Convention N° 1665170

L'INFO C.J.R.

LA COMPAGNIE DES JEUNES RETRAITÉ(E)S DU PLATEAU
8815, avenue Jean-Paquin, Charlesbourg, QC, G1G 4W7

Volume 2, N°2 JANVIER 2000

MOT DU PRÉSIDENT

À l'aube du Millénaire, l'année 1999 fut une année marquante à la C.J.R.. Son « membership » a atteint un nouveau sommet: soit au-delà de 700 membres; et ce, malgré notre désaffiliation de la F.A.D.O.Q. Cette année 1999 fut tout d'abord caractérisée par la participation des membres aux activités physiques, sportives, sociales, culturelles et aux voyages...

Les cafés-rencontres sont toujours populaires. Nous avons essayé de susciter de l'intérêt par des conférences d'informations sur des sujets qui préoccupent les membres. Cette orientation sera privilégiée lors de nos rencontres. Le volet santé nous a préoccupés et des actions furent posées telles que : résolution, pétition, cours ...

Le Conseil de la C.J.R. a voté une résolution unanime pour demander à la Ville de Charlesbourg de mettre en exécution son plan triennal d'investissements : revitaliser et adapter les terrains des Loisirs du Plateau à la réalité actuelle des différentes clientèles.

Afin de permettre une plus grande accessibilité aux activités de la Compagnie, celle-ci négocie des prix réduits pour tous, dans les domaines sportif, culturel et social. Les surplus accumulés retournent aux membres. Ainsi, nous avons défrayé une partie des coûts du Souper de Noël où 330 membres ont pu bénéficier d'un rabais de 10,00$.

Nous offrons au coût de 1,00 $ une épinglette à l'effigie de la C.J.R. en guise d'identification personnelle à notre organisme. N'hésitez pas à vous la procurer.

Cette année, la C.J.R. tiendra son assemblée générale le 23 février 2000 à l'église St-Pierre-aux-Liens. À cette occasion, il y aura élection à cinq postes de directeurs et au poste de trésorier. Si vous désirez occuper un de ces postes et apporter une contribution nouvelle à l'équipe en place, faites-vous connaître. Nous avons besoin de gens dynamiques et intéressés, disposés à s'impliquer dans les différents comités.

Des bénévoles se sont dévoués pour organiser des activités intéressantes tout au long de l'année. À tous ceux et celles qui ont contribué au succès de la C.J.R., un **GRAND MERCI !**

L'INFO C.J.R. sera publié trois fois par année (janvier, mai, septembre).

Profitez de l'hiver, gardez-vous en forme et en santé !

BONNE ANNÉE 2000 À TOUS !

Errol Fortin, président

Les membres du conseil d'administration vous souhaitent une excellente année, et pourquoi pas... un excellent millénaire.

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Suite à l'assemblée générale du 4 février 1999 de la C.J.R., le conseil d'administration était composé des personnes suivantes :

Errol Fortin :	président
Claude Charbonneau :	vice-président
Philippe Baës :	secrétaire
Léopold Béchette :	trésorier
Pauline Cloutier :	registraire
Diane St-Pierre :	relationniste
Sylvia Béchette :	directrice
Jean Bédard :	directeur
Lise Morissette :	directrice
Aline Parent :	directrice
Rock Beaulieu :	directeur
Nicole Savard :	directrice
Dolores Thomassin :	directrice

En mai 1999, **André Berger** a été nommé trésorier en remplacement de Léopold Béchette et **Pauline Morneau**, directrice, en remplacement de Lise Morissette.

En date du 31 décembre 1999, le conseil d'administration avait tenu huit réunions et le comité exécutif dix réunions.

Le conseil s'est doté d'un recueil de politiques :

- Politique sur les responsabilités du conseil en matière de gestion financière.
- Politique de contrôle interne.
- Politique sur les couvertures d'assurance lors d'activités organisées par la C.J.R.
- Politique sur les frais et le remboursement de frais encourus par un membre lors de l'organisation d'une activité à la C.J.R.
- Politique sur l'organisation des voyages à la C.J.R.

Enfin le conseil a remis à jour les règlements généraux adoptés par l'assemblée générale du 24 février 1999.

Philippe Baës, secrétaire

LES MEMBRES DE LA C.J.R.

Au siècle dernier, dans une petite salle de l'église Ste-Cécile, douze personnes se sont réunies pour fonder la Compagnie des Jeunes Retraité(e)s du Plateau. Au 31 décembre 1999, nous étions 615 membres. Cela démontre que les loisirs sont de plus en plus nécessaires aux aînés.

Pauline V. Cloutier, registraire

LES FINANCES DE LA C.J.R.

À titre de responsable auprès du Conseil d'administration de la gestion des budgets, il me fait plaisir de vous faire part de la situation financière de notre association

Toutes les activités qui vous sont offertes en cours d'année doivent, dans la mesure du possible, s'autofinancer et chaque responsable doit déposer un rapport détaillé justifiant les revenus et les dépenses reliés à ladite activité.

Depuis la création de la Compagnie des Jeunes Retraités du Plateau en 1994, certaines activités ont généré des surplus qui ont permis d'accumuler une réserve. Cette situation nous permet aujourd'hui d'être en bonne situation financière. Cette année, les membres ont bénéficié d'une participation aux surplus à l'occasion du souper de Noël.

Nos prévisions budgétaires 1999-2000 sont:

	Revenus	**Dépenses**
Cotisations	5 600,00	0,00
Activités sociales	9 900,00	9 400,00
Activités physiques	11 800,00	8 200,00
Activités culturelles	1 200,00	1 000,00
Voyages	4 200,00	4 500,00
Administration	0,00	4 300,00
Communication	1 000,00	4 400,00
Divers	0,00	1 000,00
	33 800,00$	32,800,00$

Nous vous présenterons un portrait sommaire de nos états financiers lors de l'assemblée générale annuelle. Un bilan détaillé sera déposé. En conclusion, notre association est en très bonne situation financière et peut éventuellement faire face aux imprévus.

André Berger, trésorier

CRÉDIT D'IMPÔT POUR LE SOUTIEN À DOMICILE DES PERSONNES ÂGÉES

Toutes les personnes âgées de 70 ans et plus sont admissibles au crédit d'impôt remboursable pour le soutien à domicile des personnes âgées et ce sans égard à leur degré d'autonomie.

Ce nouveau crédit d'impôt d'une valeur maximale de 2760,00 $ permet à la personne admissible d'obtenir une aide fiscale égale à 23% des dépenses admissibles qu'elle aura payées dans une année, au moyen de "chèque emploi-service" pour obtenir certains services de soutien à domicile. Ces dépenses sont admissibles jusqu'à ce que le total de celles-ci pour une année atteigne 12000,00 $. Dans le cas où les deux conjoints seraient âgés de 70 ans et plus, c'est 24000,00 $ qui devient le maximum admissible.

Les services de soutien à domicile qui peuvent donner droit à ce crédit d'impôt sont les services directs à la personne (services de préparation des repas, de surveillance non-spécialisée, de soutien civique, de même que les services d'assistance non professionnelle à l'égard d'activités de la vie quotidienne) et des services d'entretien ménager (entretien ménager, entretien de vêtements, services d'approvisionnement en nécessités courantes et des travaux mineurs à l'extérieur du domicile).

(*Bulletin d'information* .99-5.
Ministère des Finances du Québec)

L'organisme payeur du crédit d'impôt est le centre de traitement du "chèque emploi-service" du Service de paye Desjardins.

Il est à noter que les personnes qui utiliseront ce crédit d'impôt devront engager un employé ou recourir au service d'une entreprise qui déclare ses revenus au Ministère du revenu du Québec (donc, pas de travail au noir).

La Coopérative de services à domicile de Charlesbourg est à votre service pour vous offrir l'ensemble de ces services et pour vous aider à faire les démarches nécessaires pour bénéficier de ce crédit d'impôt. Les avantages d'y recourir sont :

1. **La qualité des services :** La coopérative évalue d'une façon constante la qualité de ses services. Ses services sont dispensés par du personnel qualifié, choisi après un processus de sélection rigoureux. Son processus de traitement des plaintes et sa politique de services après-vente vous assurent des mesures de correction en cas de services douteux.

2- **La sécurité des services :** Tous les services offerts par la coopérative sont couverts par une assurance responsabilité. La coopérative appartient à ses membres qui la dirigent en prenant en considération les besoins des aînés du milieu. La coopérative est un organisme reconnu par la Ville de Charlesbourg, dans ce cadre, elle doit s'assurer de la qualité morale (filtrage) de ses employés.

3- **Les coûts des services** : La coopérative est un organisme accrédité dans le cadre du programme d'exonération financière secteur aide domestique, ce qui permet aux usagers qui recourent à ses services, de bénéficier d'une aide fixe de 4,00 $ pour les services d'aide domestique et d'une aide additionnelle variable pouvant atteindre 6,00 $ selon le revenu de l'usager. Le membre de la coopérative à titre de membre bénéficie également d'un rabais de 1,00 $ par heure de service.

Donc, à titre d'exemple :
Si nous considérons qu'une heure de service domestique (entretien ménager) coûte **14,00** $ à l'usager.
- Il reçoit s'il est membre **1,00** $ de rabais.
- Il bénéficie de l'aide fixe de **4,00** $.
- Il peut recevoir jusqu'à **6,00** $ d'aide variable selon son revenu.
- S'il est âgé de 70 ans et plus, il bénéficie d'un crédit d'impôt de 23% des coûts qu'il a déboursé :
  a) sans aide variable de **2,07** $, pour un coût total de **6,93** $ l'heure,
  b) avec aide variable (6,00 $) maximale **0,69** $, pour un coût total de **2,31** $ l'heure.

4. **Le support dans vos demandes pour bénéficier du crédit d'impôt :**
Vous pourrez vous adresser à la coopérative pour recevoir toute l'assistance nécessaire dans vos démarches pour bénéficier du crédit d'impôt remboursable pour le soutien à domicile des personnes âgées, en communiquant avec le **624-4617**.

Claude Charbonneau

PÉTITION SOLIDARITÉ- AÎNÉS

Lors de la réunion du conseil d'administration d'octobre 1999, la C.J.R. adoptait une résolution unanime d'appui au projet du CLSC La Source concernant le développement de lits d'hébergement sur son territoire.

Depuis trois ans, le CLSC La Source effectue des démarches conjointement avec la Ville de Charlesbourg pour obtenir l'autorisation de la Ministre de la Santé et des Services sociaux afin de construire deux centres intégrés de services situés au nord et au sud du territoire, comprenant chacun 96 lits d'hébergement et de rénover le Foyer de Charlesbourg en augmentant le nombre de lits de 91 à 103.

Devant l'absence de décision des autorités ministérielles, le Groupement des organismes d'aînés de Charlesbourg a demandé à ses organismes membres de faire signer une pétition en appui à sa requête auprès de la Ministre.

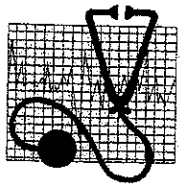
404 membres de la C.J.R. ont signé la pétition Solidarité-aînés qui a été remise au Groupement des organismes d'aînés le 17 décembre 1999.

Nous vous informerons du résultat des démarches entreprises dans ce dossier.

Claude Charbonneau, vice-président

Gérard BOURBEAU & Fils inc.
Grainetier • Fleuriste • Paysagiste • Pépiniériste
8285, 1re AVENUE, C.P. 7295, CHARLESBOURG G1G 5E6
Tél.: (418) 623-5401
Fax: (418) 623-8359
1-800-463-5618

LES COURS RCR



En décembre 99, 20 membres de la C.J.R. ont suivi le cours de réanimation cardio-respiratoire et de désobturation des voies respiratoires de la Croix-Rouge et reçu leur certification.

Une séance de formation est prévue le 13 janvier 2000 et les dix places sont déjà comblées. Ces cours d'une durée de six (6) heures ont été fortement appréciés par ceux qui les ont suivis.

Nous remercions la Coopérative de service à domicile de Charlesbourg qui nous a permis de participer à ces cours à des coûts très appréciables.

Claude Charbonneau

APPARTENANCE À LA C.J.R.

Vous pouvez maintenant afficher votre appartenance à la C.J.R. en achetant des objets promotionnels identifiés au sigle de la Compagnie. **Epinglettes, Casquettes, gilets...**

Errol Fortin, **627-3546**

LE COMITÉ DU BULLETIN

Claude Charbonneau, président du comité	623-2863
Errol Fortin, président de la C.J.R	627-3546
Nicole Charbonneau, rédactrice	623-2863
Lisette Côté. rédactrice	627-3546
Marcel Dupont, montage	628-7963
Michel Sylvain, publicité	622-7031

Convention No: 1665170

CALENDRIER DES ACTIVITÉS (Jusqu'au 15 MAI 2000)

Compagnie
des jeunes retraité(e)s
du plateau de Charlesbourg

8815, Ave Jean-Paquin , Charlesbourg G1G-4W7

Boîte Vocale 990-0863

Mois	Activités de groupes :	Endroits :	Responsables :	
JANVIER				
06	Ski de fond	Les jeudis, 9h 30, départ église Ste Cécile	Nicole Charbonneau	623-2863
10	Début du groupe vocal	Les lundis. Chalet des Loisirs	Aline Parent	626-0966
11	Parution de votre journal	« *L'INFO C.J.R.* »		
11	Danse en ligne .	Les mardis p.m.,Chalet des Loisirs	Ginette & Jean-Paul	622-7059
12	**Café rencontre inscription**	S.sol église St -Pierre-aux -Liens	Errol Fortin	627-3546
13	Cours R.C.R. (réanimation cardio)	7260, boul. Cloutier	Claude Charbonneau	623-2863
14	Cours de bridge	Les vendredis p.m. Chalet des Loisirs	Pauline Cloutier	623-1187
17	Conditionnement physique (début)	Centre Fr. Borgia, Charlesbourg	Benoît Cloutier	623-1187
20	Pièce de théâtre **à 15h00**	Couvent des Sœurs, 60e Rue E. Chsbrg	Dolorès Thomassin	622-3849
»	« Une autre façon d'aimer »	Troupe des Aînés de Charlesbourg		
21	Cours de Taï Shi	Les vendredis a.m. Chalet des Loisirs	Sylvia Béchette	623-1710
24-25-26	Forfait détente au Genévrier	Baie St-Paul	Jean Bédard	872-7689
31	Fenêtre sur le monde des voyages « Le monde des croisières »	13h30, Chalet des Loisirs	Nicole Savard	622-6112
FÉVRIER				
02	Forfait Carnaval de Québec	15h30, Holiday Inn Selec, Québec	Nicole Savard	628-6112
04	Déjeuner -conférence	10h, Rest. Les Cailles *Charlesbourg*	Dolores Thomassin	622-3849
11	Déjeuner -conférence (COMPLET)	10h, Rest. Les Cailles Charlesbourg	Dolores Thomassin	622-3849
14	Théâtre (La justice est gaga)	Maison Pierre Garon , Charlesbourg	Dolores Thomassin	622-3849
23	**Assemblée générale annuelle**	13h 30, S.s église St-Pierre-aux-Liens	Errol Fortin	627-3546
27	Départ Voyage Tunisie		Nicole Savard	628-6112
28	Fenêtre sur le monde des voyages « L'Ouest Canadien »	13h30, Chalet des Loisirs	Nicole Savard	628-6112
MARS				
03	Pièce de théâtre (La Cage aux Folles)	20h, Polyvalente Le Sommet	Marcel Dupont	628-7963
15	**Café-rencontre (conférence...)**	13h30, Sous-sol église St-Pierre-aux-Liens	Errol Fortin	627-3546
27	Fenêtre sur le monde des voyages « L'Australie & Nouvelle-Zélande»	13h30,Chalet des Loisirs	Nicole Savard	628-6112
- -	Voyage - visite Compagnie G-M.	Général-Motor Inc., Montréal	Nicole Savard	628-6112
AVRIL				
07	Fin du Taï Chi	Chalet des Loisirs		
12	**Café-rencontre (conférence...)**	13h30, S.s. église St-Pierre-aux-Liens	Errol Fortin	627-3546
14	Fin du cond. physique			
24	Fenêtre sur le monde des voyages « Survol de l'Europe »	13h30, Chalet des :Loisirs	Nicole Savard	628-6112
28	Fin du bridge			
MAI				
02	Visite des micro-brasseeries	Québec	Nicole Savard	628-6112
08	Parution du Journal	« *L'INFO C.J.R.* »	C. Charbonneau	623-2863
	Nouvelle grille d'activités	Saison estivale		
10	**Café-rencontre-inscription**	13h30, S.s. église St-Pierre-aux-Liens	Errol Fortin	627-3546
15	Fin de saison du groupe vocal			

N.B. D'autres activités pourraient s'ajouter et des dates modifiées durant cette période.
Pour plus d'information, rendez-vous au Chalet des Loisirs, les lundis p.m.

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

«Mens sana in corpore sano»

Ça bouge à la C J R: golf, tennis, vélo, taï chi et conditionnement physique donnent l'occasion à qui le veut, de faire monter son rythme cardiaque aussi bien en été qu'en hiver.

En **golf,** les deux tournois ont attiré un bon nombre de mordus. Lors de l'ouverture, par une belle journée, 20 "foursomes" ont pris le départ; à en juger par le nombre de douzaines de hot-dogs consommés, le parcours en avait affamé plusieurs. Au tournoi de fermeture, 72 valeureux canards...(pardon : golfeurs) ont rempli leur carte humide. Pour remettre un peu de soleil dans ce tournoi, la journée s'est terminée par un copieux repas au sec et une remise de prix. La prochaine fois les organisateurs rallongeront la corde pour les gars... Cela leur donnera la chance de la couper.

Nouvelle activité au programme, le **tennis** a donné l'occasion à certains de renouer avec la raquette et à d'autres de découvrir ce merveilleux sport. L'activité sera au programme l'an prochain et de façon plus structurée.

Les **randonnées** Cap-Tourmente, Ile-aux-Coudres,St-Nicolas-Bernières, Duchesnay-Lac Simon et Lyster-Victoriaville (aller en vélo, retour en auto...) ont donné aux "vélocipédistes"l'occasion de parcourir quelque 300 km. À la faveur de la température et de la longueur du parcours, nous y rencontrions entre 10 et 20 bons "moulineurs". Parmi ces randonnées, le circuit de l'Île-aux-Coudres a été le plus populaire; avec 33 participants. Tout en conservant ce même circuit, une nouvelle formule d'hébergement est à prévoir.

Activité alliant social et dextérité, la **pétanque** a maintenu un taux de participation très élevé au cours

de la saison. Les participants souhaitent continuer cette activité l'an prochain. Au terrain du Plateau, une trentaine de joueurs se sont mesurés par les beaux soirs d'été à 17 reprises. Comme la plupart des activités, celle-ci s'est terminée par un tournoi avec remise de prix.

Quand la bise fut venue, la C.J.R. rangea ses bébelles d'été... **Taï chi et conditionnement physique** prirent la relève. À en juger la participation, ces deux activités sont très populaires. En taï chi les 39 inscriptions ont rempli les surfaces disponibles (25 personnes au maximum) par période. Les espaces disponibles ne suffisent plus à la demande. En conditionnement physique, 112 participants répartis sur 5 matins ont accéléré leur rythme cardiaque pendant une bonne heure. Non satisfaits de cet effort, une quinzaine se sont inscrits à une mise en forme pour le ski à raison de deux fois par semaine. Pour l'an 2000, souhaitons-leur quelques flocons de neige....

En **ski de fond**, il y a bien sûr les sorties de Nicole Charbonneau. Elle prévoit vous amener tous les jeudis à compter du 6 janvier à Duchesnay, au Camp Mercier, au Massif du Sud, sur les Sentiers du Vieux-Moulin, à St-Jean-Chrysostome et je ne sais où encore... À elle aussi, il faudrait lui souhaiter pour l'an 2000, quelques flocons de neige. Pour les amateurs de sports d'hiver et de... bonne bouffe, il y aura le séjour au Genévrier à Baie-St-Paul les 24, 25 et 26 janvier 2000. Ski alpin, ski de fond, patin et glissade sont au programme.

Ces activités seraient difficilement réalisables sans l'implication de certains ou certaines d'entre nous. Tantôt animateur, tantôt organisateur ou recruteur, les ***Nicole Charbonneau, Lisette Fortin, Diane St-Pierre, Pauline Morneau, Errol Fortin et Benoît Cloutier,*** pour n'en nommer que quelques-uns, se sont, impliqués dans l'organisation de l'activité physique et sportive à la C.J.R. Nous leur disons "CHAPEAU"

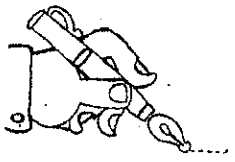
Jean Bédard, responsable des activités physiques et sportives

MÉLI-MÉLO

INVITATION

Une invitation spéciale est faite à tous nos membres pour venir

exprimer une opinion,
proposer un projet,
émettre un commentaire,
faire une suggestion,
écrire sur un thème qui vous tient à cœur...



Si vous avez le goût, communiquez avec:

Michel Sylvain, 622-7031
Courriel : *msylvain@acica.com*

LES ACTIVITÉS SOCIALES à venir

20 janvier 2000 à 15h00 - ***Pièce de théâtre*** - "Une autre façon d'aimer", jouée par le Théâtre des Aînés dont plusieurs membres font partie de la C.J.R. *Couvent Ste-Marie-des-Anges, 600, 60e Rue Est, Charlesbourg.* ***Coût: 5,00$***

Le 4 et 11 février 2000, - *Déjeuner-causerie* - *Restaurant les Cailles à la polyvalente de Charlesbourg, à* ***10h00*** :«Pour un avenir reposant». À la suite d'un problème cardiaque, un enseignant en éducation économique à la polyvalente de Charlesbourg, Jean-Guy Émond, a pris la décision de faciliter les recherches de sa succession en rédigeant un livre qu'il a intitulé *Pour un avenir reposant.*
Déjeuner 11h15 ; prix 3,50 $ à 5,50 $.

Dolorès Thomassin, responsable des activités sociales

«LA CAGE AUX FOLLES»

Maestria est une troupe de théâtre qui a vu le jour à Charlesbourg, il y a 4 ans déjà. Elle présente différentes sortes de spectacles dont le prochain aura pour titre «La Cage aux Folles».

C'est une pièce de théâtre écrite par Jean Poiret dont on a tiré le film du même nom en version française et le film «The Birdcage» en version américaine.

L'histoire se déroule dans un appartement situé au-dessus du cabaret «*La Cage aux Folles*» qui présente des spectacles de travestis. Cet appartement est habité par Georges, le directeur du cabaret et Albin son concubin et vedette du spectacle. Ensemble, ils ont élevé le fils de Georges, Laurent, qui veut épouser Murielle, la fille du député-maire et grand défenseur de la moralité. Parviendront-ils à convaincre les beaux-parents qu'ils sont un couple «normal» vivant une vie «normale»?

Le prix habituel des billets est de 15$, mais si nous formons un groupe d'au moins 10 personnes, nous pourrons bénéficier d'un rabais de 5$ et ne payer que 10$. Et si nous sommes assez nombreux, nous pouvons profiter de toute la salle pour notre groupe seulement. (200 places). La troupe doit louer l'auditorium de la **Polyvalente Le Sommet à Charlesbourg** pour ses représentations.

Pour retenir votre place, il y a deux façons:
1- Vous présenter au café-rencontre du 12 janvier et acheter vos billets
2- ***ou*** faire parvenir votre paiement avant le 3 février à l'adresse suivante:

Marcel Dupont
795, place de Charente
Charlesbourg Qc G1G 2W6

Faites votre chèque (10$) à ***Gabriel Biron-Maestria***, vos billets vous seront remis à l'entrée du spectacle.

LA REPRÉSENTATION AURA LIEU LE 3 MARS 2000 À 20H

LE GROUPE VOCAL DES JEUNES RETRAITÉS

Depuis septembre 1999, plus de 45 personnes forment le Groupe Vocal des Jeunes Retraité(e)s.

Chaque lundi matin, de 9:3Ohres à 12:OO h, ces personnes se rencontrent afin de chanter pour leur propre plaisir et fraterniser entre eux. Il en ressort un climat des plus chaleureux que tous et toutes apprécient au plus haut point.

Aline Parent, responsable du Groupe Vocal des Jeunes Retraité(e)s

Prendre un repas dans un restaurant-école est toujours un événement très couru. Le dîner du 25 novembre à Whilbrod-Bhérer ne faisait pas exception. 83 personnes étaient présentes. Le tout s'est déroulé dans une atmosphère de courtoisie et de chaleureuse amitié. Quelle belle occasion de rencontrer ses amis ou de faire de nouvelles rencontres ? Le repas fut des plus intéressant: terrine de canard, feuilleté de fruits de mer, potage aux légumes, porc, poulet et koulibiac (un pâté russe à base de poisson et de riz), il semble que ce fut le plat le plus recherché. Le vacherin faisant défaut à notre table, il fut remplacé par un tiramisu. Nous n'avons pas été déçus. Nous avons d'abord dégusté avec nos yeux et quel régal ce fut pour le palais! Tous semblaient avoir apprécié les délices concoctés par nos futurs grands chefs. Souhaitons que l'expérience se répète dans l'avenir.

Monique Chamberland

HOMMAGES À MONIQUE, GAÉTAN ET ALINE

Sans toi Monique, le groupe vocal serait inexistant. Merci pour ta présence, merci de nous permettre de mettre à profit tes connaissances musicales, merci pour le sourire communicatif, pour ta simplicité, pour cet humour partagé au sein du groupe. Tu possèdes le doigté nécessaire pour diriger, c'est-à-dire, remise à l'ordre «si nécessité il y a», ouverture d'esprit pour accepter les idées des membres, formation requise pour manier la baguette et ainsi, faire chanter chacun de nous dans la paix, le partage et la joie d'appartenir au Groupe Vocal des Jeunes Retraités du Plateau.

Un merci sincère Gaétan ! Grâce à toi, nous avons droit tous les lundis matins à un départ hebdomadaire qui se réalise dans la joie, la musique et l'amitié. Tu effectues ton transport d'équipement sans la moindre plainte, mets à notre service tes dons musicaux, tu possèdes la magie au bout des doigts, bref, tu es l'instrument indispensable au Groupe Vocal des Jeunes Retraités du Plateau. Nous t'apprécions à ta juste valeur. Bravo Gaétan

Et enfin, Merci Aline pour ton travail dans l'ombre ! Ton nom est sûrement synonyme de douceur, discrétion et débrouillardise. Voilà le système des 3D bien établi. Très efficace, toujours pondérée, elle possède de grandes capacités au niveau de la gérance, de la production tout en utilisant une belle complicité avec son conjoint. Telle la fourmi, tu travailles sans arrêt avec un sourire permanent. Merci Aline pour tes nombreux efforts, ta contribution au bonheur procuré à chacun de nous. Nous t'aimons grandement.

Micheline Bergeron, Groupe Vocal C.J.R.

Photocopie du Bulletin

UN RÊVE ENFIN RÉALISÉ

Le 21 octobre dernier, André Doucet, professeur à la retraite, nous présentait le récit de son pèlerinage à Compostelle. Il lui a fallu d'abord se préparer pour ce grand voyage. Alors, sac au dos, chaussures de marche et bâton de pèlerin, il entreprit de se rendre voir sa mère au Saguenay. Il voulait ainsi s'entraîner à porter un sac à dos et à marcher plusieurs heures par jour et plusieurs jours de suite. Rendu en France, il partit de Bordeaux. Au début, il longea la mer puis ensuite prit le sentier des pèlerins. Il passa par les montagnes où la brume à l'automne est à trancher au couteau. L'humidité et la froidure vous transpercent quand ce n'est pas la pluie qui vous glace. Ce fut la partie la plus difficile de son pèlerinage. Le soir, il dormait dans des refuges. Dans certains d'entre eux, tous étaient couchés à même le plancher, d'autres étaient munis de paillasses et enfin certains avaient des lits que les premiers arrivés pouvaient occuper. Pour ce faire, il fallait s'arrêter au refuge dès 15 h de l'après-midi. "Mon sommeil devint plus profond" dit-il car pour dormir ainsi dans la promiscuité, il fallait s'habituer au bruit: toux, reniflements, ronflements, flatulences et autres bruits...En passant dans les villes et villages, il prenait le temps de s'arrêter pour visiter un peu et toujours à pied. Au hasard du chemin, il a fait des rencontres intéressantes, il a noué des liens d'amitié avec quelques personnes. Ces nouveaux amis correspondent encore au moyen d'internet. Il a réalisé un rêve de jeunesse et se propose d'organiser des voyages pour de futurs pèlerins. C'est une expérience que je souhaite à tous ceux qui ont la santé pour le faire.

Monique Chamberland

PNEUS & MÉCANIQUE
JEAN BILODEAU
622-2219 (418)
Télécopieur: 418-622-4725
8550, boulevard Cloutier, Charlesbourg G1G 4Z4

RECETTES MAISON D'AUTREFOIS

ARTHRITE

Prendre une tasse d'huile d'olive pure
Ajouter une poignée de menthe fraîche
Placer dans le noir pendant trois semaines
Couler dans une passoire pour enlever
les feuilles de menthe
Ajouter un carré de camphre écrasé
avec un marteau dans un linge propre,
Utiliser trois fois par jour

ENFLURE, ENTORSE, PHLÉBITE

Mélanger une quantité égale d'huile de ricin
(huile de castor) et d'esprit de térébenthine
ajouter un morceau de camphre écrasé
avec un marteau dans un linge propre
Bien mélanger.
Utiliser trois fois par jour.

Ginette Martel

LE BRIDGE

Un peu de social et beaucoup de concentration, voilà vous avez **LE BRIDGE**.

Grâce à Nicole et Claude Charbonneau, 43 retraité(e)s ont suivi des cours de bridge les vendredis après-midi. Les dimanches soirs, nous mettions en pratique tout ce qu'ils nous ont appris *même à compter nos points en duplicata.* Plusieurs vont même en salle afin de mettre à l'épreuve leur savoir.

QUELLE BELLE RÉUSSITE!

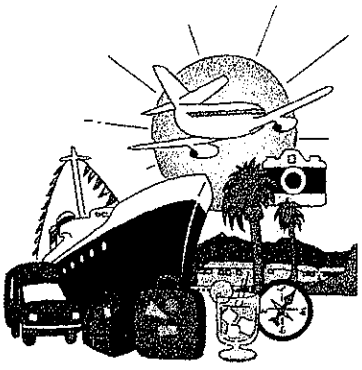
Un **gros merci** à Nicole et Claude pour leur grande générosité.

Les ateliers de bridge débuteront le 14 janvier 2000 et les cours de débutants reprendront en septembre 2000.

Pauline V. Cloutier, responsable

VOYAGES À LA C.J.R.

Au cours des derniers mois, le comité voyage s'est questionné afin de trouver une formule qui permettrait à tous les membres de bénéficier de rabais lors de l'achat d'un voyage. Suite à cet exercice, la C.J.R.. a conclu avec *Voyages Directions* de Beauport l'entente suivante : un rabais de 5 % du prix brochure si vous êtes une ou plusieurs personnes. Ce rabais sera de 10 % si le groupe excède 20 personnes.



Nos escapades d'une journée sont toujours au programme. Les dates seront à déterminer.

Mars : *Visite de l'usine G.M. à Ste-Thérèse*
Mai : *Micro-brasserie du vieux Québec*
Mai : *Visite de la centrale de Gentilly*

Un volet culturel à la section voyage ! La C.J.R. ouvre une fenêtre sur le monde en vous invitant à une série de **conférences** sur diverses régions du monde. **Chaque dernier lundi du mois,** des conférenciers invités vous feront connaître à l'aide de matériel audio-visuel les particularités et les attraits touristiques d'une partie du monde.

Voici la programmation hiver 2000 :

31 janvier 2000 :	*Le monde des croisières*
28 février :	*L'Ouest canadien*
27 mars :	*L'Australie, la Nouvelle-Zélande*
24 avril :	*L'Europe en survol*
29 mai :	*L'Italie sous toutes ses facettes*

Nous espérons cette programmation à la hauteur de vos attentes.

Nicole Savard,
responsable de
s voyages

CLUB VOYAGES PLACE LAURIER

2740, boul Laurier, Place Laurier, 3e étage Ste-Foy G1V 4P7

VOYAGES DIRECTIONS

Carrefour Beauport, 3333, rue du Carrefour, Beauport G1C 5R9

DESTINATIONS VOYAGES DE L'AN 2000
AVEC VOYAGES DIRECTIONS BEAUPORT & CLUB VOYAGES PLACE LAURIER

Les Fêtes terminées, et le "bogue" de l'an 2000 passé, c'est l'occasion de planifier vos prochaines vacances. Nos conseillers sauront répondre à vos besoins en vous offrant des destinations de choix et sur mesure pour vous. **De plus**, profitez du 5% de réduction, offert uniquement aux membres de la CJR, sur les tarifs brochures de forfaits voyage. Formez un groupe de 20 personnes et plus, une réduction de 10%/personne sera applicable sur les tarifs brochures de forfaits voyage. Bienvenue dans le magnifique monde du voyage.

LAS VEGAS : *24 AU 29 MARS 2000* ***1559.00$/pers.***., *occ. double*, incluant l'extraordinaire spectacle "O" du Cirque du Soleil. Votre forfait comprend:transferts en autocar-vol aller-retour-hébergement pour 5 nuits-billet de spectacle-taxes.

L'OUEST CANADIEN : Cette destination vous sera offerte en juillet 2000. Détails et tarif à confirmer.

ORLANDO : *Du 5 au 12 mars 2000. Tarif extraordinaire de* ***879,00$/adulte*** *en occupation double, incluant:*
Vol aller-retour de Montréal-location de voiture pour 1 semaine-hébergement en chambre au complexe Larson Inn.

CROISIÈRE TRANSATLANTIQUE :*DÉPART LE 2 AVRIL 16 jrs à bord du Flamenco.*
Tarifs à partir de ***2438,00$/pers.***, occ. double.
Découvrez les beautés de Tortola, la Guadeloupe, la Martinique, Madère, Malaga, Ibiza, Barcelone et Marseille.

NOUVELLE-ORLÉANS à PÂQUES? : *Départ: du 20 au 24 avril 2000:* ***1239.00$/pers.***, *occ. double*
Vols aller-retour-transferts en autocar-hébergement pour les 4 nuits en hôtel 4*, un billet pour le spectacle d'Allegria du Cirque du Soleil à Biloxi-une visite guidée de la Nouvelle-Orléans-taxes.

RÉPUBLIQUE DOMINICAINE:À *partir de*
1200,00$/pers., *occ. double pour une semaine*
1679,00$/pers., *0cc. double pour 2 semaines.*
Contactez nos agents de
Voyages Directions au 667-0044
ou **Club Voyages Place Laurier au 651-8108.**

LE GRAND BOURG
RESTO-BRASSERIE

SALONS PRIVÉS
DE
8 À 80 PERSONNES

MENU VARIÉ

8500, boul. Henri-Bourassa
Carrefour Charlesbourg
Charlesbourg (Québec)
G1G 5X1
Tél. **(418) 623-5757**

SOUPER DE NOËL

Le mercredi 15 décembre dernier, plus de 330 membres ont participé à notre souper de Noël qui a eu lieu au Centre de Réception Laurentien.

Avant le repas, notre chorale nous a mis dans l'ambiance avec des chants de circonstance.

Considérant le nombre de convives à servir, nous avons eu un service rapide et la nourriture fut appréciée de tous. Un magnifique gâteau avec notre logo a couronné ce repas.

Plus de 50 prix de présence ont été remis tout au long de la soirée.

De 21 h jusqu'à 1 h du matin, la piste de danse a été utilisée au maximum par les nombreux amateurs.

Merci à tous ceux qui ont participé, ainsi qu'à toutes les personnes qui m'ont aidé dans l'organisation de cette activité.

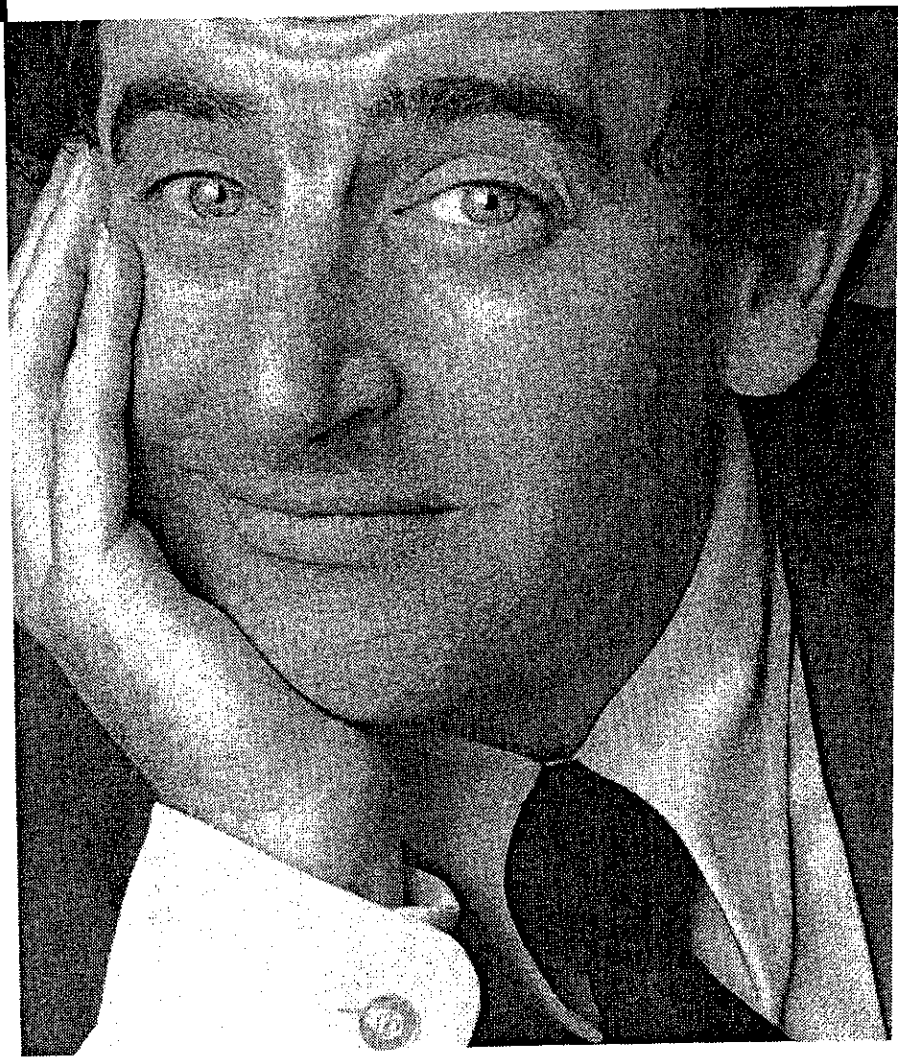
André Berger

DÉCÈS

Étienne Tremblay
décédé le 29 octobre
1999

Épargnes à terme indicielles Desjardins

« Tout ce que je risque, c'est de faire de l'argent. »



Pour diversifier votre portefeuille et augmenter votre potentiel de rendement, Desjardins vous offre les **Épargnes à terme indicielles Desjardins.**

Elles présentent un double avantage : une **garantie de capital à 100 %**, puisqu'il s'agit à la base d'une épargne à terme, et **un potentiel de rendement supérieur.**

Deux options sont offertes :

- **L'Épargne à terme Gestion active Desjardins**, qui vous offre une diversification maximale puisqu'elle est composée de 21 titres répartis dans 10 pays.
- **L'Épargne à terme à rendement boursier Desjardins**, qui vous offre la possibilité de profiter de la croissance de différents marchés boursiers.

- Investissement minimum requis : 500 $
- Aucuns frais d'administration
- Admissible au REER
- Différents termes offerts.

Informez-vous auprès de votre conseiller à la caisse ou composez le ***1 800 CAISSES*** *ou encore, visitez notre site Internet au* ***www.desjardins.com***

Desjardins

La caisse populaire de Charlesbourg

Siège social
155, 76e Rue Est, C.P. 7126
Charlesbourg (Québec)
G1G 5E1
Téléphone : (418) 626-1146
Télécopieur : (418) 624-4316

Centre de service
8500, boul. Henri-Bourassa
Charlesbourg (Québec)
G1G 5X1
Téléphone : (418) 626-1146
Télécopieur : (418) 622-8090

Centre financier Le Mesnil
5600, boul. des Galeries
Québec (québec)
G2K 2H6
Téléphone : (418) 623-7171
Télécopieur : (418) 623-4733

BONNE NOUVELLE À TOUS LES MEMBRES DE LA COMPAGNIE DES JEUNES RETRAITÉS DU PLATEAU DE CHARLESBOURG

Vous avez maintenant accès à un programme d'assurances automobile, habitation et protection juridique vous offrant une ***tarification très avantageuse, des garanties plus grandes et la facilité de paiement sans frais ni intérêt.***

➢ *AUTOMOBILE – TARIFICATION*

RÉDUCTION DE 12 % DE LA PRIME RÉGULIÈRE POUR VOTRE AUTOMOBILE

Inclus sans frais :

FAQ 34 : "Assurance de personnes": Décès, mutilation, frais médicaux. 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.

➢ *BIENS – 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!

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.

➢ *PROTECTION JURIDIQUE*

- 1 re consultation par sujet payée par La Capitale
- En cas de litige garanti et couvert par le contrat, les honoraires et frais juridiques remboursables atteignent **5 000 $ par cause** et cette protection peut aller jusqu'à **15 000 $ par période d'assurance**
- Les domaines tels ***consommation, dommages corporels ou matériels, propriété et habitation, sécurité du revenu, travail*** sont couverts.
- Protection offerte uniquement aux détenteurs d'une assurance automobile ou habitation.
- Prime 39 $/annuellement

➢ *CAP (CAPITALE ASSISTANCE PRIORITAIRE)*

- 24 heures sur 24, 7 jours sur 7
- Automobile : services d'urgence – planification de voyage – protection contre l'interruption de voyage – services spéciaux à l'automobiliste applicables à tous les conducteurs du véhicule assuré.
- Biens : accès immédiat à un réseau de plus de 400 spécialistes au Québec
- Numéro de téléphone sans frais

SANS FRAIS POUR CEUX QUI DÉTIENNENT UNE ASSURANCE AUTOMOBILE, HABITATION ET PROTECTION JURIDIQUE
49,00$/ANNUELLEMENT SI UNE ASSURANCE AUTO SEULEMENT EST DÉTENUE À LA CAPITALE.

1663