



L'INFO C.J.R.



LA COMPAGNIE DES JEUNES RETRAITÉ(E)S DU PLATEAU

Volume 2, N°1

Septembre 1999

MOT DU PRÉSIDENT

Au seuil du Millénaire, notre Organisme est en progression constante et la participation des membres est à son meilleur, et dans la diversité. La C.J.R. a franchi dernièrement le cap de 700 membres.

Depuis la formation du nouveau C.A., des activités nouvelles sont venues se greffer au programme, tel que la pétanque, les randonnées à vélo longues distances, le tennis, le bridge etc., ce qui contribue au succès de notre Compagnie. Les beaux voyages y sont aussi pour quelque chose.



J'en profite pour remercier tous ceux et celles qui ont contribué au bon fonctionnement des activités de la C.J.R. Je veux également remercier nos ex-membres du dernier C.A. Merci à **Roger Lévesque, Lise Morissette, Colette Fortin et Léopold Béchette.**

Je vous incite à choisir et à participer aux activités proposées, d'abord pour se faire plaisir, rester alerte et garder sa santé. On travaille pour vous et avec vous! La C.J.R. est pour vous un moyen d'identification et d'appartenance. Impliquez-vous au maximum pour bien débiter le Millénaire.

Errol Fortin, Président de la C.J.R.

MA CARTE C.J.R. 2000

Votre carte C.J.R. est renouvelable à partir du 1^{er} octobre. Vous avez jusqu'au 31 décembre 1999, après quoi, vous serez exclus de la liste de membres.

Afin de faciliter la procédure, notre bureau sera ouvert tous **les lundis de 13 h à 16 h au Chalet du Plateau.**

Vous pouvez aussi le faire par le courrier en nous faisant parvenir votre chèque de 8,00\$ avec vos coordonnées au **8815, avenue Jean-Paquin, G1G 4W7.** Votre carte vous parviendra par le courrier.

NE PERDEZ PAS VOS PRIVILÈGES, FAITES VITE.

PAULINE CLOUTIER, registraire



Conseil d'administration C.J.R.

De gauche à droite, Ire rangée: *Sylvia Béchette, Errol Fortin, Pauline Cloutier, Nicole Savard, André Berger;* Deuxième rangée: *Dolorès Thomassin, Diane St-Pierre, Aline Parent, Claude Charbonneau, Jean Bédard, et Philippe Baës*

N'apparaissent pas sur la photo:
Pauline Morneau et Rock Beaulieu

LA COOPÉRATIVE DE SERVICES À DOMICILE DE CHARLESBOURG UNE RÉALITÉ À VOTRE SERVICE

La Coopérative de services à domicile de Charlesbourg a entrepris sa première année d'opérations depuis le premier avril dernier.

Vous vous souviendrez que la mission de la coop à but non lucratif vise à procurer des services à domicile fiables et de qualité adaptés aux besoins des aînés en perte d'autonomie partielle et permanente, des personnes handicapées, des aînés en bonne santé et des ménages actifs, tout cela, offert à un coût abordable.

Cette entreprise d'économie sociale que la Ville de Charlesbourg reconnaît à titre d'organisme municipal a pris le relais de l'ancien Centre d'Aide Communautaire de Charlesbourg. Elle permet à ses membres de demeurer autonomes le plus longtemps possible à la maison et de gagner leur confiance. Un seul paiement à vie d'une part sociale de 10\$ donne à l'utilisateur les avantages du membre. En effet, les membres à ce titre, bénéficient d'une réduction de 1\$ par heure achetée.

Parmi les autres objectifs de la coopérative, la prestation experte de services aux usagers est capitale. Ces services très variés passent par des services d'aide domestique (entretien ménager, grand ménage, accompagnement, préparation de repas, lavage de vitres, etc.) à de l'assistance à la personne (soins d'hygiène tel que les levers, bains et couchers ainsi que du gardiennage divers).

Au 20 août dernier, 226 membres avaient déjà adhéré à l'entreprise et plus de 220 usagers utilisaient différents services à domicile. Les objectifs de réalisation fixés pour la première année (1999-2000) sont des balises et des cibles minimales à atteindre tout à la fois : faire croître de 85% le volume d'heures de services pour atteindre 33,000 heures/année au printemps prochain ; augmenter de 70% les membres de la coop pour lui donner 340 membres et accroître de 90% le nombre d'usagers totaux portant la cible à 390.

Le territoire d'activité est celui des localités desservies par le CLSC La Source, c'est-à-dire, Charlesbourg, Lac-Beauport, Lac-Saint-Charles, Lac-Delage, les Cantons-Unis de Stoneham et Tewkesbury.

Par ailleurs, un protocole d'entente régit un mode d'opération original entre la coop et le CLSC La Source quant à l'assurance des services complémentaires que la coop dispense aux clients qui lui sont référés par le CLSC en matière de services d'aide à domicile.

La Coopérative sollicite le support tangible des membres de la Compagnie des jeunes retraité(e)s du Plateau de Charlesbourg à son démarrage soutenu en devenant membres de la jeune coop et faisant propager les services à domicile autour d'eux. Des idées-cadeaux sont proposées dès l'automne dans le but de répondre à des besoins exprimés et à exprimer d'une part grandissante de la collectivité à la recherche d'une plus grande qualité de vie à domicile.

Des heures gratuites de services sont rendues aux membres de la coop qui recrutent de nouveaux membres et pour la nouvelle clientèle référée par eux. Des certificats-cadeaux offrent d'autres heures de services à domicile aux êtres chers des donateurs. Présenter la carte de membre à des marchands participants vaudra bientôt des réductions de prix à leurs détenteurs.

Pour poser un geste concret en faveur de la coop et répondre aux besoins de son propre milieu dans l'esprit solidaire de la formule coopérative, les jeunes retraité(e)s rejoignent la Coopérative de services à domicile de Charlesbourg par le téléphone au 624-4617, par le télécopieur au 624-0326 ou encore par le courriel au coop@oricom.ca.

Les locaux de la coop sont situés au 7260, boul. Cloutier (ancien édifice administratif de la Commission scolaire) aux abords du parc Sainte-Maria-Goretti.

***En coopération,
pour mieux vivre à domicile !***

Claude Charbonneau, président

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

(septembre 99 à janvier 2000)

| Mois | Activité de groupe | Endroit | responsable | |
|-----------------------|--|---|---------------------------------|----------|
| SEPTEMBRE 1999 | | | | |
| 08 | Café-rencontre - inscription avec épluchette de blé d'Inde | Salle St-Pierre-aux-Liens à 13h30 | Errol Fortin | 627-3546 |
| 09 | Tennis (début en a.m.) | Loisirs du Plateau | Jean Bédard | 872-7689 |
| 13 | Conditionnement physique (début) | Centre François-Borgia | Benoît Cloutier | 623-1187 |
| 13 | Présentation du voyage à N.-Y. | Chalet des Loisirs (13h30) | Nicole Savard | 628-6112 |
| 14 | Danse en ligne (début) | Chalet des Loisirs, mardi p.m. | Ginette & Paul | 622-7059 |
| 14 | Tournoi golf & buffet | Club 9 Chatels, 13h p.m. | Diane St-Pierre et Lisette Côté | 622-8742 |
| 16 | Tournoi (si pluie le 14) | | Pauline Morneau | 623-5043 |
| 15 | Vélo St-Rédempteur-St-Agapit | Début piste St-Rédempt. 10h | Errol Fortin | 627-3546 |
| 17 | Journée Santé et Bel-Âge avec conférence (8,00\$) | Centre Mgr-Marcoux billets au Chalet des Loisirs | | |
| 17 | Cours de bridge (début) | Chalet des Loisirs p.m. | Pauline Cloutier | 623-1187 |
| 17 | Cours de Tai-chi (12 semaines) | Chalet des loisirs | Nicole Charbonneau | 623-2863 |
| 21 | Vélo Lyster-Victoriaville, 44 km | Lyster | Pauline Morneau | 623-5043 |
| 22 | La Route des Vins/voyage | Haut-Richelieu, dép. 7h a.m. | Nicole Savard | 628-6112 |
| 27 | Présentation voyage Tunisie Maroc et Espagne | Chalet des Loisirs | Nicole Savard | 628-6112 |

OCTOBRE

| | | | | |
|-----|------------------------------|------------------------------|-------------------|----------|
| 06 | Randonnée pédestre ou à vélo | Vallée de la Jacques-Cartier | Jean Bédard | 872-7689 |
| 13 | Café rencontre | St-Pierre-aux-Liens 13h30 | Errol Fortin | 627-3546 |
| ... | Déjeuner-conférence | À déterminer | Dolorès Thomassin | 622-3849 |

NOVEMBRE

| | | | | |
|----|--------------------|---------------------------|-------------------|----------|
| 10 | Café rencontre | St-Pierre-aux-Liens 13h30 | Errol Fortin | 627-3546 |
| — | Repas à déterminer | École Wilbrod-Bhéret | Dolorès Thomassin | 622-3849 |

DÉCEMBRE

| | | | | |
|----|---|---|---------------|----------|
| 06 | Grand magasinage de 3 jours | New-York | Nicole Savard | 628-6112 |
| 15 | Souper de Noël (15,00\$) (Fêtons le Millénaire) | Salle de danse Jacques Duval (Avec la C.J.R.) | André Berger | 623-3294 |



10% de rabais
sur la table d'hôte
sur présentation
de ce coupon
Exp. 15-12-99

Traiteur 
Bravo
Annik Mercier

8695, boulevard Henri-bourassa
Charlesbourg (Québec)
G1G 4E4

Tél.: (418) 627-8000
Télécopieur: (418) 624-8000

Soyez prêts pour le nouveau millénaire
Réservez tôt: 627-8000

CONSEIL D'ADMINISTRATION

modifié le 19 mai 1999

| | | |
|---------------------------|----------------|--|
| <i>Errol Fortin</i> | président | |
| <i>Claude Charbonneau</i> | vice-président | entraide |
| <i>Pauline Cloutier</i> | registraire | adj. Affaires culturelles |
| <i>André Berger</i> | trésorier | finances C.J.R. |
| <i>Diane St-Pierre</i> | relationniste | publicité/boîte vocale/resp. salles |
| <i>Rock Beaulieu</i> | directeur | adj. Comité des voyages |
| <i>Philippe Baës</i> | secrétaire | secrétariat de la C.J.R. |
| <i>Sylvia Béchette</i> | directrice | adj. Comité des Affaires sociales |
| <i>Jean Bédard</i> | directeur | adj. Comité des sports (tennis-vélo) |
| <i>Pauline Morneau</i> | directrice | resp. Comité des Sports (golf) |
| <i>Aline Parent</i> | directrice | resp. Comité des affaires culturelles/chorale |
| <i>Nicole Savard</i> | directrice | resp. Comité des Voyages C.J.R. (extérieur) |
| <i>Dolorès Thomassin</i> | directrice | resp. Comité des Affaires sociales/repas resto |

qualité; il faudrait prendre conscience que tous les services sont organisés par des membres bénévoles. Il est donc nécessaire que les membres de la C.J.R. s'ouvrent à un certain engagement envers leur organisation et leur milieu.

Il nous apparaît important que les aînés partagent leurs compétences avec les gens de leur milieu et en fassent bénéficier la communauté.

Errol Fortin,
président de la C.J.R.

RÉFLEXION

LES JEUNES RETRAITÉS

Dans le cadre de l'Année Internationale des personnes âgées et du Colloque des Aînés de Charlesbourg, tenu en mai 1999, nous pouvons nous questionner sur et comment vieillir, sans devenir vieux ou être et demeurer un jeune retraité qui avance en âge. Nous considérons important qu'à titre d'aînés, nous puissions prendre notre place au soleil et avoir notre mot à dire sur les choses qui nous concernent. La C.J.R. peut devenir pour vous, un lien d'identification, de rencontre et d'appartenance à un milieu qui vous plaît.

Il est vrai que certaines personnes peuvent penser qu'il est nécessaire d'avoir un certain niveau de revenus pour participer aux activités de la Compagnie. C'est pourquoi, au cours des activités de l'automne 1999, le Conseil d'administration a comme préoccupation de promouvoir la participation de ses membres à des activités accessibles à tous.

Pour demeurer alerte, il est important de pouvoir bouger: loisirs-culture-voyages-écriture-théâtre-art-chant-musique... il faut éviter d'être dépassé par les événements.

Nous constatons souvent que plusieurs ont des attitudes de consommateurs: on vient chercher des services de

ACTIVITÉS

RÉGULIÈRES DE LA C.J.R.

Conditionnement physique:

Chaque jour de la semaine au choix (du lundi au vendredi) inclusivement de **8h50 à 9h50** au Gymnase François Borgia.

Resp. Benoît Cloutier (623-1187)

Chant et musique:

Chaque **lundi** de **9h30 à 11h30** au Chalet des Loisirs du Plateau.

Resp. Aline Parent (626-0966)

Danse en ligne:

le **mardi** de **13h30 à 14h30** pour les débutants et débutantes.

Et de **14h 30 à 15h45** pour les + avancé-es

Resp. Ginette et Jean-Paul Martel (662-7059)

Golf:

Tous les mardis jusqu'à 11h au coût de 8,00\$ avec la carte de membre C.J.R. et *Avis important* **réservez 24h** à l'avance les autres jours de la sem. 9,00\$ 9h (a.m.) Réservez.

Resp. Pauline Morneau (623-5043)

Bridge:

Le **vendredi p.m.** au Chalet des Loisirs, également les **lundis p.m.** au moment des lundis p.m. de la C.J.R.

Resp. Pauline Cloutier (623-1187)

Entraide:

Implication dans notre milieu...

Resp. Claude Charbonneau (623-2863)

SPORTS D'ÉTÉ 1999

Les activités se continuent... consultez votre grille-horaire.

GOLF. La saison a débuté par un tournoi au Golf de 9Chatels avec 80 participants. Tout l'été, les fervents ont pu pratiquer leur sport favori, les mardis et autres jours de la semaine à un coût préférentiel. En plus, certains jouent également le vendredi p.m. au Golf des Plaines.



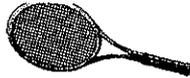
Tournoi de golf: Nous aurons le **tournoi de golf d'automne** pour finir la saison le **14 septembre prochain** au 9Chatels, à 13h, au coût de 22\$ (10\$ pour accompagnateur au souper)

Buffet et prix de présences

Pour inscr. : les lundis au chalet, contactez **Diane St-Pierre (622-8742)** ou **Lisette Côté (627-3546)**

Venez en grand nombre, on compte sur vous!

TENNIS - Sur invitation des Loisirs du Plateau, une quinzaine de membres ont utilisé les terrains de la Corporation de façon régulière. Jean Bédard et Nicole Charbonneau étaient responsables.



VÉLO Sous la responsabilité de Pauline Morneau et Jean Bédard, la randonnée à l'Île-aux-Coudres effectuée sous une température idéale a été fort appréciée des participants. D'autres circuits vélo: Randonnée sur la Rive-Sud, St-Nicolas-St-Antoine-de-Tilly, Duchesnay-Lac Simon, Ste-Catherine de la Jacques-Cartier ont eu du succès et d'autres sont prévues à l'automne. Beaucoup de plaisirs de la bonne forme. Bravo à Pauline et à Jean ! Contactez-les!



AVIS La Corporation des Loisirs du Plateau, de Charlesbourg tiendra son Assemblée Annuelle le 17 octobre 99 à 10 h 30 au Chalet du Plateau. Il y aura élection des administrateurs. Actuellement 3 postes sont vacants et doivent être comblés. Si vous êtes intéressé, vous pourrez communiquer avec Errol Fortin, pour de plus amples informations.

LA PÉTANQUE:

(mai-août 1999)

Cet été, pour ceux qui restent en ville et qui ont besoin de se réunir, nous avons eu la PÉTANQUE. Eh oui! Nous avons eu du plaisir... même ceux qui débutaient. On constate alors que c'est une erreur de penser que ce jeu n'est pas de notre âge, moi la première!

Une saison tout à fait inattendue, faut croire que ce sport est idéal en soirée, le beau temps de la partie, du plaisir et des rencontres qui deviennent vite amicales et régulières. Grâce aussi à la patience de ceux qui ont bien voulu enseigner leur savoir aux nouveaux adeptes, ces derniers ont pu en profiter pleinement.



Avec l'aide de personnes compétentes, nous avons réussi à en faire une activité hors pair. Chaque lundi, nous avions une moyenne de 32 joueurs sur 6 terrains. Le temps nous a favorisés pendant 14 semaines. Le lundi 30 août, nous avons terminé la saison régulière par un tournoi et un buffet. Avec le montant retenu sur la participation, chaque semaine et avec la collaboration de Mme Jeanne Gagné, nous avons trouvé quelques commanditaires pu récompenser généreusement nos participants.

Merci à nos commanditaires et à tous ceux qui se sont déplacés chaque semaine et surtout à ceux et celles qui m'ont facilité la tâche.

Déjà nous pensons à l'été prochain, et nous comptons sur vous.

Lisette Côté, responsable



En vélo à l'île aux Coudres...

ET LES VOYAGES CONTINUENT À LA C.J.R.

Tout au long de l'été, les membres de la C.J.R. ont sillonné les routes du Québec à la découverte des attractions régionales tout en s'amusant. Que ce soit une pièce de théâtre à Rougemont, un concert sous les étoiles à Lanaudière ou encore l'observation des perséides au Lac Mégantic, nous espérons que tous ces voyages ont su combler vos attentes et vous ont permis d'élargir vos connaissances.

À l'automne, nous continuerons nos escapades. Le 22 septembre, nous prendrons la Route des vins dans le Haut-Richelieu. Nous visiterons plusieurs vignobles, nous découvrirons tous les secrets de la production du vin et de plus, nous dégusterons leurs produits. En pleine période de vendanges, ce sera sûrement une journée bien remplie et très intéressante.

Pour terminer l'année en beauté, quoi de mieux qu'aller s'épivarder à New-York. Du 6 au 9 décembre, nous vous offrons la possibilité de découvrir une autre facette de cette ville tout en s'imprégnant de l'atmosphère de Noël. Le magasinage sur la 5th Street, la magie des décorations, Rockefeller Center et son arbre de Noël, Greenwich Village et plus encore... Tout ceci est à votre portée.

Et enfin, pour nos membres qui préfèrent des ciels plus cléments, M. Rock Beaulieu vous offre l'opportunité de vous évader de l'hiver pour une période de 6 semaines. M. Beaulieu sera l'accompagnateur de ce voyage.

Comme vous le constatez, le Comité des voyages à la C.J.R. est toujours des plus actif et a à coeur la satisfaction des membres. Si vous avez des destinations à nous proposer, faites-le nous savoir. Nous étudierons vos suggestions et nous essaierons de les satisfaire dans la mesure du possible.

Nicole Savard, responsable

Présentations spéciales

le 13 septembre à 13h30 au Chalet des Loisirs:
Destination New-York

le 27 septembre, 13h30 au Chalet des Loisirs, destination
Maroc, Tunisie, Espagne et Portugal

Ces présentations sont faites par des guides expérimentés, avec documents et diapositives à l'appui.

LA C.J.R. EN GROUPE

MAROC - TUNISIE - ESPAGNE - PORTUGAL
du 29 février au 10 avril 2000, 6 semaines -
3600\$/pers. occ. double.

VOTRE FORFAIT COMPREND

- Transport en autocar Québec-Montréal aller-retour
- Transport aérien au départ de Montréal
- 1 semaine de circuit au Maroc
- 1 semaine de circuit en Tunisie
- 3 semaines de séjour au complexe Benal Beach, Espagne
- 5 à 7 de bienvenue au Benal Beach
- 6 jours de circuit au Portugal
- Demi-pension au Maroc, en Tunisie et au Portugal (2 repas par jour durant les circuits)
- Guide de langue française durant les circuits
- Repas marocain ou Tunisien lors de la remise des documents, avant le départ
- Rencontre échange photos au retour
- Accompagnateur pour 25 personnes et plus.

RÉUNION D'INFORMATION

Le 27 septembre 1999 à 13h, au Chalet des loisirs,
8815, Jean-Paquin

Prière de confirmer votre présence

N.B. Il est toutefois possible de participer à une seule portion de ce voyage de 6 semaines.

POUR INFORMATIONS: Roch Beaulieu (627-5036)



VOYAGES DIRECTIONS VOUS INVITE DANS DES DÉPARTS DE GROUPES

CÔTE D'AZUR, 4 semaines, 1^{er} novembre 1999, à partir de 1298\$/pers.

BALI, 19 octobre 1999, 5 excursions incluses, 1999\$/pers.

CROISIÈRE DESTINY, 2 janvier 2000, à partir de 2064\$/pers.

VÉRIFIEZ NOS SPÉCIAUX 4 semaines au prix de 3 en novembre et janvier pour certaines destinations méditerranéennes. N'oubliez pas décembre à New-York, du 6 au 9 décembre, plusieurs tours et excursions inclus.

N'hésitez pas à communiquer avec les spécialistes du voyage de

VOYAGES DIRECTIONS

Carrefour Beauport, 3333, av. du Carrefour
Beauport Qc G1C 5R9 (667-0044)

BRIDGE

Tous les vendredis après-midi, Claude et Nicole Charbonneau se dévouent à donner des cours de bridge.



Ils ont réussi à leur deux à faire aimer ce jeu passionnant à 32 de nos membres. À les voir pratiquer tous les lundis, nous nous rendons compte qu'ils ont développé un nouveau passe-temps pour nos retraités. Bravo!

Le cours de septembre est complet. Une liste d'attente se prépare pour le prochain.

Un gros merci à Claude et Nicole

PAULINE CLOUTIER, responsable

SKI DE FOND

Je voudrais profiter de l'occasion pour souligner combien fut agréable la dernière saison de ski de fond. Nous avons eu beaucoup de plaisir à nous retrouver toutes les semaines à parcourir les pistes ensemble.

Je voudrais souligner également la belle complicité et la collaboration de tous les participantes et participants aux randonnées.

J'ai hâte de vous revoir à la saison prochaine et souhaitons que le projet de la grande randonnée de 25 km se réalise cette année pour ceux et celles que le désirent.



Nicole Charbonneau, responsable

TAÏ-CHI

La saison d'hiver 99 de Taï-chi a été très populaire et ses adeptes ont été récompensés en découvrant que cette activité calme, sereine, quoique exigeante peut-être bénéfique pour tous.



Merci à Louise Déziel, notre professeure, pour sa patience, sa générosité et ses bons conseils.

Cette heure de détente et d'exercices a été grandement appréciée par l'ensemble des participants. Une nouvelle

session Taï-chi est prévue pour cet automne. Bienvenue à tous. C'est un rendez-vous.

Nicole Charbonneau

COMITÉ DES RELATIONS PUBLIQUES

Nos café-rencontres ont été au-delà de nos espérances. Nous avons beaucoup de participation, car à chaque fois, la salle était remplie. Il y a eu quelques conférences qui ont été des plus instructives.

Épinglette à l'effigie de la C.J.R.

Au niveau de la promotion C.J.R., le C.A. a accepté l'émission d'une épinglette à l'effigie de la Compagnie. Cette dernière sera mise en vente au coût de **1,00\$** seulement afin que tous les membres puissent avoir la sienne.. Dès le début septembre on pourra s'en procurer les lundis p.m. au Chalet des Loisirs.

Dans le journal *INFO C.J.R.*, nous avons ajouté des commanditaires dont vous prendrez connaissance. La publicité sera sûrement profitable. Merci à nos généreux commanditaires.

Sur la grille-horaire qui vous est donnée, il se pourrait qu'il se rajoute des modifications de rencontres. Donc, dans nos services, il y a la **BOITE VOCALE (990-0863)** qui est continuellement mise à jour. Je vous suggère de vous en servir au besoin, toutefois, je vous demande d'être indulgents: c'est du bénévolat.

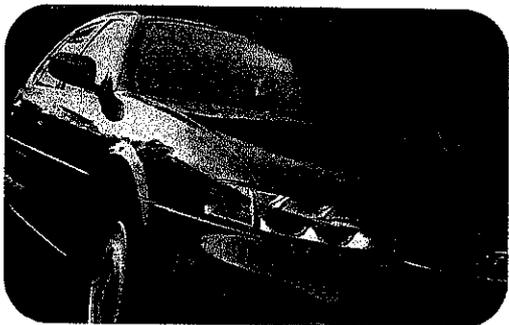
Diane St-Pierre, responsable

| | |
|--|---|
| DÉCÈS D'UNE DE NOS MEMBRES | |
|  | <p>Marie-Rose Sylvain, décédée le 17 juillet dernier. Elle était l'épouse de Rosaire Tremblay</p> |
| <p>Marie-Rose Sylvain</p> | |

Le journal *INFO C.J.R.* est publié **deux fois par année** grâce à la collaboration des membres du Conseil qui ont la bienveillance de faire parvenir leurs messages, de Lisette et Errol Fortin, à l'écriture et de Marcel Dupont qui prend soin de le monter et d'y ajouter son grain de sel.

JUSTE POUR VOUS!

Le principe du regroupement, source de votre pouvoir d'achat, vous donne accès à un programme d'assurances automobile, habitation et protection juridique vous offrant une **tarification très avantageuse et des garanties qui accroissent les protections régulières** de Les assurances La Capitale. En plus, vous jouissez de toute une gamme de modalités de paiement qui vous permet d'étaier vos primes sur la durée totale du contrat et ce, **sans frais d'intérêt ni d'administration.**



Tarification : Réduction de **12 %** de la prime régulière pour votre automobile

Inclus sans frais :

FAQ 34 : "Assurance individuelle": Décès, mutilation, frais médicaux et d'obsèques. Limite de garantie à 20 000 \$.

FAQ 20 : Garantie "Privation de jouissance" 45 \$ par jour jusqu'à une limite globale de 1 500 \$.
Ex. : Location de véhicule.

FAQ 27 Responsabilité civile pour dommages à des véhicules n'appartenant pas à l'assuré.
Limite de garantie : 50 000 \$.

Aucune surprime pour les membres qui vont aux Etats-Unis.

Réductions de prime!

- lorsque vous êtes un bon conducteur;
- lorsque plus d'un véhicule est assuré par le même contrat;
- lorsque votre véhicule est muni d'un système antidémarrage reconnu.

Tarification : Réduction de **10 %** de la prime régulière pour votre habitation

- Responsabilité civile de base : 1 000 000 \$
- Indemnité de décès
- Biens des étudiants : Montant d'assurance illimité
- Dégâts des eaux
- Fumée incluant celle des foyers
- Installations permanentes : 20 % du montant d'assurance sur le bâtiment (Ex. : piscine, cabanon, etc.)
- Valeur à neuf sur les biens meubles
- Remplacement des serrures sans frais si un membre est victime d'un vol de clés (automobile ou habitation)
- Valeur de reconstruction sans obligation de reconstruire pour les personnes de 65 ans et plus

38 % de réduction!

Les assurances La Capitale vous offre 38 % de réduction sur la prime de base si votre résidence est munie d'un système de sécurité reconnu contre le vol et le feu relié à un central.

LA COMPAGNIE DES JEUNES RETRAITÉ (E) S DU PLATEAU

Nom, prénom : _____

Adresse : _____ Municipalité : _____ Code postal : _____

Tél. : Bur. : (____) _____ - _____ Poste : _____ Rés. : (____) _____ - _____

Date de renouvellement de vos polices d'assurance :

Véhicule : mois ____ jour ____

Habitation : mois ____ jour ____

Assureur actuel : _____

Assureur actuel : _____

À quelle heure désirez-vous être contacté? Heure : _____ Lun Mar Mer Jeu Ven Sam

Signature : _____

Date : _____

Compléter le coupon et téléphoner à : Service Groupes et Associations 1 800-322-9226 ou au (514) 864-6208.

À L'AUBE DE L'AN 2000, FÊTONS ENSEMBLE

Fraterniser, chanter, danser, manger et fêter entre amis, voilà ce que votre Association vous propose pour le SOUPER DES FÊTES. Et ce, à un prix d'ami pour tous ses membres.

Voici les détails de cette activité

SOUPER DE NOËL

Date et heure: le mercredi 15 décembre 1999,
17h30

Endroit: **CENTRE DE RÉCEPTION
LAURENTIEN**

(Centre de danse Jacques Duval)
2450, de la Concorde, Québec
(Boul. Laurentien Nord, sortie des Cèdres)

Coût: 25\$ - 10\$ (contribution de votre Association) = 15\$

VOUS NE DÉBOURSEZ DONC QUE 15\$

17h30 **Accueil**
Un verre de mousseux
Crudités avec trempette

18h 30 **Souper - musique d'ambiance**

MENU

Potage

Crème de légumes

Plat principal:

Suprême de volaille à l'estragon

Jardinière de légumes - pomme de terre en purée

(un verre de vin rouge ou blanc)

Dessert: Gâteau d'occasion

Thé ou café

21h **Musique de danse - Animation - Tirage de prix de présence**

Comment refuser une telle offre! Alors, nous vous attendons en grand nombre. S.V.P. réservez tôt.

André Berger, trésorier

AFFAIRES CULTURELLES

SUGGESTIONS DE COURS POUR L'AUTOMNE 1999

COURS DE GÉNÉALOGIE

Offert par la Société Historique de Charlesbourg
Les lundis soir 18 et 25 octobre, 1^{er} novembre
Coût: 40\$
7655, chemin Samuel, Tél.: 628-8278

COURS D'INFORMATIQUE

Loisirs du Jardin: 624-7748
Mardi après-midi de 13h à 16h
Début des cours: Le 25 septembre pour débutants
Le 9 novembre pour intermédiaires
Coût: 90\$ pour 5 semaines
Inscription: 7 et 9 septembre
à l'école du Jardin, 5295, des Lavolettes

PAULINE CLOUTIER, Affaires culturelles



Quelques participants à la cabane à sucre

NOUVEAU NOUVEAU

La C.J.R. vient de conclure une entente avec **La Capitale** (Assurance-auto et habitation) et que nous considérons profitable pour tous les membres de la Compagnie. Vous trouverez en page 9 toutes les informations sur des rabais intéressants et la façon de s'en prévaloir.

Il n'en tient qu'à vous d'en profiter!

SAISON DE CHASSE...

Septembre, déjà la lumière a changé. L'éclairage voilé des chaudes journées de l'été se purifie graduellement, les teintes sont plus contrastées; en fin de journée, les ombres se prolongent et dessinent avec plus de contraste, les paysages. Les teintes de l'automne commencent à poindre.



Tout le décor s'installe graduellement pour la symphonie des couleurs qui aura lieu en octobre.

Pour le chasseur d'images, septembre est la période où il fourbit ses armes pour la chasse aux images. Dans bien des cas, il aura déjà repéré le gibier durant l'été, au cours de ses randonnées en vélo, à pied ou en voiture. Déjà, il imagine le gibier au bout de son objectif: une chute entourée de feuillage aux teintes jaune et ocre, un plan d'eau calme où se reflètent quelques érables rouges, un sentier serpentant une érablière dorée, un petit brouillard du matin qui s'étire sur un lac calme entouré des couleurs d'automne.. et quoi encore.

Ce gibier... ces images il les trouvera probablement dans les environs de Québec. Ses «spots» préférés sont: les Chutes Jean-Larose, la Côte de Beaupré, l'île d'Orléans. En poussant un peu plus loin, il ira aux Chutes de la Marmite à Rivière-à-Pierre, dans la Vallée de la Jacques-Cartier, à Tewkesbury et certainement dans la région de Charlevoix où aura lieu la grande chasse aux images.

Octobre arrivé, il se tappera une petite demi-heure de voiture et se retrouvera en pleine ZEC (Zone Éblouissante Colorée).

Chaussures de marche aux pieds, petit lunch en bandouillière et appareil photo au cou, le voilà sur la piste du gibier.

Ne le laissons pas vider la ZEC à lui tout seul; allons-y nous aussi à la chasse...

Jean Bédard

À DÉCOUPER ET À CONSERVER

Nous vivrons plus heureux

Air: C'est comme ça qu'on est heureux

Parole: Raymond Gélinas

Musique: V.O. USMAR

Refrain: *Avec beaucoup de veine*

*Nous chantons tous les jours
Qu'il n'y a pas de gêne
À montrer notre amour
Car y'a dans la retraite
Des moments très heureux
À tous les faux prophètes
Il faut le répéter.*

1 *C'est notre histoire, il faut y croire
Et nous vivrons plus heureux
À ceux qui souffrent, n'ayez pas d'doute
Et vous vivrez plus heureux
Ceux qui ont d'la peine, prenez courage
Et vous vivrez plus heureux
Quand la vie nous chavire
Toujours croire à l'avenir
Et nous vivrons plus heureux*

2 *C'et notre histoire, il faut y croire
Et nous vivrons plus heureux
À ceux qui s'aiment, un beau sourire
Et vous vivrez plus heureux
Ceux qui ont d'la veine, soyez très sages
Et vous vivrez plus heureux
Quand la vie nous favorise
En profiter et en rire
Et nous vivrons plus heureux*



MON AGENCE
1218 CHANOINE-MOREL
SILLERY

< Casino de Charlevoix:

- 1 jour avec repas, à partir du 12 nov., 15\$
- 2 jours, hébergement et 3 repas, 24 et 25 oct., 85\$

< Théâtre des variétés, Biodôme, etc..., 29 oct., 89\$

< Magasinage Chabanel, crèches de Noël, 20 nov., 40\$

< L'An 2000 en avant-première à Pohénégamook

2 jours, tous les repas inclus, 13 et 14 oct., 149\$

< Jubilé de la Foi:

- 10 jours à Rome, 16 repas, 1989\$
- 16 jours Italie et Rome, 29 repas, 2980\$
- 10 jours en Terre Sainte, 20 repas, 2940\$

Contactez l'un de nos agents au 686-0049

Serge Giroux

Gilles Fortin

Marie-Paule Maxès

Diane Mongeau

Irène Talbot Paré

Paulette Perreault

Réal Pouliot

Jeannine Plante Samson



INSTITUT SANTÉ
Aayan

Sarah Colette Demers, M.D., M.C.
homéopathe - naturopathe

Membre

1-418-624-4434

SPHQ

1-418-627-3606

ICCH

Fax: 1-418-627-3606

Initiation

à

WINDOWS & INTERNET

À domicile



Vallier Picard

623-5622



Premier Pizzeria

1545, Jean-Jolyn Dues
Charlevoix, Québec
Tel.: (418) 626-0123

5400, 1ère Avenue
Charlevoix, Québec
Tel.: (418) 620-2121

Prop.: Jean-Pierre Dufour
Prop.: Suzanne Larouche

Le top de la pizza!

"L'art de l'imposition consiste à plumer l'oie pour obtenir le plus possible de plumes avec le moins possible de cris."

Jean-Baptiste Colbert

Il se passe de drôles de choses à la retraite...

Une fois arrivée à l'heure de la retraite, avez-vous remarqué que tous les objets paraissent plus éloignés qu'auparavant?

Ainsi, le coin de ma rue est maintenant deux fois plus loin et l'on a ajouté une côte sur le trajet. J'ai cessé de courir pour attraper l'autobus car il a augmenté sa vitesse de départ. Il semble que maintenant on construit les escaliers plus penchés qu'autrefois.

Mme Lapierre (bulletin L'Échange du Ymca de Québec, 5-11-93)

AVANTAGES C.J.R.

La C.J.R. a négocié des tarifs spéciaux

**COOPÉRATIVE DE SERVICES
A DOMICILE DE CHARLESBOURG**9080, boul. Du Jardin Chbg. GIG 4B3
Tél (418) 624-4617**COPIE RAPIDE ENR.**

8140.1re Avenue, Charlesbourg Tél. 627-4876

GARAGE FRADET ET GODIN6975, des Tourelles, Qc Tél: 624-2125
40\$ /l'h. 10% pièces orig.**MARTIN TREMBLAY**8000, boul. Henri-Bourassa, Chsbrg
Peinture, pose tapisserie,
décapage de meubles \$10.00 hr
624-3372**RESPONSABLES À CONTACTER POUR
DES ACTIVITÉS À UN TARIF PRÉFÉRENTIEL.**CURLING - *Ghislain St-Amant* 624-3351GOLF DES PLAINES à 9\$ (carte de membre C.J.R.)
les vendredis p.m. *André Doyon* 628-1901GOLF 9 CHATELS à 9\$ am.
avant 9 h 00 (carte C.J.R.)*Pauline Morneau* 623-5043**LES GRANDSEXPLORATEURS***André Doyon* 628-1901**LES GROSSES QUILLES***André Doyon* 628-1901**LES PETITES QUILLES***Rock Paradis* 626-2657

À TOUS LES MARDIS

10% **DE RABAIS**
sur toute la
marchandise à
prix régulier.

Sur présentation de votre
carte de membre des
JEUNES RETRAITÉS DU PLATEAU.

Non jumelable à d'autres coupons rebais.
Valde jusqu'au 31 décembre 2000.

Bienvenue à tous nos sportifs retraités!

**sports
experts**

**CARREFOUR
CHARLESBOURG
626-2157**