



L'INFO C.J.R.



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

Volume 3, N° 2

JANVIER 2001

MOT DU PRÉSIDENT

Nous avons maintenant franchi officiellement ce fameux millénaire à qui l'on attribuait bien des malheurs électroniques et autres, mais ce ne fut pas si terrible puisque nous l'avons traversé.



L'an 2000 fut une autre année historique à la C.J.R. par son « membership », par la participation de ses membres aux activités proposées et par le dynamisme qui y règne.

La Compagnie est constamment à la recherche de membres actifs qui voudraient se joindre à l'organisation des activités afin de dynamiser les rencontres, les loisirs et les services. Cela n'est guère possible sans l'implication active de ses membres pour en assurer sa vitalité. Pour ce faire, je vous invite à vous faire connaître afin que nous puissions vous intégrer dans une ou plusieurs équipes de bénévoles.

Des activités se sont démarquées parmi les autres, comme l'Expo-Art-C.J.R. qui a littéralement fait un tabac, tant par les participants que par les visiteurs et le souper de Noël par une participation record. Le questionnaire a retenu l'attention de 200 répondants. Nous vous en dévoilons les résultats dans les pages suivantes.

Le 21 février prochain, à l'occasion de l'assemblée générale de notre Compagnie, nous procéderons à l'élection de 6 administrateurs selon la nouvelle formule retenue par le conseil d'administration et proposée à l'assemblée. Le conseil exécutif sera élu parmi les administrateurs comme dans la plupart des organismes comme le nôtre. Nous avons besoin de gens qui

s'impliquent davantage. Manifestez-vous en présentant votre candidature pour devenir membres du conseil d'administration.

Dans le cadre du programme fédéral Volnet, nous avons acquis l'automne dernier un ordinateur pour le bureau. Vous pouvez nous joindre par internet à l'adresse suivante : c.j.r@globetrotter.net

En terminant, je voudrais remercier tous ceux et celles qui ont contribué à organiser et produire des activités de qualité qui font le succès de la C.J.R.. Merci!

Bonne saison avec nous!

Errol Fortin, président

Café-Rencontre-inscriptions du 10 janvier prochain.

Vous êtes invités en grand nombre à ce café-rencontre-inscriptions. Profitez de l'occasion pour vous inscrire aux activités proposées.

N.B. N'oubliez pas vos chèques car il faut payer pour chaque activité séparément.

Bonne Année

RENOUVELLEMENT DES CARTES DE MEMBRE C.J.R. 2001

Nous remercions les membres de la C.J.R. qui ont renouvelé leur carte de membre par la poste. Nous les invitons à venir chercher leur agenda C.J.R. 2001, les lundis p.m. au chalet des Loisirs du Plateau. Nous rappelons aux retardataires qu'ils ont jusqu'au 31 janvier 2001 pour renouveler leur carte de membre, de **préférence par la poste** ou les lundis p.m. au chalet des Loisirs du Plateau.

En date du 20 décembre, 602 avaient pris leur carte de membre C.J.R. 2001 et 296 étaient en attente de renouvellement. Le coût de la carte de membre est de 8,00 \$.

Nous avons apprécié votre collaboration.

Pauline Cloutier, registraire

CONSEIL D'ADMINISTRATION septembre-2000

Errol Fortin, président	resp. communications
Claude Charbonneau	resp. entraide- resp. Journal
vice-président	Info-C.J.R.
Pauline Cloutier, registraire	affaires culturelles
Philippe Baës, secrétaire	secrétaire
André Berger, trésorier	finances C.J.R.
Jean Bédard, directeur	coordonateur act. phys. et sport.
	sports(golf)
Diane St-Pierre, directrice	sports (vélo)
Fernand Cloutier, directeur	sports (tennis)
Pauline Morneau, directrice	coordonnatrice soc.cult - voyages
Nicole Savard, directrice	aff. soc. culturelles
Nicole Fleury, directrice	

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Les membres de la C.J.R. sont convoqués à l'assemblée générale annuelle qui aura lieu le 21 février prochain à 13h30 au sous-sol de l'église St-Pierre-aux-Liens.

INFO. DU SECRÉTAIRE

La C.J.R. s'est dotée d'une politique de filtrage par un projet de convention avec la ville de Charlesbourg. Cette politique s'applique aux bénévoles et aux administrateurs de la Compagnie. Le président de la compagnie en est le mandataire.

La Compagnie s'est dotée d'un ordinateur pour son administration par l'intermédiaire d'une subvention de Volnet Canada.

Nos représentants au groupement des Organismes d'Aînés sont Pauline Cloutier, Errol Fortin et Claude Charbonneau.

Philippe Baës, secrétaire



Conseil d'administration De g. à dr.(avant) Pauline Morneau, Nicole Savard, Nicole Fleury, Diane St-Pierre, Errol Fortin (arrière): Fernand Cloutier, Claude Charbonneau, André Berger, Pauline Cloutier, Philippe Baës, Jean Bédard

RENOUVELLEMENT CARTE DE MEMBRE

Prénom et nom :	
Prénom et nom :	
Adresse :	App. :
Code postal :	Tél. :
Numéro de la carte CJR 2000	
Joindre un chèque ou un mandat poste au montant de 8. ⁰⁰ \$ par membre)	

RÉSULTATS DE LA CONSULTATION SUR LES ATTENTES ET LES BESOINS DES MEMBRES DE LA C.J.R.



Claude Charbonneau

Tout d'abord, je tiens à remercier Madame Cécile Bouchard du Centre local de développement de Charlesbourg et de la Haute-St-Charles pour son engagement, son expertise et la qualité de sa contribution dans la réussite de cette consultation. Je remercie également le président de la C.J.R. pour son travail assidu dans la compilation des

données et surtout les deux cents (200) membres de la C.J.R. qui ont répondu à ce questionnaire au cours de septembre 2000.

1. Le profil des répondants

- a) Les répondants : 62 % : des femmes
38 % : des hommes
- b) Les groupes d'âge des répondants :
55 à 64 ans : 72 %,
65 à 74 ans : 25 %,
75 ans et + : 3 %
- c) Comment vivez-vous?
Seul : 35 %,
en couple : 58 %,
en famille : 5 %,
en cohabitation : 2 %
- d) Le domicile :
Maison unifamiliale : 71 %,
appartement : 13 %,
condominium : 15,5 %,
chambre : 0,5 %
- e) Retraités depuis combien de temps?
0 à 2 ans : 22 %,
3 à 5 ans : 50 %,
6 à 10 ans : 19 %,
11 ans et + : 8 %

2. Les axes de consultation

- a) Les activités quotidiennes des membres de la C.J.R.
Travaux ménagers : 70 %
entretien extérieur : 63 %
loisirs personnels : 90 %
loisirs de groupe : 60 %
aide à des parents et amis : 56 %
voyages : 59 %
activités bénévoles individuelles : 22 %
activités bénévoles dans un groupe : 34 %

b) Les voyages

1 La nature des voyages

Destination	Durée	Fréquence
À l'intérieur de la région:		
(72,5 % ont répondu)	1 jr : 68 %	1 fois : 14 %
	2 jrs : 10 %	2 fois : 19 %
	3 jrs : 9 %	3 fois : 36 %
	5 jrs : 13 %	4 et+ : 21 %

Ailleurs au Québec (66 % ont répondu)	2 jrs : 31 %	1 fois : 5 %
	3 jrs : 57 %	2 fois : 41 %
	7 jrs : 12 %	3 et : 9 %

À l'étranger (62 % ont répondu)	7 jrs : 9 %	1 fois/an : 73 %
	15 jrs : 40 %	1 à 2 fois/an : 8 %
	15 à 21 jrs : 18 %	2 fois/an : 11 %
	21 jrs et+ : 33 %	1 fois/2ans : 8 %

2 Moyens de transport préférés

Automobile : 42 %, autobus : 33 %, avion : 16 %, train 4 %,
Autres (bateau, roulotte, motorisé) : 5 %

c) Les champs d'activités préférés par les membres

Arts et culture : 80 %, patrimoine : 32 %, santé : 46 %, services sociaux et communautaires : 17 %, environnement, écologie : 23 %, droit de la personne : 15 %, politique : 10 %, religion : 18 %, consommation et économie : 26 %, éducation : 18 %, loisirs : 73 %, coopération internationale : 11 %, autres 4 %.

d) Moyens qui favorisent la participation à un groupe

Invitation personnalisée et bon accompagnement:
55%, accueil chaleureux : 85 %, certains
bénéfices: 35 %,
autres : 7 %

e) Le bénévolat

1 Participation

74 % des répondants se disent impliqués dans le bénévolat:

41 % comme participant, 33 % comme bénévoles actifs à l'intérieur d'une organisation pour des périodes variant entre 1 à 8 heures/semaine

2 Pourquoi s'impliquer dans le bénévolat ?

Être avec d'autres personnes : 64 %, occuper son temps utilement : 33 %, garder un bon moral : 32 %, être bien informé : 37 %, autres : 10 %

3 Comment obtenir de l'information sur le bénévolat?

Charlesbourg-Express : 73 %, feuillets paroissiaux: 42%, journaux régionaux: 35 %, institutions : 11 %, bouche à oreille : 70 %, autres : 5 %.

4 Le transport pour participer à ces activités est-il un handicap ?

Oui : 8 %, non : 92 %

f) Le partage des connaissances

Très peu de réponses à ces questions.

13 % ont répondu qu'ils aimeraient partager des connaissances.

29 % ont répondu à la question : «Vous sentez-vous invités à les partager?»

Oui : 47 %, non : 53 %.

g) L'offre d'activités et de services de la C.J.R. à ses membres

92,5 % des répondants ont répondu à cette question.

Adéquate : 30 %, abondante : 29 %, accessible: 63%, insuffisante : 3 %, inadéquate : 0 %, dispendieuse : 1,5 %.

h) La participation aux activités de la C.J.R. et à leur développement

91, 5 % ont répondu à cette question.

43 % participent aux activités physiques et sportives (tennis, tai-chi, ski de fond, vélo, pétanque ...)

43 % Participent aux activités socioculturelles (conférences, chant, musique, danse, théâtre, bridge...)

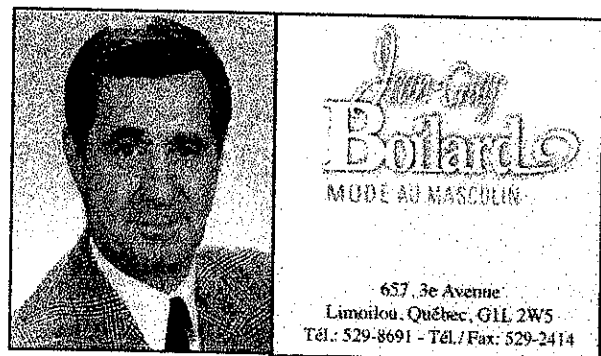
14 % participent aux deux catégories d'activités.

Enfin, plusieurs proposent d'autres activités ou services à développer comme : le ski alpin, un club de photographie, la natation, le badminton, le scrabble, des échanges de revues, un club de lecture et de littérature, des soupers-théâtre...

Pour terminer, voici certains commentaires recueillis au hasard :

Fierté de faire partie de la C.J.R. Ne pas devenir trop nombreux. Faire des activités moins dispendieuses. Aider ceux qui voudraient faire du bénévolat. Activités nombreuses et variées. C'est parfois difficile de faire tout ce qui nous intéresse. Ce n'est pas facile de choisir. Merci pour avoir pris le temps de nous consulter ...

Claude Charbonneau, vice-président



André Proulx

Escompte de 10% sur présentation de la carte C.J.R.

Envoi de Publication - Convention N° 1665170

ACTIVITÉS PASSÉES

EXPO-ARTS 2000

Je ne suis pas une adepte des rétrospectives, je préfère aller de l'avant. Mais cette fois-ci, je fais exception pour vous reparler de notre expo-arts 2000 qui s'est tenu les 17, 18 et 19 novembre dernier.

Vingt-sept artistes et artisans de la C.J.R. ont répondu à notre invitation. Nous pouvions admirer peintures, aquarelles, photographies, pièces de sculptures sur bois, vitraux, couture, peinture sur bois et miniatures, artisanat et même une collection d'épinglettes. Quelque 600 personnes ont visité notre exposition, ce fut une réussite.

Il va sans dire que notre projet a nécessité beaucoup d'investissement en temps et énergie. Tout d'abord, je tiens à remercier nos artistes qui sont les premiers responsables de la réalisation de ce projet. Je profite de l'occasion pour souligner la participation de Jean-Guy Desrosiers, peintre de renommée internationale qui nous a fait cadeau d'une magnifique sérigraphie comme objet de tirage. Mme Mylène Duval a gagné ce prix.

Je remercie également les membres du comité organisateur. Il faut dire que j'étais bien secondée. Merci à Lisette Côté qui est pour beaucoup dans la tenue de cette exposition. Elle caressait ce projet depuis déjà quelques années. Merci également à Louise Turcotte. Faisant partie de la société artistique de Charlesbourg, son expérience nous a été d'un grand secours. Elle a piloté ce projet de main de maître. Je n'oublie pas notre "grand" homme André Renaud qui a assumé la responsabilité de tout l'aspect technique de cette organisation. Il a été secondé par toute une équipe de bénévoles: Roger Levesque, Fernand St-Pierre, Jean Sauvé, Philippe Baës, Nil Desmeules et Rosaire Savard.

Le maire de Charlesbourg, Ralph Mercier, et le député fédéral de Charlesbourg-Jacques-Cartier, Richard Marceau, étaient présents lors du vernissage de cette exposition.

Je tiens à mentionner également le support apporté par la Ville de Charlesbourg qui nous a fourni tout l'équipement nécessaire au montage de la salle de l'exposition.

Une fois de plus, nous constatons que la collaboration et l'entraide sont la clé de la réussite.

En terminant, je formule le souhait que cet événement se répète et devienne une tradition à la C.J.R.

Nicole Savard

LE SOUPER DE NOËL DU 13 DÉCEMBRE 2000

Le souper de Noël est sans contredit l'activité qui bat des records de participation. Cette année encore, avec le rabais accordé pour le souper de l'année, nous étions 350 convives.

Aline et Gaétan ont animé le repas par des chants divertissants. Errol Fortin, Fernand Cloutier et Nicole Fleury se sont partagé l'animation de la soirée. De nombreux cadeaux des commanditaires ont été distribués.

Un super panier de Noël a été gagné par Rosaire Savard et un Forfait-santé de trois cent cinquante dollars par Denise Labbé-Dubois.

La soirée a permis aux nombreux danseurs de s'exécuter autant dans la danse en ligne que dans la danse sociale.

Errol Fortin



ACTIVITÉS À VENIR

ACTIVITÉS SOCIOCULTURELLES

L'année 2000 est derrière nous avec toutes nos appréhensions face à ce nouveau millénaire.



Nicole Savard

Pour nous, à la C.J.R., ce fut une année extraordinaire. À l'assemblée générale de février dernier, une nouvelle recrue entrainée au conseil d'administration (Nicole Fleury). Une personne dynamique ayant une énergie peu commune qui a apporté une dimension nouvelle à la C.J.R.

Ses idées, ses projets, son enthousiasme communicatif insufflent à notre comité le goût de nouveaux défis. Résultats : la section socioculturelle amorce un virage important. Toute une panoplie d'activités vous sont offertes qui, nous espérons, sauront combler vos besoins et vos attentes.

Au cours de l'automne, nous avons mis de l'avant une nouvelle formule : les sondages. Ceci afin de nous assurer de votre intérêt lors du lancement de nouvelles activités et pour éviter les dépenses inutiles d'énergie. Votre nom sur ces formulaires n'est pas une inscription à l'activité. Il faudra profiter du café-rencontre du 10 janvier 2001 pour vous inscrire en bonne et due forme à l'activité choisie.

Le comité socioculturel (Nicole Charbonneau, Nicole Fleury, Nicole Letellier, Pauline Cloutier et une nouvelle venue Louise Turcotte) souhaite à tous une année enrichissante, divertissante et bien remplie.

Nicole Savard, responsable

Il est des sentiments si intraduisibles qu'il faut la musique pour les suggérer.

André Esparcieux

LES LUNDIS DU TRIDENT

En octobre nous étions trente à assister au 1^{er} lundi du Trident de la saison. Nous poursuivons cette belle expérience.

Les prochaines dates de ces représentations seront les 26 février, 26 mars et 7 mai.

Nous assisterons en février, à la salle Octave-Crémazie, à la lecture de «Titanica, la robe de la victime», de Sébastien Harrison originaire de Matahe. L'an dernier nous avons été impressionnés par la pièce «Floes» du même auteur,

le 26 mars, à la lecture «Des fraises en janvier» d'Éveline De La Chenelière, pièce qui a été jouée à Carleton. L'auteure s'est méritée le Masque 2000, pour le meilleur texte,

le 7 mai, «Les champs de glace» de l'auteur québécois André Ricard enseignant au Conservatoire d'art dramatique. Le Trident a déjà mis en scène plusieurs de ses pièces.

Le prix est de 6,00 \$ par représentation. Les personnes intéressées pourront faire du covoiturage.

Après le spectacle, il y a possibilité de prendre un café au resto.

Réservation un mois avant la date prévue pour le spectacle.

Nicole Letellier 626-5208

ACTIVITÉS DU GROUPE VOCAL

Le groupe vocal de la C.J.R. reprendra ses activités le 8 janvier 2001.

Il n'y aura pas de nouvelles inscriptions étant donné qu'il y a déjà 63 choristes.

Aline Parent

VOYAGES

En novembre dernier, trente-huit de nos membres partageaient se prélasser sous le chaud soleil de la Tunisie. Leurs commentaires enthousiastes nous ont laissé un arrière-goût de regret. Mais ce n'est que partie remise.

Quels sont vos projets pour 2001 ? À l'été, que diriez-vous de vous retrouver sur la côte Ouest ? L'Ouest canadien et ses paysages magnifiques sont au programme. Plusieurs ont manifesté de l'intérêt pour cette destination.

Il y aura présentation de ce voyage le lundi 26 février à 13h30 au chalet des Loisirs du Plateau

Et à l'automne, l'Italie. Eh! Oui, Rome, Venise, Florence, Naples... sont à votre portée. Ce circuit culturel nous fera découvrir ses villes et villages pittoresques, ses musées, ses basiliques célèbres, accompagné par des professionnels en art, histoire et culture italienne. Nous ferons une présentation de ce voyage le lundi 30 avril à 13h30 au chalet des Loisirs du Plateau.

Le 26 mars, dans le cadre de nos conférences «Fenêtre sur le monde», nous visiterons le Vietnam. Un spécialiste nous fera connaître cette destination exotique.

N'oubliez pas de réclamer votre réduction de 5 % ou 10% lors d'achat de voyage à l'agence «Voyages Directions».

Dates importantes des présentations à retenir :

26 février : l'Ouest canadien

26 mars : Le Vietnam

30 avril : L'Italie

Nicole Savard

DÉJEUNER AUX CAILLES

Les 8 et 14 février, vous êtes invités au restaurant Les Cailles pour un déjeuner à 12h30.

Hâtez-vous de réserver votre place lors du café-rencontre du 10 janvier.

Nicole Letellier

SUCRE ! SUCRE ! SUCRE !

Le 6 avril. Dépêchez-vous, inscrivez cette date à votre Agenda.

Pour les becs sucrés, voilà une occasion en or de se régaler. Repas typiquement québécois, dégustation de tire sur neige et animation sont au menu.

Prix : 13,00 \$ ou 15,00 \$, transport inclus.

Nicole Savard

BRUNCH BRUNCH BRUNCH

Le brunch du dimanche

Joignez-vous à nous tous les premiers dimanches du mois, au chalet du Golf des Plaines à 11h30.

C'est toujours agréable et amusant de se retrouver entre amis.

Chansons, musique, histoires et animation sont au menu.

La nourriture servie par notre hôte Mario y est excellente.

Coût du brunch : 10,00 \$ (taxes et service en sus)
Maximum 50 places.

Nicole Charbonneau

DÎNER SPECTACLE «À LA MANIÈRE D'YVES CANTIN»

Venez vous gâter!

Au restaurant le Batifol du Lac Beauport, Lydia-Françoise présente le baryton Raymond Bournival. Il nous fera entendre les airs les plus comiques du répertoire français. Un spectacle où le rire sera à l'honneur. Yves Cantin se joindra à lui pour quelques duos hilarants.

DATE: Le mercredi 18 avril, 14h00
COÛT : 10,00\$ pour le spectacle ou
20,00 \$ incluant le repas (12h00)

INSCRIPTION : café-rencontre du 14 mars.

Nicole Charbonneau

NUMÉROLOGIE

Ghislaine Racine

Des trésors d'informations sont cachées derrière les nombres. Ils nous révèlent des capacités et des dispositions essentielles à la réalisation de nos espoirs et de nos désirs. C'est donc un outil pratique pour connaître de nouvelles dimensions de son être, se débarrasser des peurs inutiles, et obtenir une meilleure connaissance de soi pour savoir mieux gérer sa vie.

8 ateliers débutant le jeudi 15 février à 14h30.

Maximum de 20 personnes.

Nicole Fleury

LE CAMPING EST DE RETOUR

Pour les adeptes de cette activité, veuillez inscrire à votre agenda que la deuxième saison de camping se tiendra du 3 au 7 juillet. Des informations complémentaires suivront dans le journal du mois de mai.

Nicole Fleury

SKI ALPIN RELAIS

Le mercredi des dames

Je vous invite à vous procurer votre macaron officiel au coût de 25,00 \$ pour la saison au comptoir du service à la clientèle du Relais.



Notre première rencontre aura lieu le 17 janvier, à 10h00 sous l'horloge, devant les pentes et les supports à skis. De plus, nous pourrions nous retrouver pour casser la croûte à l'heure du dîner vers 12h00. Des ajustements suivront selon les goûts et les besoins de chacun(e).

Nicole Fleury

SKI ALPIN STONEHAM

Du social en ski ? Pourquoi pas.

On veut se connaître, on veut échanger entre skieurs, on vous invite à une rencontre tous les mardis matin au petit chalet des "40" en bas des pistes à 10h30.

Nicole Savard

ACTIVITÉ DES QUILLES

Depuis septembre dernier, une dizaine de quilleurs(euses) se sont joints à l'équipe de la Ligue Les Matinals de Charlesbourg qui tient ses activités le mercredi matin. 28 joueurs s'en donnent à cœur-joie.



Lisette Côté

RAPPEL AUX GYMNASTES DE C.J.R.



Notre prochaine session débutera le 15 janvier prochain.

Tous les matins du lundi au vendredi de 8h40 à 9h40.

Endroit : Gymnase «François-Borgia» du Patro de Charlesbourg.

L'inscription aura lieu au café-rencontre du 10 janvier. Venez acquérir ou conserver votre bonne forme physique.

Bienvenue à tous nos membres.

Benoit Cloutier

2001

COMPAGNIE DES JEUNES RETRAITÉS DU PLATEAU DE CHARLESBOURG

*Nous voici à l'aube d'une nouvelle année
et d'un nouveau millénaire.
Pour notre Compagnie, ce sera le
7^e anniversaire de sa fondation.*

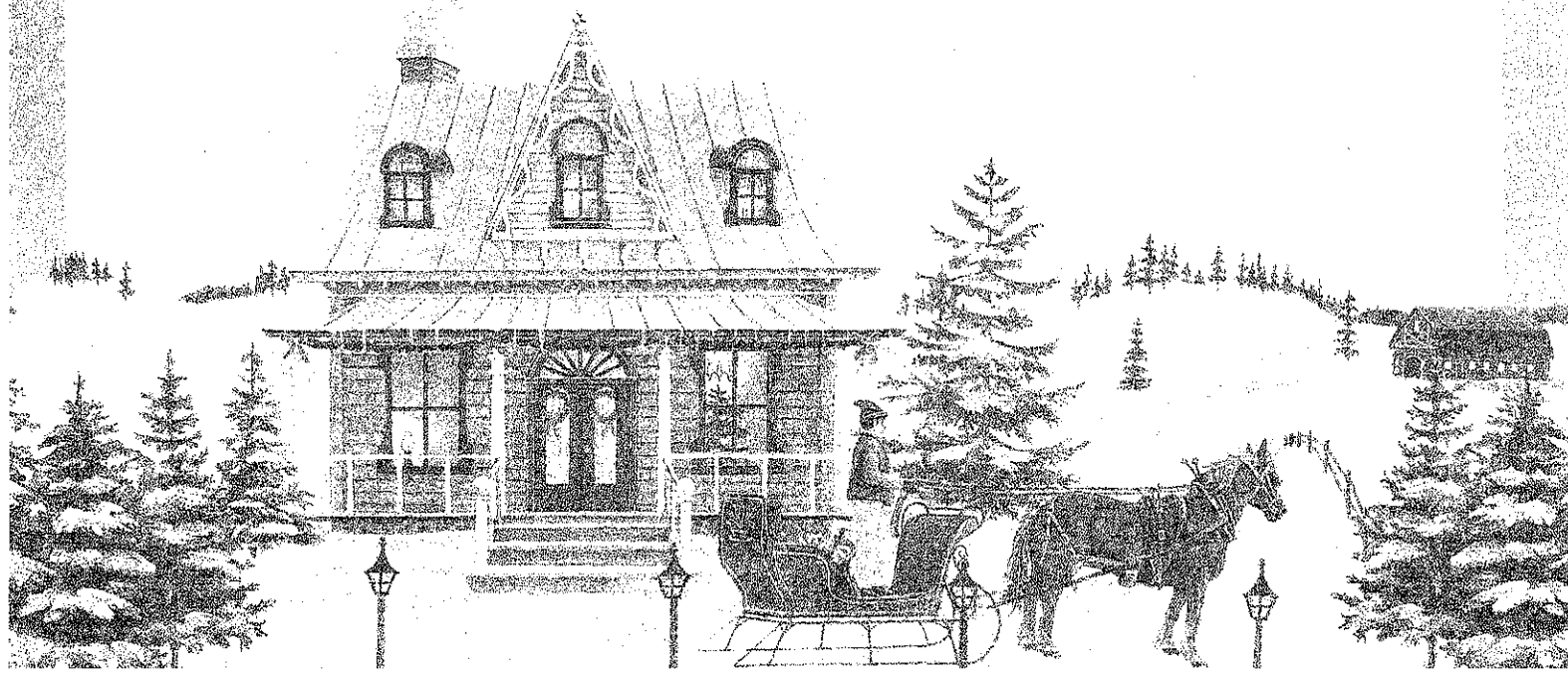
*Les membres du conseil d'administration
s'unissent à moi, pour vous souhaiter*

BONNE ET HEUREUSE ANNÉE 2001.

*Que cette nouvelle année puisse vous apporter bonheur,
santé et paix !*

*Qu'elle insuffle à chacun l'idée de partager son savoir et son
expérience !*

Errol Fortin, président





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

CALENDRIER DES ACTIVITÉS HIVER 2001

BOÎTE VOCALE : 990-0863

Mois Activités de groupes :		Endroits	Responsables	
Janvier				
04	Ski de fond (début)	Selon la liste des membres du club	Marcel Munroe	661-2350
04	Patinage libre (mardi soir) 18h30	Patinoire des Loisirs du Plateau	Errol Fortin	627-3546
08	Les Lundis P.M. (début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Errol Fortin	627-3546
08	Le groupe vocal (début) a.m.	Chalet des Loisirs du Plateau	Aline Parent	626-0966
09	Danse en ligne (début)	Chalet des Loisirs du Plateau	Ginette et J.Paul	622-7059
10	Café-rencontre-inscription	S.sol église St-Pierre-aux-Liens 13h30	Errol Fortin	627-3546
12	Cours de bridge Vendredi p.m.	Chalet des Loisirs du plateau	Pauline Cloutier	623-1187
12	Cours de Tai Chi a.m.	Chalet des Loisirs du plateau	Nicole Letellier	626-5208
15	Conditionnement physique début	Centre Fr. Borgia Charlesbourg	Benoît Cloutier	623-1187
15	Tennis et Badmington	Centre Fr. Borgia Charlesbourg	Pauline Morneau	623-5043
16	Ski alpin (début)	Stoneham	Nicole Savard	628-6112
17	Ski alpin (début)	Relais à Beauport	Nicole Fleury	623-8892
17	Cours de danse sociale (début)	Chalet des Loisirs Maria-Goretti	Nicole Fleury	623-8892
22-23-24	Forfait Gênevrier	Baie St-Paul Domaine du Gênevrier	Fernand Cloutier	623-0894
23	Le cinéma (début)	A déterminer	Nicole Falardeau	651-6054
29	Rigolothérapie (1) 11h30 (début)	Chalet du Golf des Plaines N.D.L.	Nicole Fleury	623-8892
30	Cours formation personnelle avec Régent Déziel à 19h30 (début)	1500 Bl.Hamel Québec	Nicole Fleury	623-8892
FÉVRIER				
04	Brunch du «Carnaval»	Chalet du Golf des Plaines N.D.L.	Nicole Fleury	623-8892
06	Cours d'auto défense (début) 10h	S.sol de l'église Maria-Goretti	Nicole Fleury	623-8892
08	Déjeuner à 12h30	Rest. Les Cailles	Nicole Letellier	626-5208
12	Rigolothérapie (2) 11h30 (début)	Chalet du Golf des Plaines N.D.L.	Nicole Fleury	623-8892
14	Déjeuner à 12h30	Rest. Les Cailles	Nicole Letellier	626-5208
15	Cours de numérologie (début) 14h30	S.sol église Maria-Goretti	Nicole Fleury	623-8892
21	Assemblée Générale 13h30	S.sol église St.Pierre-aux-Liens	Errol Fortin	627-3546
26	Les Lundis du Trident	Salle Octave-Crémazie Québec	Nicole Letellier	626-5208
26	Fenêtre sur le monde des voyages « L'Ouest Canadien » 13h30	Chalet des Loisirs du Plateau	Nicole Savard	628-6112
MARS				
04	Brunch « Italien »	Chalet du Golf des Plaines N.D.L.	Nicole Fleury	623-8892
14	Café-rencontre-conférence	S.sol église St -Pierre-aux-Liens 13h30	Errol Fortin	627-3546
16-17-18	Meurtre et mystère	Au Saisonnier Lac Beauport N. Savard ou	N. Fleury	628-6112
26	Les Lundis du Trident	Salle Octave-Crémazie Québec	Nicole Letellier	626-5208
26	Fenêtre sur le monde des voyages «Le Vietnam » 13h30	Chalet des Loisirs du Plateau	Nicole Savard	628-6112
AVRIL				
01	Brunch«Poisson d'Avril»	Chalet du Golf des Plaines N.D.L.	Nicole Fleury	623-8892
06	La Cabane à sucre 11h	Lac Beauport Nicole Fleury	Nicole Savard	628-6112
11	Café-rencontre-conférence	S.sol église St -Pierre-aux-Liens 13h30	Errol Fortin	627-3546
18	Théâtre.Mort d'un commis voyageur	Salle Albert-Rousseau Ste-Foy	Nicole Savard	628-6112
30	Fenêtre sur le monde « L'Italie » 13h30	Chalet des Loisirs du Plateau	Nicole Savard	628-6112
MAI				
04	Parution du Journal	« L'INFO C.J.R. »	C. Charbonneau	623-2863
06	Brunch «Fête desMères»	Chalet du Golf des Plaines N.D.L.	Nicole Fleury	623-8892
07	Les Lundis du Trident	Salle Octave-Crémazie Québec	Nicole Letellier	626-5208
09	Café-rencontre-inscription	S.s. église St-Pierre-aux-Liens 13h30	Errol Fortin	627-3546

N. B. D'autres activités pourraient s'ajouter ou des dates modifiées durant cette période. De plus, les lundis p.m., des responsables sont au Chalet du Plateau pour vous informer.

SKI DE FOND

Une autre saison de ski de fond démarre le 4 janvier prochain.

Le groupe de 48 participants est complet. La neige qui s'accumule hâtivement cette année procurera sûrement une saison très intéressante à tous.



Huit centres différents seront visités.

Si d'autres membres de la C.J.R. désirent devenir substitués lors des sorties, ils n'ont qu'à communiquer avec Michel Sylvain (622-7031).

par une séance de mécanique du vélo. Nous aurons 10 randonnées dont trois expéditions de deux jours (un coucher).

Je vous recommande de vous inscrire tôt en mars et avril. Le coût d'inscription est de \$10.00. Un T-shirt avec le logo de notre club sera offert à un coût minime.



Donc à tous les adeptes de vélo, nous vous attendons au printemps pour vous inscrire et passer un été formidable avec le CLUB VÉLO C.J.R.

Fernand Cloutier, responsable

TAÏ CHI

Nous aurons des cours de Taï chi le vendredi matin à 9h50 pour les débutants et à 10h30 pour les initiés.



Madame Louise Déziel, professeure, nous enseigne cette discipline depuis trois ans.

Quelques places sont disponibles.

L'inscription aura lieu au café-rencontre du 10 janvier.

Nicole Letellier

SORTONS NOS RAQUETTES...

Non pas celles qui sont de mise en cette saison hivernale mais bien celles qui vous procureront beaucoup de plaisir au centre François-Borgia du Patro de Charlesbourg.



Pauline Morneau

En effet, il y aura des plateaux de disponibles tant pour le TENNIS que pour le BADMINTON de la mi-janvier au début mai.

Tennis : le lundi, mercredi et vendredi (7h45-9h45)

Début: 15 janvier

Badminton : le jeudi (7h45-9h45)

Début: 18 janvier

Le coût d'inscription sera de 15,00\$ par activité choisie.

J'espère que vous serez nombreux à vous inscrire au prochain café-rencontre.

Pauline Morneau, responsable,

Il est idiot de monter une côte à bicyclette quand il suffit de se retourner pour la descendre.

Artiste comique français Pierre Dac

CLUB VÉLO C.J.R.

Le CLUB VÉLO reprendra ses activités le 9 mai 2001.

La cédule de circuits a été préparée par les membres du comité formé de Evelyne et Jacques Bernier, Lorraine Routhier, Lise Proulx, Pauline et Benoît Cloutier, Michel Sylvain, Marcel Lemay et Fernand Cloutier.

Nos randonnées se tiendront le mercredi aux 15 jours et en cas de pluie la sortie sera remise au lendemain. Comme l'an dernier, nous nous préparons à la saison



MÉLI-MÉLO



TOUCHÉ PAR LA GRÂCE

Vous souvenez-vous de cette blague parue dans un journal précédent?
Où est Nil?

Et on y voyait des pas s'éloignant vers les bois, une petite manie de notre ami au golf...

Finalement ses pas l'ont conduit à St-Pierre-de-Rome en Italie. Et quelle ne fut pas sa surprise lorsque perdu dans une foule de plusieurs milliers de personnes, il entendit le Saint-Père saluer dans ces mots : « Bienvenue aux gens de Jonquière ». Il a bien failli en mourir de saisissement. Il faut que je vous dise que notre ami est natif de Jonquière, y a passé toute sa vie active et est très fier de sa région. Sans tarder, Nil, avec son humour habituel rétorqua : « Impossible de sortir incognito, je rencontre toujours quelqu'un qui me connaît ». Qui dit mieux ?

Nicole Savard

AIDE À UN ARTISTE

Suite à l'Expo-Art 2000, un de nos artisans de peintures et miniatures sur bois, Claude Laperrière, nous a fait la demande suivante : des plats à salade de marque Baribeau Craft de forme ovale petit moyen et grand format. Il est prêt à aller les chercher. Cela lui rendrait un grand service.



Cela lui permettrait de pratiquer son « hobby ». La recherche constante de matériel peut à la longue nuire à la créativité.

Vous pouvez communiquer avec M. Laperrière au **623-5953**.

Lisette Côté

LE CLUB DES RETRAITÉES "FLYÉES" C.J.R. EN TUNISIE

Lors de notre voyage en Tunisie, quelques unes de nos consoeurs, des plus téméraires, il va sans dire, se sont retrouvées dans les airs faisant du parachute. Nous les trouvions très braves jusqu'à l'atterrissage. C'est là que la sauce s'est gâtée. Une est tombée dans une flaque d'eau croupissante, une autre est repartie dans les airs ayant mal planifié son arrivée. Vous reconnaissez Paulette Tanguay et Lorraine Routhier.



Enfin, je ne peux passer sous silence notre joueur de tennis acrobate: Rock Beaulieu, qui s'est retrouvé les jambes et les mains toutes peinturlurées d'un rouge mercurochrome, à la suite d'une mauvaise pirouette sur le court de tennis. C'était du joli à voir



Nicole Charbonneau

PATIN SUR GLACE



La Corporation des Loisirs du Plateau invite tous ceux et celles qui désirent pratiquer ce sport d'extérieur, peuvent se rendre à la patinoire située à l'arrière du chalet. Les heures d'ouverture avec surveillance et accès à l'intérieur (sous-sol) sont : de 18h30 à 19h30 du lundi au vendredi et de 13h00 à 14h30 le samedi et dimanche. Rendez-vous spécial le mardi soir pour les membres de la C.J.R. Bienvenue à tous et prenez du bon air!

Errol Fortin

LETTRÉ OUVERTE

VIVRE SANS VIOLENCE

Aujourd'hui, j'aimerais vous parler d'un sujet qui m'inquiète. Il y a quelque temps le Journal de Québec nous parlait de la disparition de certains animaux. On est prêt à tout faire pour leur préservation. Est-ce qu'on va penser la même chose pour nous du 3^e et 4^e âge?

Va-t-il falloir devenir un perroquet pour qu'on s'occupe de nous? Certaines personnes âgées avec leur expérience de vie et leur vécu vont-elles être obligées de devenir muettes? Et que pour attirer l'attention des gens, elles vont faire des prouesses comme le singe... pour faire comprendre la détresse qu'elles ressentent face à certains problèmes qui les perturbent.

Nous ne demandons pas grand chose, seulement de la générosité et de la compréhension envers nous. On dirait que nous sommes une nuisance publique. Quand allons-nous penser à nous avant les animaux pour que les gens sachent que nous existons et que, malgré notre âge, on doit nous respecter.

On ne demande pas grand chose, mais laissez-nous vivre une vieillesse tranquille. Qu'on arrête de toujours nous dire qu'à notre âge, on n'a plus besoin de rien, qu'il faut se taire et attendre la mort. Est-ce que c'est ce que l'on appelle vieillir en beauté? Espérons qu'un jour on comprendra que nous aussi nous aurons droit de connaître une fin de vie heureuse sans déranger les autres.

Est-ce qu'un jour quelqu'un se lèvera et prendra notre défense ou serons-nous obligés de finir nos jours dans un zoo où le gouvernement paiera enfin pour nous, de peur que notre race ne disparaisse?

Germaine, 82 ans

Tant que sur la terre il restera un homme pour chanter, il nous sera encore permis d'espérer.

Poète espagnol Gabriel Celaya
Extrait de *Paix et harmonie*

RECRUTEMENT DE

BÉNÉVOLES

APPEL À TOUS

Musiciens: violon – flûte traversière – accordéon – guitare – clavier

Secrétaire: expérience en bureautique

Personnes bilingues: anglais/français
français/espagnol

Transmettre vos coordonnées à *Nicole Fleury*

TREMBLAY
Lucie Langevin



DÉCÈS

Mme Lucie Langevin Tremblay, épouse de feu Étienne Tremblay, décédée le 17 octobre dernier. Elle était membre de la C.J.R.



Restaurant
NORMANDIN

*Salons privés

5021, boul. Du Jardin
Charlesbourg (Québec)
G1G 3Z2

Tél.: (418) 626-7216
Télec.: (418) 626-7217

COMITÉ DU BULLETIN**Info C.J.R.**

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

DEVISE DE VIE

*«s'émerveiller de tout
ne s'étonner de rien...»*

*Se passionner pour tout
ne s'attacher à rien...*

*aimer toute personne
n'être esclave d'aucune...*

*être bien avec tous
mais savoir être seul...*

*et mourir chaque jour
mais vivre chaque instant...*

*savoir tout relatif
mais chercher l'absolu..*

*vouloir être un peu sage
en sachant rester fou...»*

Jean-Guy Gaulin

APPEL**AUX JEUNES RETRAITÉS**

La Coopérative de Services à domicile de Charlesbourg a un **urgent besoin** de personnes disponibles pour dispenser des services d'assistance à la personne (lever, coucher, bains...), d'aide domestique (entretien ménager, préparation des repas...), de gardiennage.

Ces services sont rémunérés. Les personnes disponibles peuvent travailler à temps plein, à temps partiel et sur appel.

Si ça vous intéresse, communiquez au **624-4617** pour obtenir un formulaire de demande d'emploi. Nous comptons sur votre grande collaboration.

Claude Charbonneau

Il y a quatre âges dans la vie de l'homme :

- celui où il croit au Père Noël ;
- celui où il ne croit plus au Père Noël ;
- celui où il est le Père Noël ;
- celui où il ressemble au Père Noël.

[Anonyme]

Vous avez noté qu'on dit un steak de boeuf, une côte de boeuf, un rôti de boeuf... Mais dès que le bétail semble suspect, c'est la vache qui devient folle !

Humoriste français [Guy Bedos]



Photocopie du Bulletin

Programme

EXCLUSIF

aux membres

**COMME VOUS,
NOTRE FORCE C'EST D'ÊTRE
MEMBRE D'UN GROUPE.**

Nous partageons avec vous une vision,
celle de mettre en commun nos forces.

Cette union nous procure à tous de nombreux avantages.
Les nôtres, nous tenons à vous les faire partager.

Renseignez-vous sur notre **programme d'assurance privilège**
offert **exclusivement aux membres de la Compagnie des**
jeunes retraité(e)s du Plateau de Charlesbourg.

- 12 % de rabais sur votre police d'assurance automobile
- 10 % de rabais sur votre police d'assurance habitation
- En cas de sinistre, un service d'urgence 24 heures
- Modalités de paiement souples sans frais d'intérêt
ni d'administration

Service des groupes et associations

Composez le : (514) 864-6208

1 800 322-9226


La Capitale
assurances générales inc.

Le seul assureur à vous offrir
la sérénité du programme CAP

CAP
Capitale Assistance
PRIORITAIRE 

CABINET EN ASSURANCE DE DOMMAGES

LE GRAND BOURG

RESTO-BRASSERIE

SALONS PRIVÉS DE 8 À 80 PERSONNES

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

8500, boul. Henri-Bourassa
Carrefour Charlesbourg

Tél. (418) 623-5757

L'HOTELLERIE

Au Coeur du Bourg

RÉSIDENTE POUR
RETRAITÉS AUTONOMES

*La personne
d'abord et avant
tout !*

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

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

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

Pour
L'immobilière MIQ inc.
et
Habitat Multi-Ressources
C'est

pour information

628-8968