde de vos données personnelles

Noter que les problèmes de modems et routeurs ne sont pas pris en charge.

Coûts pour chaque visite; **15 \$ de l'heure.**

Pour avoir plus de détails, visitez notre site Internet à l'adresse suivante : <http://membre.oricom.ca/pierdes>

Pierre Desmarais 418-847-3076, responsable

5- GROUPE VOCAL

Au moment où je vous écris ces quelques lignes, nous vivons une vague de chaleur, encore en 2013. Cela ne m'empêche pas de vous rappeler que nous serons de nouveau au poste en septembre pour vous revoir avec plaisir et reprendre notre chant du lundi matin.

Pour débiter notre session automnale, nous aurons notre déjeuner le lundi 9 septembre et nous débiterons notre chant le lundi 16 septembre, à 9 h 30 au chalet des Loisirs du Plateau.

Notre réseau de téléphonistes vous rejoindra d'ici ces dates pour vous informer du lieu de notre déjeuner ou pour toute autre information qui pourrait s'avérer utile.

Donc, bonne fin d'été et on se revoit en septembre pour **S'AMUSER EN CHANTANT!**

Aline Parent 418-626-0966, responsable

6- SCRABBLE

PLAISIR ASSURÉ, voilà ce qui vous attend si vous vous joignez à notre groupe.

Date : Le lundi 9 septembre

Quand : Tous les lundis de 13 h à 15 h 30

Endroit : Chalet des Loisirs Maria-Goretti, 7475, avenue Paul-Comtois

Coût : 15 \$

Marthe Lapointe 418-626-2449

Micheline Dumont 418-628-4564, responsables

7- CRIBB

Les personnes désirant jouer au cribb les lundis p.m. au chalet des Loisirs du Plateau n'ont qu'à se présenter à compter du 9 septembre. Les équipes sont formées sur place et l'activité est gratuite.

Suzanne Bolduc 418-627-9717

Nicole Beauchesne 418-627-2574, responsables

8- RÉFLEXOLOGIE DE LA MAIN

C'est avec plaisir que j'offre à nouveau les cours de réflexologie de la main. Chaque cours aura une durée de 1 h 30 et se donnera le lundi en après-midi soit de 13 h 30 à 15 h pour une durée de 4 semaines.

Vous aurez la chance d'apprendre et de pratiquer la localisation des points réflexes à activer afin de diminuer ou éliminer certains problèmes de la vie courante tels que : rhume, mal de tête, mal de gorge, nez qui coule, mal de dos et bien d'autres encore soit pour vous-même ou pour votre entourage. Tout ceci pour vous aider à améliorer ou maintenir un corps en bonne santé.

Groupe 1

Dates : 16, 23, 30 septembre et le 14 octobre 2013 (le 7 octobre, il n'y aura pas de cours dû à la fête de l'Action de Grâce)

Groupe 2

Dates : 21 et 28 octobre, 4 et 11 novembre

Coût : 50 \$ incluant les notes de cours

Endroit: Centre culturel et communautaire, 7575, boul. Henri-Bourassa (CLSC La Source) local 022

Roger Jobin, massothérapeute, 418-872-8615

9- INITIATION AU MASSAGE DE DÉTENTE

Par ce cours, vous aurez la chance de connaître et surtout d'apprendre les divers mouvements à effectuer pour vous aider à donner un massage de détente relaxant, de la bonne manière et en toute sécurité.

Durée : 12 cours de 2 heures

Heure : 9 h à 11 h le mercredi

Dates : 18 et 25 septembre
2, 9, 16, 23 et 30 octobre
6, 13, 20 et 27 novembre
4 décembre

Coût : 144 \$ incluant les notes de cours et l'huile à massage

Endroit: Centre culturel et communautaire, 7575, boul. Henri-Bourassa (CLSC La Source), local 022

Roger Jobin, massothérapeute, 418-872-8615

10- CONVERSATION ANGLAISE

Bonjour à tous

Les ateliers de conversation reprendront en septembre 2013. Vous pouvez ajouter votre nom à la liste de membres intéressés. Nous tenons à mentionner que ce ne sont pas des cours mais de la conversation, vous devez vous exprimer et comprendre l'anglais.

Comme nous avons plusieurs demandes, nous avons toujours besoin de moniteurs afin d'assurer la tenue de nos ateliers. Il n'est pas nécessaire d'être professeur pour rejoindre notre équipe.

Denis Marcoux 418-621-0892, responsable

11- COURS D'ESPAGNOL

À tous ceux intéressés à apprendre l'espagnol afin de profiter au maximum de vos voyages, il y aura 2 nouveaux cours de débutants tous les mercredis pendant 10 semaines. Le premier groupe sera de 9 h à 11 h et le deuxième de 11 h à 13 h. Début, le mercredi 11 septembre.

Pour tous nos habitués, sachez que les cours du jeudi continuent avec les 3 niveaux déjà existants.

1^{er} groupe : Conversation débutant de 9 h à 11 h

2^e groupe : Conversation intermédiaire de 11 h à 13 h

3^e groupe : Conversation avancée de 13 h 30 à 15 h 30

Début : Le jeudi 12 septembre

Endroit : Centre communautaire et culturel de Charlesbourg, salle # 112, 7575, boul. Henri-Bourassa (édifice du CLSC La Source – 1^{er} étage)

Coût : 87 \$ pour 10 semaines de cours

André Le Blanc 418 628-5651, responsable

12- CINÉ-DISCUSSION

Cette activité permet aux participants de visionner un film à l'auditorium de la bibliothèque de Charlesbourg, **les 3^e lundis de chaque mois, à 13 h 15**, et ensuite d'en discuter sur place, tout de suite après le visionnement.

Pour l'automne prochain:

Le lundi 16 septembre : LES MISÉRABLES

Le lundi 21 octobre : ROCHE, PAPIER, CISEAUX

Le lundi 18 novembre : QUATUOR

Ces rencontres sont organisées en collaboration avec le service d'animation de la bibliothèque Paul-Aimé-Païement de Charlesbourg, pour les membres de la C.J.R. et leurs amis et sont gratuites.

On vous y attend.

Jacques Bois 418-628-9905, responsable

13- DÉCOUVERTE NATURE EN BELLECHASSE

Date : Le jeudi 26 septembre

Ce voyage a été annoncé à l'inscription du mois de mai et il est présentement complet. Les personnes inscrites seront rejointes par téléphone une semaine avant le départ pour les dernières informations.

André Bellemare 418-627-3730, responsable

14- THÉÂTRE DES AÎNÉS

La farce de maître Pathelin

Une comédie satirique écrite il y a plus de cent ans, remplie de railleries et de moqueries, le tout supporté par des costumes et de la musique d'époque.

Pathelin, un avocat véreux, a un pressant besoin de tisseurs, mais comment faire quand on n'a pas de sous ? Quel stratagème sera utilisé pour arriver à ses fins ? Mais attention, y aura-t-il plus fin renard que lui ?

Nous retrouvons dans le rôle de Pathelin (Claude Arcand), son épouse Guillemette (Françoise Bélanger), le drapier (Jean-Louis Bergeron), le berger (Benoît Routhier) et le juge (Yvan Caron).

Nous vous attendons en grand nombre à cette représentation spéciale pour les membres de la C.J.R.

Date : Le vendredi 11 octobre

Heure : 19 h 30

Endroit : Salle Pierre-Garon, 748, boul. Louis-XIV, arrondissement Charlesbourg

Coût : 15 \$

André Bellemare 418-627-3730

Christiane Gagnon 418-622-0624, responsables.

15- VISITE « FANTÔMES DE QUÉBEC »

Vivez une expérience temporelle historique. Lorsque le ciel commence à s'obscurcir, la nuit tombée, à la lumière de la lanterne, nous parcourons 400 ans d'histoires sinistres du Vieux-Québec : histoires scandaleuses, de sagas, de meurtres obscurs, d'exécutions et de récits d'apparitions mystérieuses. Dès lors, la ville est regardée autrement. Les ombres des visiteurs projetés sur les murs aupa-

ravant visités par de sinistres personnages anciens apportent quelque chose de mystique à cette visite. Frissons garantis...

La visite « Fantômes de Québec » commence en face du 94, rue du Petit Champlain et elle se termine dans la Haute-Ville, près de l'hôtel Clarendon à l'angle des rues Sainte-Anne et des Jardins. Le tour a une durée de 90 minutes.

Date : Le mardi 15 octobre

Endroit : 94, rue du Petit Champlain

Heure : 19 h 45

Coût : 20 \$ pour le billet de la visite

Transport : Covoiturage, coût 3 \$ par personne

Départ : 19 h du stationnement de l'église Sainte-Cécile et retour vers 22 h

Note : Minimum 15 personnes, maximum 25 personnes

Nicole et Claude Charbonneau 418-623-2863, responsables

16- MATINÉE C.J.R.

Conférence sur l'autodéfense

Vous hésitez à sortir seul le soir et aimeriez connaître quelques trucs et outils pour vous défendre en cas d'agression, voici une conférence adaptée pour les aînés traitant de plusieurs aspects de l'autodéfense et de la protection personnelle.

Les principaux points abordés sont :

- la vigilance et la prévention
- comment éviter les situations potentiellement dangereuses
- les gestes à éviter et à poser
- la désescalade de la violence
- la réponse physique à une agression

Une période de questions est prévue. Un document-résumé de la conférence vous sera remis à la sortie.

Date : Le jeudi 24 octobre

Endroit : Auditorium de la bibliothèque Paul-Aimé-Paiement de Charlesbourg

Heure : 9 h 30

Coût : 5 \$

Nous vous invitons à vous inscrire en grand nombre le 5 septembre.

André et Denise Bellemare 418-627-3730, responsables

17- MATINÉE C.J.R.

La Chine, de la Sainte-Enfance à aujourd'hui

Les Chinois : on les achetait 25 cents, ils valent maintenant des milliards !

À l'automne 2000, la Chine lançait ses premiers satellites de navigation et, en octobre 2003, elle réussissait un premier vol spatial habité. La construction d'une station spatiale indépendante est aussi prévue. De tels succès, associés à la réussite du socialisme de marché, devraient permettre à la Chine de jouer un rôle de premier rang au sein de la communauté des nations. Elle est maintenant la deuxième puissance économique du monde.

La présentation des Jeux olympiques de 2008 et la tenue de l'Exposition universelle de 2010 devaient confirmer la tendance quoique certaines questions restent pendantes... Qu'en est-il vraiment de la Chine ? La politique de l'enfant unique aura-t-elle des conséquences imprévisibles ? Le modèle de développement choisi est-il adéquat ? Comment faire vivre plus d'un milliard et demi de personnes sans porter atteinte à la nature ? Quel est l'impact du « fast food » à l'américaine sur la culture chinoise ?

Autant de questions auxquelles saura répondre monsieur Yves Tessier, professeur à l'Université Laval.

Date : Le jeudi 7 novembre
 Heure : 9 h 30 (accueil à 9 h 15)
 Endroit : Bibliothèque Paul-Aimé-Paiement de Charlesbourg
 Coût : 5 \$

André Bellemare 418-627-3730, responsable

18- MUSÉE DE LA CIVILISATION

Date : Le mardi 12 novembre

Venez passer une journée agréable à peu de frais. Le Musée de la Civilisation offre plusieurs nouvelles expositions en plus des autres expositions permanentes en cours, principalement :

Paris en scène, 1889-1914

Découvrez comment Paris est devenu la capitale culturelle de l'Europe à la belle époque, à travers ses principales incarnations, ses hauts-lieux, ses instants marquants et ses acteurs. Un merveilleux voyage dans le temps et l'espace dans une ambiance enveloppante et un décor évocateur.

Une histoire de jeux vidéo

Venez découvrir cet univers ludique et captivant qui couvre toutes les époques et tous les genres (science-fiction, sport, action, aventure ...). Venez jouer, comprendre et vous amuser sur des consoles et des jeux mémorables.

Le temps des Québécois

Synthèse de plus de 400 ans des grands événements qui ont construit le Québec, de la Nouvelle-France à aujourd'hui.

Coût : 8 \$. Ce prix est pour l'autobus car l'entrée au musée est gratuite
 Départ : 9 h 45 du stationnement de l'église Sainte-Cécile, retour vers 15 h 30
 Dîner : Possibilité d'apporter votre lunch ou au Café du musée pour environ 10 \$ ou dans les restaurants environnants
 Note : Un minimum de 30 personnes est requis pour cette activité.

Nicole Letellier 418-626-5208

André Bellemare 418-627-3730, responsables

19- THÉÂTRE DE LA BORDÉE FRONTIÈRES

Texte de Isabelle Hubert, mis en scène par Jean-Sébastien Ouellette, coproduction avec la Compagnie dramatique du Québec.

En Amérique centrale, Telma et son fils de 16 ans Paco fuient leur pays d'origine où la misère et la pauvreté sont si grandes que rien ne semble pouvoir les arrêter dans leur quête de liberté. Après avoir marché pendant des jours sous un soleil de plomb, dormi à la belle étoile, mangé des restes de poubelles, ils arrivent à la dernière étape de leur périple : le train, ce convoi de l'espoir qui doit les mener vers la terre promise, les États-Unis.

Pour y arriver, ils doivent traverser le Mexique clandestinement sur le toit d'un train de marchandises, au péril de leur vie. Mais Telma tombe du train et se fracture les deux jambes. Dès lors, Paco se retrouve devant un choix difficile : demeurer auprès de sa mère ou poursuivre seul sa route de la liberté.

Cette nouvelle création de l'auteure Isabelle Hubert nous amène dans un monde dur, cruel où se font face espoir et résignation, sacrifice et remords.

Date : Le mercredi 13 novembre
 Heure : 19 h 30
 Coût : 26 \$, incluant le billet de théâtre, le transport, les taxes et les frais de service
 Départ : 18 h 45 du stationnement de l'église Sainte-Cécile et retour vers 21 h 45

André Bellemare 418-627-3730, responsable

20- THÉÂTRE DU TRIDENT

ALBERTINE, en cinq temps

Texte de Michel Tremblay, mis en scène par Lorraine Pinal, avec Émilie Bibeau, Lise Castonguay, Lorraine Côté, Éva Daigle, Monique Miller et Marie Tifo.

Abandonnée dans une maison de retraite, Albertine, 70 ans, cherche un sens à son passage sur terre. Le vide et la solitude la poussent à faire face à son passé et à affronter les époques de sa vie : la femme passionnée et pleine d'espoir de ses 30 ans, la femme enragée et dépressive de 40 ans, la femme gourmande de la vie et souriante de 50 ans et la femme démolie et droguée de 60 ans.

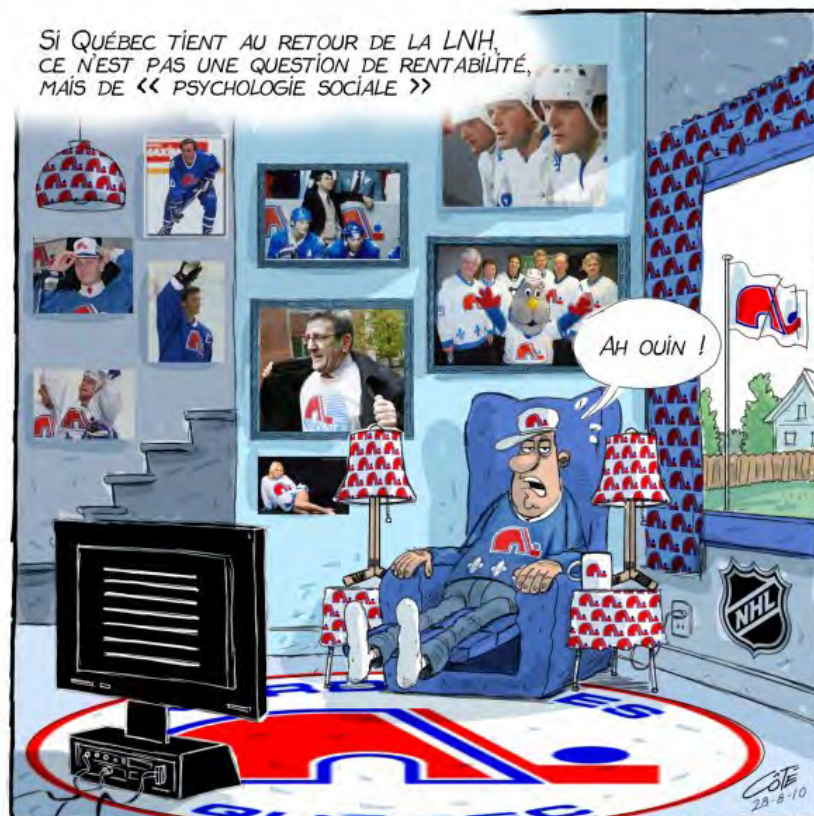
Cinq Albertine dialoguent entre elles et avec leur sœur Madeleine pour dresser le bilan d'une vie brisée par la rage et la déception. Un petit bonheur médiocre vaut-il mieux qu'un grand malheur tragique ?

C'est l'histoire de toutes les femmes, celles qui foncent tête baissée devant l'adversité, celles qui cherchent le bonheur dans le regard des autres ou celles qui acceptent leur sort avec résignation.

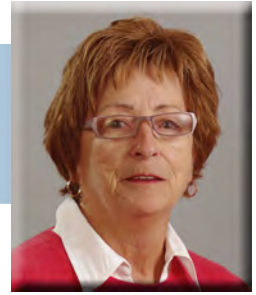
Si on pouvait parler à la personne que nous avons été, que lui dirions-nous ? Quel bilan peut-on tracer de sa vie ? Sans aucun doute, une des œuvres les plus touchantes de Michel Tremblay, remplie d'émotions justes et fortes.

Date : Le mercredi 15 janvier 2014
 Heure : 20 h
 Coût : 32 \$, incluant le billet de théâtre, le transport, les taxes et les frais de service
 Départ : 19 h du stationnement de l'église Sainte-Cécile et retour vers 22 h 30
 Note : 44 places seulement

André Bellemare 418-627-3730, responsable



Section VI

ACTIVITÉS SOCIALES

Georgette Baril

1- DÉJEUNERS MENSUELS

Cette activité de rassemblement a lieu à tous les premiers jeudis du mois au Resto Grill Le Clac situé au 1750, rue Périgord, Charlesbourg (Marché aux Puces Jean-Talon) à compter de 9 h 30 et ce, à la demande générale. 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. Arrivez quelques minutes avant l'heure afin d'être sûr de ne pas manger seul.

Placez à votre agenda les dates suivantes : 3 octobre, 7 novembre, 5 décembre et 2 janvier.

Gaétan Bourbeau 418-628-5791, responsable

2- DANSE EN LIGNE

Début: Le mardi 17 septembre
 Fin : Le mardi 3 décembre
 Endroit : Chalet des Loisirs du Plateau
 Horaire : 13 h (débutant)
 14 h 15 (intermédiaire)
 Coût : Membre C.J.R. : 35 \$ ou 3,50 \$/heure
 Non membre : 4 \$/heure

Professeur : Carole Tremblay de l'équipe de Michelle Houle en remplacement de Micheline Leduc maintenant retraitée.

Pour ceux et celles qui le souhaitent, il y aura des pratiques tous les vendredis soirs, de 19 h 30 à 22 h 30, au sous-sol de l'église Saint-Ignace de Loyola, 3325, rue Loyola à Giffard au coût de 10 \$ pour la soirée.

Louise McKay 418-628-2930

Gisèle Levasseur 418-628-4515, responsables

3- BRUNCH ANNUEL

Date : Le dimanche 29 septembre
 Endroit : Salle du Duc de Kent, Manoir Montmorency, 2490, avenue Royale, Québec. À noter que cet endroit a reçu cette année la mention du public dans la catégorie « Déjeuner-Dîner-Brunch ».

Heure : 11 h 30. Le tout se terminera vers 14 h 30.
 Menu : La section des petits déjeuners, le buffet traditionnel, le buffet chaud ainsi que les sucreries. Vous trouverez la description de ce menu détaillé sur le site Internet (www.sepaq.com/chutemontmorency).
 Coût : 31 \$ incluant les taxes et les pourboires. Étant donné que nous bénéficions d'un prix de groupe, vous devrez acquitter ce montant lors de l'inscription du 5 septembre.

Pour les personnes à mobilité réduite, un ascenseur est à votre disposition.

De plus, vous bénéficierez du stationnement gratuit à l'entrée du Parc de la Chute-Montmorency en vous identifiant pour le brunch du groupe de la C.J.R. Ceci vous permettra en plus de visiter ce magnifique site après votre repas.

Notez bien que, pour des raisons administratives, la date limite des inscriptions au chalet des Loisirs du Plateau est fixée au lundi 9 septembre.

Au plaisir de vous voir en grand nombre.

André et Normande Renaud 418-626-5719, responsables

4- SOUPER SPAGHETTI

Venez vous amuser avec des amis à cette soirée qui commence par un souper spaghetti suivie par la musique de danse avec Gilles Arseneault.

Date : Le samedi 12 octobre
 Heure : 18 h
 Endroit : Sous-sol de l'église Saint-Jérôme, 6330, 3^e Avenue Est
 Coût : 18 \$
 Note : Apportez vos boissons, si désiré.

Ginette Dufresne 418-623-4582, responsable

Suite page 21



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

Bijouterie

Fortuna



Pour nous joindre

Tél : 418-627-1445



WWW.BIJOUTERIEFORTUNA.CA

**L' Excellence en création et
Réparation bijoux en or**

Fabrication de bagues à diamants

Achetons bijoux usagés en Or

**Évaluateur pour vol de bijoux et
Gemmologiste**



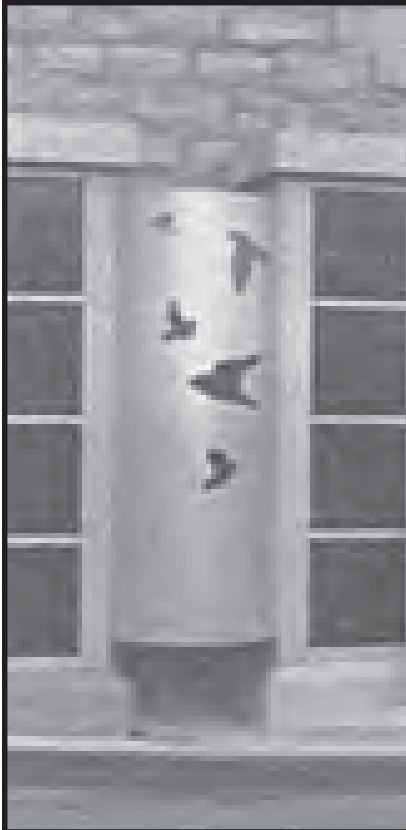
5,000, 3^e ave Ouest, Charlesbourg, près du Brunet

CALENDRIER DES ACTIVITÉS – AUTOMNE 2013

DATES	ACTIVITÉS	ENDROITS	RESPONSABLES	
SEPTEMBRE				
04 me	Vélo	Île d'Orléans	Claude Fortin	623-5322
04 me	Golf Plessisville	Club de golf Plessisville	Ginette Dufresne	623-4582
05 je	Inscription aux activités	Sous-sol de l'église Saint-Jérôme	Cl. Charbonneau	623-2863
06 ve	Bridge (Début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Cl. Charbonneau	623-2863
07-23	Voyage	Méditerranée	Ginette Turner	622-7059
09 lu	Lundis PM (Début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Cl. Charbonneau	623-2863
09 lu	Scrabble (Début)	Chalet des Loisirs Maria-Goretti	Micheline Dumont	628-4564
09 lu	Cond. Physique (Début)	École secondaire Saint-Jean-Eudes	Robert Ouellet	849-5023
09 lu	Shuffleboard (Début)	Centre culturel et communautaire	Louise Tanguay	622-3536
09 lu	Groupe vocal (Déjeuner)	À déterminer	Aline Parent	626-0966
09 lu	Club de marche	Rivière Saint-Charles	Édit Vachon	849-5109
11 me	Vélo	Moulin Petit-Pré/Cap Tourmente	Claude Fortin	623-5322
11 me	Cours d'espagnol (Débutant)	Centre culturel et communautaire	André Le Blanc	628-5651
12 je	Espagnol (Intermédiaire))	Centre culturel et communautaire	André Le Blanc	628-5651
13 ve	Taï Chi (Début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Rémi Hains	628-6705
16 lu	Groupe vocal (Début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Aline Parent	626-0966
16 lu	Ciné-discussion	Bibliothèque Paul-Aimé-Paiement	Jacques Bois	628-9905
16 lu	Tennis (Début)	Gymnase Saint-Jean-Eudes	Yvan Guibault	628-6359
16 lu	Réflexologie (1 ^{er} groupe)	Centre culturel et communautaire	Roger Jobin	872-8615
17 ma	Je me raconte	Centre culturel et communautaire	Diane Gagné	380-4381
17 ma	Danse en ligne (Début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Gisèle Levasseur	628-4515
18 me	Golf Saint-Jean-Port-Joli	Club de golf Trois-Saumons	Ginette Dufresne	623-4582
18 me	Vélo	Rivière Jacques-Cartier	Claude Fortin	623-5322
18 me	Massage de détente (Début)	Centre culturel et communautaire	Roger Jobin	872-8615
19 je	Visite	Région des Bois-Francs	Lucille Gilbert	977-5482
23 lu	Club de marche	Sentier Gabrielle-Roy	Édith Vachon	849-5109
25 me	Golf de fermeture	Club de golf Alpin	Pierre Bédard	849-6911
25 me	Vélo	Les 2-Rives/Pont de Québec	Claude Fortin	623-5322
26 je	Découverte nature	Région de Bellechasse	André Bellemare	627-3730
27 ve	Vélo (Souper)	Chalet des Loisirs du Plateau	Claude Fortin	623-5322
28 sa	Présentation voyage	Chalet des Loisirs du Plateau	Lucille Gilbert	977-5482
29 di	Brunch	Manoir Montmorency	André Renaud	626-5719
30 lu	Atelier Art-Atout	À déterminer	Andrée Girard	622-3200
OCTOBRE				
01 ma	Journée internationale des personnes âgées au gymnase du Patro de Charlesbourg			
02 me	Visite	Charlevoix	Gaétan Bourbeau	628-5791
03 je	Déjeuner mensuel	Resto Grill Le Clac	Gaétan Bourbeau	628-5791
04 ve	Visite	Région de Bécancour	Lucille Gilbert	977-5482
06-07	Visite	Région des Laurentides	Denis Paquet	622-3542
07 lu	Club de marche	Fossambault-sur-le-lac	Édith Vachon	849-5109
10 je	Visite	Casino de Charlevoix	Denis Paquet	622-3542
11 ve	Théâtre des aînés	Salle Pierre-Garon	André Bellemare	627-3730
11-14	Voyage	Boston	Gaétan Bourbeau	628-5791
12 sa	Souper spaghetti	Sous-sol de l'église Saint-Jérôme	Ginette Dufresne	623-4582
15 ma	Visite « Fantômes de Québec »	Stationnement église Sainte-Cécile	Claude Charbonneau	623-2863
18 ve	Souper aux huîtres	Chalet des Loisirs du Plateau	Camille Roy	628-6995

CALENDRIER DES ACTIVITÉS – AUTOMNE 2013

DATES	ACTIVITÉS	ENDROITS	RESPONSABLES	
OCTOBRE				
19 sa	Salon des organismes bénévoles	au Carrefour Charlesbourg		
21 lu	Atelier Art-Atout	À déterminer	Andrée Girard	622-3200
21 lu	Ciné-discussion	Bibliothèque Paul-Aimé-Paiement	Jacques Bois	628-9905
21 lu	Club de marche	Cap-Tourmente	Édith Vachon	849-5109
21 lu	Réflexologie (2 ^e groupe)	Centre culturel et communautaire	Roger Jobin	872-8615
21-28	Ski de fond-raquettes Inscription anciens membres	Chalet des Loisirs du Plateau	Colette Tremblay	522-0627
24 je	Matinée C.J.R.	Bibliothèque Paul-Aimé-Paiement	André Bellemare	627-3730
NOVEMBRE				
04 lu	Ski de fond-raquettes Inscription nouveaux membres	Chalet des Loisirs du Plateau	Colette Tremblay	522-0627
04 lu	Atelier Art-Atout	À déterminer	Andrée Girard	622-3200
07 je	Déjeuner mensuel	Resto Grill Le Clac	Gaétan Bourbeau	628-5791
07 je	Matinée C.J.R.	Bibliothèque Paul-Aimé-Paiement	André Bellemare	627-3730
09 sa	Vins et fromages	Chalet des Loisirs du Plateau	Ginette Dufresne	623-4582
12 ma	Visite	Musée de la Civilisation	Nicole Letellier	626-5208
13 me	Théâtre	La Bordée	André Bellemare	627-3730
18 lu	Club de marche	Marais du Nord	Édith Vachon	849-5109
18 lu	Ciné-discussion	Bibliothèque Paul-Aimé-Paiement	Jacques Bois	628-9905
22 ve	Rencontre nouv. membres	Chalet des Loisirs du Plateau	Jean Deslauriers	624-4691
25 lu	Atelier Art-Atout	À déterminer	Andrée Girard	622-3200
26 ma	Voyage Enfants de la Télé	Montréal	Gaétan Bourbeau	628-5791
26 ma	Dîner – Golf du mardi	À déterminer	Suzanne Bolduc	627-9717
27 me	Spectacle-Cabaret	Grand Théâtre de Québec	Ginette Turner	622-7059
29 ve	Remise des textes	L'INFO C.J.R.	Marcelle Fournier	623-0173
DÉCEMBRE				
01 di	Spectacle de Noël	Salle Dina-Bélanger	Ginette Turner	622-7059
02 lu	Club de marche	Mont-Tourbillon	Édith Vachon	849-5109
03 ma	Danse en ligne (Fin)	Chalet des Loisirs du Plateau	Gisèle Levasseur	628-4515
05 je	Déjeuner mensuel	Resto Grill Le Clac	Gaétan Bourbeau	628-5791
06 ve	Bridge Tournoi suisse	Chalet des Loisirs du Plateau	Cl. Charbonneau	623-2863
09 lu	Atelier Art-Atout	À déterminer	Andrée Girard	622-3200
12 je	Ski de fond	Camp Mercier	Colette Tremblay	522-0627
14 sa	Souper concert	La guignolée	Pierrette Malenfant	626-6525
16 lu	Club de marche	Rivière Saint-Charles	Édith Vachon	849-5109
16 lu	Lundis PM (Fin)	Chalet des Loisirs du Plateau	Cl. Charbonneau	623-2863
18 me	Tennis (Jitney)	Club Avantage	Yvan Guilbault	628-6359
20 ve	Parution du journal	L'INFO C.J.R.	Cl. Charbonneau	623-2863
21 sa	Souper de Noël	Sous-sol de l'église Saint-Jérôme	Georgette Baril	626-7454
JANVIER				
02 je	Déjeuner mensuel	Resto Grill Le Clac	Gaétan Bourbeau	628-5791
03 ve	Inscription aux activités	Sous-sol de l'église Saint-Jérôme	Cl. Charbonneau	623-2863
06 lu	Lundis PM (Début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Hélène Beaulieu	628-1106
10 ve	Bridge (Début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Cl. Charbonneau	623-2863
15 me	Théâtre	Le Trident	André Bellemare	627-3730
16-23	Voyage	Riviera-Maya	Gaétan Bourbeau	628-5791
17 ve	Soirée des bénévoles	Chalet des Loisirs du Plateau	Cl. Charbonneau	623-2863



Paroisse Saint-Charles-Borromée

Saviez-vous que...

Nous avons un nouveau
columbarium extérieur

au cimetière Saint-Charles-Borromée.

Si vous êtes intéressés
à vous procurer un emplacement
ou pour des informations

Contactez :

Lise Beudet au 418-623-1847 poste 102



Anne-Marie Day

Députée de Charlesbourg-Haute-Saint-Charles

Bureau de circonscription

8400, boul. Henri-Bourassa
Bureau 204, 2e étage
Québec (Québec) G1G 4E2
Tél. : 418 624-0022
Télé. : 418 624-1095

Ottawa

Pièce 930
Édifice de la Confédération
Ottawa (Ontario) K1A 0A6
Tél. : 613 995-8857
Télé. : 613 995-1625

anne-marie.day@parl.gc.ca | www.annemarieday.npd.ca

- 1- Bonification du Régime des Rentes du Québec en collaboration avec la province;
- 2- Supplément du revenu garanti **automatique** pour tous les aînés y ayant droit;
- 3- Augmentation du Supplément du revenu garanti pour sortir tous les aînés de la pauvreté;
- 4- Maintien à 65 ans de l'accessibilité à la Sécurité de la vieillesse.

5- SOUPER AUX HUÎTRES

Date : Le vendredi 18 octobre
 Heure : 18 h 15 pour les huîtres sur écailles et souper à 18 h 45
 Endroit : Chalet des Loisirs du Plateau
 Coût : 24 \$ (membre) 29 \$ (non membre)
 Menu : Velouté d'huîtres, huîtres frites, vol-au-vent aux huîtres, légumes d'accompagnement, dessert, café ou thé

Les huîtres sur écailles au coût supplémentaire de 12 \$ la douzaine devront être commandées et payées lors de l'inscription. Il faut apporter un couteau pour ouvrir les huîtres et un tablier.

Les portes ouvriront à 18 heures. La priorité est accordée aux membres. Un minimum de 50 personnes est requis pour la tenue de l'activité. Apportez vos boissons. Musique et danse compléteront votre soirée jusqu'à 22 h 30.

Camille et Carmen Roy 418-628-6995

Michel et Madeleine Pilon 418-353-4117

Jeannick et Lise Dubé 418-626-4501, responsables

6- DÉGUSTATION VINS ET FROMAGES

Une activité qui n'a plus besoin de présentation pour les membres de la C.J.R.

Une dégustation qui comprend trois services de fromages et trois services de vins, le tout accompagné de charcuteries, pain, biscottes, fruits et dessert.

Animée par Fernand Routhier et Jacques Dufresne, cette soirée conviviale comportera musique, chansons et danse.

Date : Le samedi 9 novembre
 Endroit : Chalet des Loisirs du Plateau
 Heure : 18 h
 Coût : 30 \$

Vos hôtes :

Ginette Dufresne 418-623-4582

Claude Charbonneau 418-623-2863, responsables

« Une fois qu'on a passé les bornes, il n'y a plus de limites. »

Alphonse Allais



**Groupe
Voyages Québec**
Détenteur des permis du Québec

174 Grande-Allée O
Québec

Prague, féerie de Noël, 1 déc.

(8 jours, hôtel 4*, 8 repas, vol : Air France) ----- 1 699 \$

Croisière Marchés de Noël en Alsace, 29 nov.

(9 jours, 13 repas, vol : Transat) ----- 2 599 \$

Marché de Noël à Barcelone, 2 déc..

(8 jours, hôtel 4*, 6 repas, vol : Air France) ----- 1 799 \$

Budapest à Noël, 4 déc.

(8 jours, 8 repas, hôtel 4* centre ville, vol : British) ----- 1 799 \$

Circuit au Costa Rica, 12 mars,

(13 jours, 33 repas, vol : Air Canada) ----- 3 449 \$

Mardi Gras en Louisiane et croisière Caraïbes, 19 février,

(12 jours 24 repas) ----- 2 699 \$ cabine int.

Circuit Californie et croisière côte du Pacifique 7 mai 2014,

(12 jours, 26 repas) ----- 2 659 \$ cabine int.

Croisière aux Bermudes 8 mai

(9 jours, 21 repas) ----- 1 149 \$ cabine int.

Tous les itinéraires de ces voyages sont disponibles sur notre site web www.gvq.ca
 Pour plus d'informations, contactez France Tanguay au 418-780-0548

Section VII

SANTÉ, PLEIN AIR ET SPORTS

Jean Bédard

1- PÉTANQUE ÉTÉ 2013

Les années passent si vite qu'on ne s'en aperçoit qu'en les additionnant. Ceci est notre quinzième année de club de pétanque, nous en sommes très fiers. Je dois remercier sincèrement les 176 participants pour nos 3 soirées hebdomadaires et mes acolytes Raymond Blanchette, Bibiane Lemieux et Gilles Roy. J'ajoute un merci spécial à nos capitaines d'équipe qui sont très efficaces.

Encore une fois, je tiens à souligner le travail et le dévouement des membres du comité. Nous devons toutefois penser à la relève pour cette activité. C'est toujours un réel plaisir que de voir les gens fidèles à leur rendez-vous et s'amuser.

La saison se terminera en début septembre par un tournoi et un souper que nous confirmerons aux membres concernés.

Lisette Côté 418-627-3546, responsable

2- CAMPING – ÎLE DU FORT À PIERREVILLE

Le camping de la C.J.R. a eu lieu à Pierreville en juin dernier. Nouvelle région pour la plupart d'entre nous, ce fut l'occasion d'y parcourir des km sur les rives du Saint-Laurent et surtout de participer tous ensemble à plein d'activités. Merci à chacun d'avoir collaboré à son succès.

Nouveau campeur depuis deux ans, Jean-Luc Morin prendra la relève à titre de président du camping l'an prochain. Nous lui souhaitons bonne chance.

Merci à chacun de vous et à l'an prochain.

Fernande Jobidon

Jean-Claude Michel

“Pour être heureux, il faut penser au bonheur d'un autre.”

Alphonse Allais

3- GOLF DU MARDI

La saison 2013 est déjà terminée. Quelle belle saison : parfois ensoleillée, parfois très chaude et une bonne ronde qui a été joliment arrosée... Nous remercions tous les joueurs pour leur participation, leur entrain et leur compréhension lorsque nous devons apporter certains changements dans les départs. Nous avons eu environ 200 joueurs pour toute la saison, que ce soit pour les 2 blocs ou pour quelques parties, c'est tout un exploit.

La saison s'est terminée par un brunch au Mont-Tourbillon le mardi 27 août. Le comité apprécie énormément le dynamisme et la convivialité de chacun et chacune. Nous vous donnons rendez-vous le dernier mardi de novembre pour notre dîner traditionnel de Noël. Nous vous donnerons plus de détails quant à l'endroit et l'heure au début de novembre en utilisant la boîte vocale de la C.J.R. N'oubliez pas d'inscrire cette activité à votre agenda.

Nous espérons vous revoir en 2014 et vous souhaitons du bon golf automnal.

Votre comité : Suzanne, Monique, Denise et Pauline

4- SKI DE FOND ET RAQUETTES – SAISON 2013

Amis skieurs et raquetteurs, bonjour.

Bien que l'été ne soit pas terminé, nous devons déjà planifier la prochaine saison. Les participants de l'an dernier auront le privilège de se réinscrire au chalet des Loisirs du Plateau les lundis 21 et 28 octobre, de 13 h à 15 h. Dès le 4 novembre, les places disponibles seront offertes aux nouveaux adeptes. Le coût de l'inscription demeure à 65 \$.

Si les conditions le permettent, la saison 2013-2014 débutera en décembre. Des informations plus détaillées vous seront fournies lors de l'inscription.

Le comité d'organisation :

André Bellemare, Jean-Guy Boisvert, Pierre Collin,
Réjean Loignon, Raymonde Rivard, Colette Tremblay,
418-522-0627, responsable

André Bellemare, pour le comité

5- SHUFFLEBOARD

Les activités automnales 2013 de shuffleboard débutent le lundi 9 septembre. Elles se déroulent les lundis, mardis et mercredis après-midi, de 15 à 17 heures, au Centre culturel et communautaire de Charlesbourg, 7575, boul. Henri-Bourassa (coin Henri-Bourassa et 76^e Rue). Le coût de l'inscription est de 10 \$ pour une fois semaine ou 15 \$ pour deux fois semaine.

Les joueurs inscrits au printemps ont montré leur intérêt pour continuer à l'automne et nous les attendons avec plaisir. Il pourrait y avoir encore quelques disponibilités. Vous pouvez vous informer auprès des responsables ou à l'inscription du 5 septembre.

Pour mieux connaître l'activité du shuffleboard, nous vous invitons à y participer, à titre d'invités, lors de la première semaine.

Bienvenue à tous.

Louise et Michel Tanguay 418-622-3536, responsables

6- CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

Début : Le lundi 9 septembre
Fin : Le vendredi 20 décembre
Endroit : Ancien gymnase de l'école secondaire Saint-Jean-Eudes, 640, avenue du Bourg-Royal
Heure : 8 h 40 à 9 h 40
Petite modification au niveau du coût d'inscription
Coût : Une journée semaine : 25 \$
Deux journées semaine : 40 \$
Trois journées semaine et + : 60 \$

Nous avons dû procéder à un changement d'horaire de nos moniteurs afin d'avoir du personnel qualifié toute la saison. Guy Fournier donnera les cours les lundis, mardis et vendredis et Isabelle Mercier donnera le cours du mercredi.

Pour le jeudi, rien n'est confirmé au moment d'écrire l'article. Nous vous informerons du nom du moniteur lors de la journée d'inscription soit Carlos Humberto ou Annie Légaré.

Au plaisir de vous revoir en grand nombre.

Robert Ouellet 418-849-5023

Nicole Demers et André Nadeau 418-622-6103,
responsables

7- TAÏ CHI

Début : Le vendredi 13 septembre
Durée : 12 semaines
Fin : Le vendredi 6 décembre
Heure : 9 h à 10 h 30
Endroit : Chalet des Loisirs du Plateau
Coût : 62 \$ (67 \$ non membre)

Le nombre maximum de personnes par session est de 25 participants.

Cette session est offerte aux initiés ou aux personnes ayant déjà pratiqué le taï chi et qui en connaissent suffisamment les rudiments pour se joindre aux initiés.

Louise Déziel 418-628-5282, professeur

Rémi Hains 418-628-6705, responsable

8- TENNIS – SAISON AUTOMNE 2013

La saison d'automne débutera le lundi 16 septembre dans le gymnase de l'école secondaire Saint-Jean-Eudes au 640, avenue du Bourg-Royal.

Les personnes inscrites en 2012-2013 recevront une fiche précisant les horaires et plages de jeu disponibles à compléter avant l'inscription du 5 septembre. Le coût demeure le même, soit 30 \$ pour la session (montant payable par chèque).

La composition des cellules qui tient compte du nombre de disponibilités inscrites par le joueur à sa fiche lors de l'inscription permet aux membres du comité du tennis d'établir des équipes équilibrées.

Merci de votre collaboration et nous espérons vous revoir lors de l'inscription.

**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

Votre comité du tennis C.J.R.

Nicole Dorais, directrice

Nicole Toussaint, secrétaire

Claude Alain, trésorier

Jean-Yves Walsh, vice-président

Yvan Guilbault 418-628-6359, président et responsable

9- CLUB DE MARCHÉ – AUTOMNE 2013

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 la veille ou le matin du départ. 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 à moins d'indication contraire à la programmation.

Certaines activités peuvent durer toute une journée et nécessiter des frais supplémentaires : repas, droits d'entrée, transport en autobus ou autres. 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
2 \$ par sortie pour les non membres
du club de marche

Programmation :

Nous vous donnons ici les lieux des activités ainsi que le niveau de difficulté. Pour les détails, procurez-vous la programmation lors de l'inscription ou au chalet les lundis p.m.

9 sept. (16 sept.)

Sentier linéaire de la rivière Saint-Charles, secteur Kabir Kouba. Facile.

23 sept. (30 sept.)

Sentier Gabrielle-Roy Est. Petite-Rivière Saint-François. **Autobus**. Intermédiaire.

7 oct. (14 oct.)

Fossambault-sur-le-Lac (Lac Saint-Joseph). Facile.

21 oct. (28 oct.)

Cap-Tourmente. **Autobus**. Facile-intermédiaire.

18 nov. (25 nov.)

Marais du Nord (près du Lac Delage). Facile.

2 déc. (9 déc.)

Mont-Tourbillon (Lac-Beauport) Facile.

16 déc. (non reportée)

Sentier linéaire de la rivière Saint-Charles, vers centre-ville avec dîner au restaurant (à déterminer). **Auto-bus**. Facile.

Veillez noter qu'il peut arriver qu'une sortie soit modifiée ou annulée.

Nous avons bien hâte de vous retrouver en septembre pour partager avec vous de bons moments lors de ces marches.

Bienvenue aux nouveaux marcheurs qui se joindront à nous.

Édith Vachon 418-849-5109, responsable

10- SAISON DE GOLF 2013

JOURNÉES DE GOLF

1- Plessisville

Date : 4 septembre

Endroit : Club de golf Plessisville

Coût : 30 \$, taxes et voiture motorisée incluses

2- Saint-Jean-Port-Joli

Date : 18 septembre

Endroit : Club de golf Trois-Saumons

Coût : 35 \$, taxes et voiture motorisée incluses

Notes :

- Tous les départs sont à compter de 11 h.
- 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

GOLF DE FERMETURE

La saison de golf tire à sa fin et la C.J.R. vous propose une rencontre au club de golf ALPIN à Sainte-Brigitte-de-Laval. Venez profiter des belles couleurs d'automne. Cette journée comprend 9 trous de golf, la voiturette électrique ainsi que la possibilité de frapper des balles à volonté au champ de pratique.

Date : Le mercredi 25 septembre

Heure : Premier départ vers 13 heures

Endroit : Club de golf Alpin, 20 rue des Monardes, Sainte-Brigitte-de-Laval

Coût : 25 \$

Votre inscription ainsi que votre paiement se feront lors de l'inscription aux activités, le jeudi 5 septembre.

Nous vous attendons.

Pierre Bédard 418-849-6911

Ginette Dufresne 418-623-4582, responsables

11- CLUB DE VÉLO (SAISON 2013)

Salutations aux 165 membres du club vélo. Cette année nous avons accueilli 56 nouveaux membres. Notre saison vélo va bon train et la participation est très bonne. Nous avons à l'agenda 14 sorties locales et au moment où vous lirez ces lignes, il en restera 4 à rouler.

Nous avons eu un très beau voyage de quatre jours à Shawinigan. Les participants semblent avoir bien aimé leur séjour malgré une température chaude et plus de côtes que d'habitude. L'hôtel, les repas et la piscine ont été très appréciés. Nous étions 95 participants. Shawinigan est une belle région pour faire du vélo mais un peu côteuse. Il ne reste à l'équipe qu'à trouver une nouvelle région pour rouler l'an prochain qui sera au moins l'équivalent de ce que nous avons eu cette année.

Le souper de clôture de la saison vélo 2013 aura lieu le vendredi 27 septembre. Les informations concernant ce souper seront communiquées aux membres par courriel.

Je tiens à remercier tous les membres du comité vélo 2013 : Jean Deslauriers, Gérald Bacon, Léo Vidal, Andrée Girard, Martine Frenette et Michel Coulombe qui ont travaillé très fort pour organiser cette saison.

Aussi un gros merci à tous ceux qui ont accepté d'encadrer les groupes durant nos sorties locales et le voyage et d'en assurer la sécurité. Un gros merci aussi à Suzanne Levasseur et André Nadeau qui nous ont sécurisés en étant voiture balai.

Bonne fin de saison.

Claude Fortin pour le comité vélo 2013.

*En amitié, toutes pensées, tous désirs,
toutes attentes naissent sans parole et se
partagent souvent dans une joie muette.*

Auteur inconnu

Section VIII 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.

Nous recevons des commentaires de plusieurs membres à l'effet qu'ils ne s'inscrivent pas aux sorties et voyages proposés par la C.J.R. parce qu'il n'y plus de places. Sachez que pour la plupart des sorties d'une journée, des places sont disponibles.

Le conseil d'administration

2- VISITE DANS LOTBINIÈRE

Plus de 50 membres de la C.J.R. se sont déplacés en 3 lieux de Lotbinière pour une visite très agréable.

Tout d'abord, à Deschaillons, visite de Cap Charles où 2 retraités passionnés de navigation saluent à leur manière chaque bateau en hissant leur drapeau et en faisant entendre leur hymne national.

Puis on se déplace vers Bécancour au vignoble du Domaine du Clos de l'Isle et aux jardins « Les Hémérocals

les de l'Isle » : splendides jardins fleuris et dégustation de vins produits sur place. Plusieurs participants se sont prévalués des produits du vignoble.

Enfin, souper-théâtre à Villeroy : la Grosse noce, où des participants « volontaires », dont notre ami Gaétan ont « acté la grosse noce ». Il a bien interprété son rôle du père de la mariée.

L'accueil fut très chaleureux et un délicieux repas nous a été servi par les acteurs bénévoles.

Donc, encore une fois, une enrichissante visite de coins typiques de chez nous, par le biais de la C.J.R.

Michel Pilon



3- VOYAGE À DUBAÏ

Au nom de la C.J.R. et en mon nom personnel, j'aimerais remercier tous les membres (63 personnes) qui ont participé au voyage de Dubaï. Voici 2 photos qui nous rappellent de beaux souvenirs.

Vous êtes vraiment très stimulants et encourageants. Votre énergie et votre spontanéité me permettent de continuer dans le domaine des voyages.



Sincères mercis de participer en si grand nombre aux activités que j'organise.

Ginette Turner

4- VOYAGE AU PARC MARIE-VICTORIN



Voici la photo du groupe lors de la visite du parc Marie-Victorin à Kingsey Falls, le 4 août dernier.

André Bellemare

5- VOYAGES QUI SONT COMPLETS

Boston, du 11 au 14 octobre, responsable Gaétan Bourbeau

Découverte nature dans Bellechasse, 26 septembre, responsable André Bellemare

Croisière en Méditerranée, 7 au 23 septembre, responsable Ginette Turner

Circuit Angleterre, Écosse, Irlande, mai 2014, responsable Ginette Turner

Vous pouvez inscrire votre nom sur la liste d'attente en communiquant avec les personnes responsables.

6- POMMES, VIN, FROMAGE ET MIEL DANS LES BOIS-FRANCS

Date : Le jeudi 19 septembre

Départ à 8 h du stationnement de l'église Sainte-Cécile en direction de Victoriaville. Visite guidée de la Fromagerie Victoria qui fabrique du cheddar frais. Ensuite, nous nous rendons à Warwick pour visiter les Vergers des Horizons avec dégustation de produits.

Dîner inclus au Bistro Le Paris Brest. En après-midi, nous nous rendons chez Miels Boivin pour déguster les variétés de miel crémeux aux petits fruits. Nous visiterons ensuite le vignoble Les Côtes Gavet dans la localité de Tingwick pour une dégustation de leurs produits.

Souper à vos frais et retour à Québec vers 21 h.

Coût: 107 \$ (112 \$ non membre). Ce prix comprend le transport en autocar de luxe, le service d'un guide-accompagnateur, toutes les visites guidées, 1 repas, toutes les taxes et pourboires. Seul le souper est à vos frais.

Lucille Gilbert 418-977-5482, responsable

7- VISITE DANS CHARLEVOIX

Date : Le mercredi 2 octobre

Départ à 12 h du stationnement de l'église Sainte-Cécile en direction de Baie-St-Paul.

Temps libre pour visiter les boutiques et se restaurer. Ensuite nous nous dirigerons à Saint-Urbain pour visiter Le Centre de l'Émeu. Dégustation de produits sur place.

Direction Isle-aux-Coudres pour un souper à La Roche Pleureuse suivi d'une soirée dansante. Le retour est prévu vers 1 h.

Coût : 80 \$ (85 \$ non membre). Ce prix comprend le transport en autocar de luxe, le service d'un guide-accompagnateur, la visite guidée du Centre de l'Émeu, le souper à La Roche Pleureuse ainsi que la danse, les taxes et les pourboires.

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

Gaétan Bourbeau 418-628-5791, responsable

8- PLAISIRS D'AUTOMNE AUX COULEURS DE BÉCANCOUR

Date : Le vendredi 4 octobre

Départ 7 h du stationnement de l'église Sainte-Cécile en direction de Bécancour. Visite guidée du Verger du Centre de la biodiversité du Québec, autocueillette sur place. Les visiteurs repartiront avec un sac de 5 livres de pommes.

Nous visiterons ensuite le vignoble du Domaine du Clos de l'Isle. Vous aurez la possibilité de couper des grappes de raisins et de déguster du vin. Le dîner aura lieu à Gentilly au Club de golf de l'endroit.

Visite du Moulin Michel de Gentilly, l'un des rares moulins à farine dont les mécanismes hydrauliques sont toujours en état de marche. Visite commentée de Bleuets et Compagnie.

Souper libre en route et retour à Charlesbourg vers 20 h.

Coût: 97 \$ (102 \$ non membre). Ce prix comprend le transport en autocar de luxe, le service d'un guide-accompagnateur, toutes les visites guidées inscrites au programme, 1 repas, les taxes et les pourboires. Seul le souper est à vos frais.

Lucille Gilbert 418-977-5482, responsable

9- VOYAGE DANS LA RÉGION DES LAURENTIDES

Dates : Les 6 et 7 octobre

Départ : 8 h le dimanche 6 octobre

Coût : 192 \$ (197 \$ non membre). Ce prix comprend le transport en autocar de luxe avec guide, un coucher à l'hôtel Marriott Rési-

dence Inn (en occupation double), un petit déjeuner américain et un tour de ville de 3 heures avec un guide local.

Optionnel : Montée en gondole au sommet du Mont-Tremblant

Nous visiterons Saint-Sauveur et possiblement Sainte-Marguerite du Lac Masson (L'Esterel), Sainte-Adèle (Hôtel Chanteclerc), Val-David (La Sapinière), Saint-Jovite et au retour Sainte-Agathe-des-Monts.

Denis Paquet 418-622-3542, responsable

10- VOYAGE AU CASINO DE CHARLEVOIX

Date : Le jeudi 10 octobre

9 h Départ du stationnement de l'église Sainte-Cécile (côté nord)

9 h 10 Arrêt aux Galeries Charlesbourg, 4250, 1^{re} Avenue, près du restaurant Le Buffet des Continents

Un arrêt est prévu à Baie-Saint-Paul.

Dîner libre

Souper : Manoir Richelieu

Retour : Vers 22 h

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

Notes : Vous devez avoir une carte d'identité avec photo pour vous prévaloir du coupon-repas.

Denis Paquet 418-622-3542, responsable

11- VISITE GUIDÉE DE RADIO-CANADA ET ENREGISTREMENT DE L'ÉMISSION – LES ENFANTS DE LA TÉLÉ

Date : Le mardi 26 novembre

Départ à 7 h du stationnement de l'église Sainte-Cécile. Visite guidée de la Maison Radio-Canada. Nous visiterons les différents studios et les ateliers de décors utilisés pour les émissions de télé et de radio.

Dîner à vos frais à la cafétéria de l'endroit (environ 10 \$). En après-midi, nous assisterons à l'enregistrement de la populaire émission « Les Enfants de la Télé », animée par Véronique Cloutier.

Le souper aura lieu à la Casa Flora à Saint-Hyacinthe et le retour est prévu à Charlesbourg vers minuit.

Coût : 85 \$ (90 \$ non membre). Ce prix comprend le transport en autocar de luxe, le service d'un guide-accompagnateur, la visite guidée de la Maison Radio-Canada, l'enregistrement de l'émission « Les Enfants de la Télé », le souper, les taxes et les pourboires.

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

Gaétan Bourbeau 418-628-5791, responsable

12- SPECTACLE DE NOËL ET JARDIN HAMEL

Comme première activité, nous avons une période de temps libre pour visiter Jardin Hamel. Devenu un des plus grands centres de décorations de Noël au Canada, Jardin Hamel est dorénavant le leader dans le domaine.

Immédiatement après cette visite, nous nous rendons à la salle Dina-Bélanger pour assister au spectacle « Noël d'autrefois ». Venez chanter avec le duo France Duval et Bruno Laplante. Accompagnés de leurs invités, ils vous proposent un voyage initiatique à travers les différentes régions du Québec pour vous ramener au temps des Fêtes tel que célébré autrefois dans nos vieilles maisons.

Date : Le dimanche 1^{er} décembre

Prix : 79 \$ (84 \$ non membre). Ce prix comprend le transport en autobus scolaire, un repas, les activités au programme, le service d'un accompagnateur et toutes les taxes.

Ginette Turner 418-622-7059, responsable

13- SÉJOUR À RIVIERA MAYA AU MEXIQUE

Dates : 16 au 23 janvier 2014 (7 jours) ou 16 au 30 janvier 2014 (14 jours)

Départ de Québec avec la compagnie Sunwing à 6 h le matin du 16 janvier et retour à Québec à 16 h le 23 janvier.

Hébergement au Grand Sunset Princess (hôtel 5*) situé à 20 minutes de la ville Playa Del Carmen, trois repas par jour, plus collation et consommations à volonté. Activités multiples sur place.

Prix : 1 459 \$ par personne en occupation double ou 2 199 \$ pour 14 jours incluant le transport de l'aéroport de Cancun à l'hôtel (même service à votre retour). Un dépôt de 250 \$ est exigé, payable par chèque à l'ordre de Voyage Plein Sud ou par carte de crédit lors de la journée d'inscription. Paiement final le 15 novembre 2013.

30 places ont été réservées pour notre groupe. La priorité sera accordée aux personnes qui étaient intéressées par ce voyage. Un représentant de l'agence de voyage sera sur place à l'hôtel pour répondre à vos questions et réserver les excursions.

Apportez une copie de votre passeport valide à la période du voyage à l'inscription du 5 septembre.

Gaétan Bourbeau 418-628-5791, responsable

14- CARAÏBES DE L'EST

Vu la grande demande, je vous propose à nouveau pour le mois de mars 2014 la même croisière que l'an dernier sur l'Explorer of the Seas. Le départ se fera de Québec en autocar de luxe en direction du New-Jersey. Sont inclus la nuit au New-Jersey, le déjeuner, un tour guidé de la ville de New-York avec guide local. L'embarquement sur le bateau se fera vers 12 h 30.

Dates : Du 1^{er} au 11 mars 2014

Coût : Par personne, en occupation double :
Cabine intérieure : 1 499 \$
Cabine promenade intérieure : 1 589 \$
Cabine extérieure : 1 679 \$
Cabine balcon : 1 839 \$

Toute la documentation sera disponible à l'inscription du 5 septembre.

Ginette Turner 418-622-7059, responsable

15- VOYAGE EN TERRE SAINTE

Dates : Du 23 avril au 6 mai 2014 (12 nuits)

Ce voyage au départ de Montréal est accompagné par Sœur Angèle et l'abbé Gilbert.

Visitez Bethléem, Jéricho, la Mer Morte, le Jourdain, Nazareth, le Lac de Tibériade, Capharnaüm, le Mont Thabor, Jérusalem, le mont des Oliviers, le Jardin des Oliviers, le Jardin de Gethsémani, le Chemin de Croix, le Calvaire et le Tombeau de Jésus ... et plus.

Coût : 4125 \$ par personne en occupation double ou 3995 \$ par personne en occupation simple si réservé avant le 22 décembre 2013. Supplément en occupation simple de 905 \$. Le coût de l'autobus au départ de Québec est à vos frais.

Ce forfait comprend le vol aller-retour Montréal-Tel Aviv avec escale à Paris avec Air France, hébergement 12 nuits (hôtel 4*), transport en autocar de luxe climatisé, admission sur tous les sites prévus à l'horaire, deux repas par jour (déjeuner et souper), service d'un guide local francophone et d'un animateur spirituel, toutes les taxes.

Une présentation du voyage aura lieu le samedi 28 septembre au chalet des Loisirs du Plateau à 14 h.

Lucille Gilbert 418-977-5482, responsable

16- LONG SÉJOUR EN SICILE

Je vous propose de passer quatre (4) semaines en Sicile du 23 mars au 26 avril 2014, loin de la neige et de la *gadoue*.

Vous séjournerez dans un immeuble de deux étages regroupant quatre (4) appartements comprenant chacun une chambre à coucher avec un lit double ou deux lits simples, une salle de bain complète (douche, lavabo, toilette) avec séchoir à cheveux, la pièce principale regroupant le salon et la salle à manger avec une cuisine équipée. Les appartements sont équipés d'air climatisé, du chauffage et d'un balcon ou d'une terrasse et sont pourvus de la télévision locale et du téléphone avec ligne directe.

Sur le site vous avez accès aux terrains de tennis et de pétanque, à la table de ping-pong, à la plage et à la piscine, à la salle de lavage avec sècheuse (\$) ainsi qu'à un poste Internet et WiFi gratuit.

Votre séjour comprend notamment le transport A/R au départ de Montréal, un souper de bienvenue, un souper d'au revoir, un BBQ, un souper sicilien typique, trois visites de village, trois visites d'industries locales et 6 dégustations.

Des excursions optionnelles (\$) vous seront proposées pour visiter Palerme, Monreale, Syracuse, Noto, Agrigente, Taormina, le Mont Etna, les Îles Éoliennes, Erice, Raguse, Cefalu.

Ce séjour vous est proposé au prix de 2749 \$/pers. en occupation double.

Gilles Mercier 418-623-9900, responsable

17- RÉSULTATS DU SONDAGE DE MAI 2013

Circuit Angleterre, Écosse, Irlande : complet

Séjour à Riviera Maya : places disponibles. Inscription 5 septembre.

Mille-Îles, Toronto, Niagara on the Lake et Niagara Falls, 4 jours (fin août, début septembre 2014). Vous recevrez d'autres d'informations lors de la journée d'inscription.

18- SONDAGE

En vue de prochains voyages, nous effectuons un sondage lors de la journée d'inscription pour savoir si cette destination vous intéresse. Si suffisamment de personnes se montrent intéressées, nous l'organiserons.

Espagne et Portugal

Ce circuit, au départ de Montréal, est d'une durée de 17 jours et 30 repas sont inclus (tous les petits déjeuners et les soupers). Le prix pour 2014 est à déterminer (il est de 3 895\$ en 2013) le départ est prévu à la mi-septembre 2014.

L'hébergement est prévu à Lisbonne (2 nuits), Coimbra (1 nuit), Porto (2 nuits), Salamanque (1 nuit), Madrid (2 nuits), Cordoue (1 nuit), Séville (2 nuits), Grenade (2 nuits) et Torremolinos (1 ou 2 nuits selon l'option choisie). Il y a possibilité de prolonger à Barcelone (4 nuits avec petit déjeuner) pour environ 550 \$ avec transfert par avion.

La documentation sera disponible lors de la journée d'inscription.

Gilles Mercier 418-623-9900, responsable

“La misère a cela de bon qu'elle supprime la crainte des voleurs.”

Alphonse Allais

Section IX

INFORMATIONS SUR LES AUTRES ORGANISMES

1- CORPORATION DES LOISIRS DU PLATEAU



Notre projet de kiosque est maintenant réalité. Nous tenons à remercier nos partenaires : la Caisse Populaire de Charlesbourg pour sa très généreuse contribution, le constructeur CRD qui a assumé la valeur des taxes, la C.J.R. ainsi que le club de l'Amitié Sainte-Cécile.

Nous avons maintenant 5 appareils de conditionnement physique qui sont opérationnels entre la patinoire et le terrain de baseball. Nous vous encourageons à les utiliser pour garder une bonne forme physique. Le tout fut rendu possible en vertu d'un programme gouvernemental.

Concernant notre projet d'agrandissement du chalet principal, qui est sur la table depuis l'automne 2009, c'est toujours d'actualité et nous espérons une réalisation dans un avenir pas si lointain. Vous avez la possibilité de louer la salle de la Planque pour certaines activités ainsi que celle du chalet principal. Pour réserver, vous pouvez communiquer au 418-624-7220.

Madame Marie-Christine Crête-Cyr coordonnatrice depuis 5 ans, a assumé la responsabilité du P.V.E. pendant l'été. Cette dernière est désormais à temps complet pour répondre au public. La Corporation vous propose de nouvelles activités pour la prochaine saison. On peut consulter le bétin des activités ou encore notre site Web : www.loisirsduplateau.com ou au bureau : loisirsplateau@oricom.ca

Le 25 mai dernier, nous avons tenu notre marché aux puces annuel en collaboration avec la troupe Esplamago de l'école du Plateau. Cette activité n'a pas rencontré le succès escompté car nous avons dû utiliser le gymnase de l'école en raison de la pluie. Nous sommes à reconsidérer une autre date en juin pour l'an prochain.

Nous sommes en mode recherche pour la relève et particulièrement comme trésorier... Si vous avez un peu de temps à consacrer à la communauté, votre apport serait très apprécié.

Vous êtes invités à assister à notre *Assemblée générale* du 16 octobre prochain.

Errol Fortin, Président

2- GUIGNOLÉE SAINT-CHARLES-BORROMÉE

Le comité paroissial de Saint-Charles-Borromée vous offre de participer à un souper et à un concert bénéfique avec l'Harmonie de Charlesbourg dans le cadre de sa campagne de la guignolée 2013.

Date : Le samedi 14 décembre
 Endroit : Sous-sol de l'église Saint-Jérôme, 6330, 3^e Avenue Est, Charlesbourg
 Heure : Souper à 18 h et concert à 20 h
 Coût : Souper seulement: 15 \$, concert seulement 15 \$ ou forfait souper-concert 25 \$
 Note : Billets en vente lors de l'inscription du jeudi 5 septembre

Pierrette Malenfant 418-626-6525, responsable

3- LA SOCIÉTÉ SAINT-VINCENT-DE-PAUL

La société Saint-Vincent-de-Paul est une organisation caritative catholique internationale présente dans plus de 142 pays à travers le monde. Elle a été fondée en 1833 à Paris par Frédéric Ozanam et un groupe de jeunes chrétiens. La Société est dirigée par un Conseil général qui a toujours eu la ville de Paris comme siège social.

L'année 2013 souligne le 200^e anniversaire de la naissance de Frédéric Ozanam. La cellule de base de la

Les petites annonces C.J.R.

8815, avenue Jean-Paquin, Québec G1G 4W7

SERVICE

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
 Films de ciné caméra en DVD

Jean-Claude – Téléphone : (418) 627-3479

Réf.: 137

Société est la conférence qui regroupe quelques dizaines de personnes sur un territoire déterminé, généralement celui d'une paroisse.

La première conférence de la Société Saint-Vincent-de-Paul au Canada, la conférence Notre-Dame, est officiellement fondée le 12 novembre 1846 lors d'une réunion dans la sacristie Saint-Louis de la cathédrale de Québec.

Un réseau de charité depuis plus de 165 ans... La conférence Saint-Rodrigue de la paroisse Saint-Jean-Eudes a un besoin de ressources humaines. Un accueil particu-

lièrement chaleureux sera réservé à quiconque peut assumer du travail de secrétariat à l'ordinateur.

À l'exception du chaque premier vendredi du mois, la conférence Saint-Rodrigue est à l'œuvre les autres vendredis de 9 h à 11 h à l'église Saint-Rodrigue (porte 10). Venez y jeter un coup d'œil et qui sait, peut-être agrandir la famille ?

Vous pouvez me contacter au 418-626-1058 ou au 418-628-0240 (boîte vocale de la conférence Saint-Rodrigue).

Marthe Lacourcière, présidente

Section X 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- MARCHE DE LA MÉMOIRE

Nous vous informons que suite à la Marche de la Mémoire du 26 mai dernier, une somme de 3000 \$ a été remise à la Société Alzheimer de Québec au nom de la C.J.R.

Nous devons souligner l'initiative de Claude Guérette qui a ramassé un très beau montant dans son milieu. Nous avons aussi sollicité nos propres familles ainsi que nos entourages respectifs.

Merci à tous les membres de la C.J.R. qui auront permis de faire de cette Marche un grand succès et nous vous donnons rendez-vous en MAI 2014.

Nous avons marché pour quelqu'un qui nous tient à cœur.

Lise Matte et Andrée Girard



3- ACCOMMODEMENT RAISONNABLE

Pourquoi existe-t-il des accommodements raisonnables?

À cause du droit des Québécois et des Québécoises de tous horizons d'être protégés contre l'exclusion et la discrimination basées sur l'origine nationale ou ethnique, la religion, le sexe, l'orientation sexuelle... Cette protection découle des Chartes (québécoise et canadienne). Les organismes et entreprises qui refusent d'accueillir une personne lorsque cela serait raisonnable peuvent faire l'objet de plaintes à la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse ou de poursuites devant les tribunaux.

Qu'est-ce qu'un « accommodement raisonnable »?

Au sens juridique, l'accommodement raisonnable est une conséquence du droit à l'égalité et à la protection contre la discrimination. C'est une mesure corrective qui vise à assurer qu'une personne puisse avoir accès aux mêmes emplois, établissements ou services que les autres, peu importe ses caractéristiques personnelles : âge, handicap, religion, langue... Fait à souligner, l'accommodement raisonnable est fait en faveur d'un ou de plusieurs individus précis et non d'un groupe.

Lorsqu'une caractéristique propre à une personne l'empêche d'avoir accès aux mêmes avantages que la majorité, le principe de l'accommodement raisonnable veut que l'on corrige le tir en accommodant la personne, afin de lui permettre de ne pas être exclue. L'accommodement raisonnable crée donc une norme différente pour une personne sans pour autant pénaliser le reste du groupe.

Quelles sont les limites de l'accommodement raisonnable?

Un accommodement n'est « raisonnable » que s'il n'impose pas une contrainte excessive à l'organisme ou à l'entreprise concerné. Par exemple, une personne non voyante pourrait demander la traduction en braille des fonctions de l'ascenseur qu'elle utilise pour se rendre à son bureau et à celui de son superviseur. Mais elle ne pourrait pas le demander pour tous les ascenseurs de tous les immeubles de la compagnie qui l'emploie. Une telle mesure demanderait trop de temps et d'argent au bénéfice d'une seule personne.

Être ou ne pas être un accommodement raisonnable?

Si on s'en tient à la définition juridique de l'accommodement raisonnable, on constate que le concept a été utilisé à toutes les sauces ces derniers temps. On se sert de ce terme pour décrire, pêle-mêle, bons rapports de voisinage, politiques d'intégration ou de gestion d'organisation, voire tactiques de marketing visant à attirer une communauté particulière ou à ne pas subir ses foudres!

D'un autre côté, il est normal que le concept évolue et échappe progressivement à la sphère purement juridique pour se fonder aux politiques des entreprises et des organismes, dans une optique d'intégration, de coexistence harmonieuse et de prévention des conflits. Finalement, il faut savoir que d'autres lois, à part les chartes, tiennent également compte de la société pluraliste dans laquelle nous vivons.

Notes compilées par Claude Charbonneau

4- LES GRANDS EXPLORATEURS

Amateur de voyages et de grands reportages, durant la saison 2013-2014, vous pourrez assister à une saison de six conférences incluant le Hors-Série classique et le Hors-série découverte avec projection à la Salle Albert-Rousseau ou au Grand Théâtre de Québec ou encore au Cégep de Lévis-Lauzon.

Vous visiterez successivement : Senteurs de Provence, Québec Terre du Nord, Mongolie sous le vent, Parfums de Louisiane, Venise la magnifique, Espagne exaltante Andalousie, Sydney-Bruxelles l'Odyssée (Hors-série classique), Trésors de Birmanie (Hors-Série Découverte).

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. Des billets dans plusieurs sections sont encore disponibles.

Inscription finale le jeudi 5 septembre.

Denis Paquet 418-622-3542, responsable

5- PASSEPORT LOISIRS GASTRONOMIQUE 2013-2014

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

Le prix régulier est de 35 \$. Le prix de groupe pour les passeports Plein-Air Loisirs et Gastronomique sera de 25 \$. Cette année, les passeports pourraient être disponibles au début de novembre 2013. Vous pouvez réserver votre passeport à l'avance lors de l'inscription du jeudi 5 septembre. La période de vente et la quantité des passeports sont limitées.

Denis Paquet 418-622-3542, responsable

6- GROSSES QUILLES

Vous aimez jouer aux grosses quilles, mais ne désirez pas faire partie d'une ligue. Venez vous joindre à notre groupe à compter du 28 août prochain. On vous attend en grand nombre le mercredi matin à compter de 9 h 30, au salon

de quilles Montmorency, situé au 2400, boul. Montmorency. Il n'y a aucune pénalité si vous n'êtes pas là. Vous ne payez que pour les parties jouées.

Au plaisir de vous rencontrer.

André Nadeau 418-622-6103, responsable

7- RABAIS PEINTURE



Une entente a été convenue entre le détaillant Betonel-Dulux du 4500, boul. Henri-Bourassa et la C.J.R. afin d'obtenir un rabais de 25 % sur tous les produits de peinture et 15 % sur les accessoires tels que rouleaux, pincesaux...

Vous devez le mentionner avant d'effectuer votre achat et présenter votre carte de membre de l'année en cours. Éventuellement, d'autres détaillants pourraient s'ajouter à cette entente.

Jean Deslauriers, administrateur

Des rabais exclusifs : c'est réglé.



Isabelle Roy
Agente en assurance de dommages

Spécialement réservé aux membres



Profitez d'une **réduction allant jusqu'à 12 %** sur vos assurances automobile, habitation et véhicules de loisirs.

Service
100 %
personnalisé

Je suis l'agente
dédiée à votre club,
appelez-moi!
418 622-2322

Affiliée à :



La Capitale
Assurances générales

Cabinet en assurance de dommages

HOSTELLERIE

Au
Cœur du
Bourg

418 628-8968

www.residences.lacapitale.com

Près de tout près de vous

Résidence pour retraités autonomes reliée au CLSC La Source

À l'Hostellerie Au Cœur du Bourg des gens compétents et expérimentés,
soucieux de favoriser et de maintenir le plus longtemps possible votre autonomie,
vous prodigueront des services de grande qualité.

Habiter à l'Hostellerie Au Cœur du Bourg, c'est choisir de rester actif, de profiter de la vie au maximum
et de s'entourer de gens dynamiques



La Capitale
Immobilière MFQ



AUTOPRO

Atelier de mécanique Jean-Talon

**1557 boul. Jean-Talon Ouest,
Québec, Qc**

418.628.6491

**SUSPENSION
FREINS
MISE AU POINT
INSPECTION**

