

L'INFO C.J.R.



LA COMPAGNIE DES JEUNES RETRAITÉ(E)S
DU PLATEAU
8815, avenue Jean-Paquin, Charlesbourg, QC, G1G 4W7
Courriel : c.j.r@globetrotter.net
Boîte vocale : 990-0863

Volume 5, N° 3

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

MAI 2003

MOT DU PRÉSIDENT

En 2004, la C.J.R. aura dix années d'existence. Que de chemin parcouru depuis qu'une poignée de citoyens de Charlesbourg, retraités ou en instance de retraite, se sont réunis afin d'élaborer les bases d'une association ayant pour but de valoriser et de rendre plus heureuse cette période de la vie appelée *La retraite*.

Aujourd'hui, nous sommes plus de 1050 membres actifs au sein de la C.J.R. Une foule d'activités sont offertes par notre *régiment de bénévoles*, toutes et tous aussi dévoués au succès de notre groupe par leur contribution au maintien de notre qualité de vie.

Lors de l'assemblée générale du mois de février dernier, votre conseil d'administration m'a élu président. La C.J.R. est devenue maintenant une grosse organisation et en être le président est une tâche préoccupante. Par chance, j'hérite de la contribution, de l'ingéniosité et de la générosité de mes prédécesseurs, tout spécialement du dernier président Errol Fortin et d'un conseil d'administration plein de gens avertis, disponibles et heureux de contribuer à la gestion de notre compagnie. Croyez-moi, je suis réconforté et confiant de remplir adéquatement la tâche qui m'a été confiée.

Notre participation active au projet rassembleur de l'ARC visant l'assistance aux aînés isolés et sans ressources, doit prendre son envol cette année. C'est peut-être intéressant de contribuer ou de profiter de la tenue d'activités pour des personnes heureuses et en bonne santé mais vous personnellement, via votre association, devez vous impliquer socialement envers les aînés qui sont moins favorisés par la vie. Il ne faut pas oublier que nous aussi serons plus âgés et peut-être très seuls dans un avenir rapproché. Soyons sensibles et contribuons aux besoins des aînés sans ressources, c'est une manière d'être heureux et bien dans sa peau.

En vous remerciant de la confiance dont vous me faites l'honneur, je vous souhaite de continuer à jouir pleinement de nos jours heureux en temps que membres de la C.J.R. et de profiter de l'été qui s'annonce.

Fernand Routhier, président

CONSEIL D'ADMINISTRATION 2003

Fernand Routhier, président
Michel Tanguay, vice-président
Jean-Louis Gilbert, trésorier
Gaétan Genois, secrétaire
Réjean Loignon, registraire
Fernand Cloutier, coordonnateur des sports
Gaétan Bourbeau, coordonnateur du socioculturel
Ginette Dufresne, administratrice
Errol Fortin, administrateur
Rémi Hains, administrateur
Nicole Lévesque Phaneuf, administratrice
Nicole Savard, administratrice
Fernand St-Pierre, administrateur

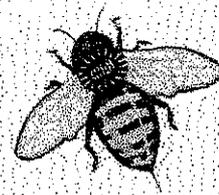
RÉFLEXION

Nouvellement élu au conseil d'administration de la Compagnie des jeunes retraités du Plateau de Charlesbourg, j'ai été étonné de constater que pour un groupe dont les membres sont majoritairement féminins, le conseil d'administration pour sa part est majoritairement masculin.

En effet, sur un total de 1058 membres, plus de 700 sont des femmes. Est-ce simplement un manque d'intérêt pour une participation à la direction de la compagnie ? Ces dames seraient-elles issues de la génération des femmes au foyer ? Serait-ce qu'elles doutent de leur capacité de gérer une telle organisation alors qu'en réalité elles ont géré des situations bien plus difficiles dans leur cadre respectif ?

Le conseil d'administration actuel est légitime car issu de l'assemblée générale. Dans un proche avenir, verra-t-on un c.a. dans une proportion plus représentative des dames de la C.J.R. ?

Michel Tanguay



SOMMAIRE

- Mot du président - membres du C.A. - équipe du journal
- Administration
- Gala 10^e anniversaire
- Aînés et implications communautaires
- Activités culturelles et éducatives (formation, théâtre, concerts, spectacles...)
- Activités sociales (repas, sorties de groupes...)
- Santé, plein air et sports
- Voyages
- Divers (expériences personnelles, vécu, décès...)

**ÉQUIPE DU JOURNAL
L'INFO C.J.R.**

Claude Charbonneau, responsable	623-2863
Nicole Charbonneau	623-2863
Huguette Deblois	626-9075
Marcel Dupont	628-7963
Errol Fortin	627-3546
Pauline Morneau	623-5043
Fernand Routhier	626-7290
Michel Sylvain	622-7031
Yvon Thibaudeau	622-9754

ADMINISTRATION**TPS ET TVQ**

Comme on vous l'avait mentionné dans L'INFO C.J.R. de janvier, après consultation auprès d'une firme d'expert et sur recommandation du comité formé pour étudier les implications et la mise en place de ces mesures fiscales, votre conseil d'administration a décidé de s'inscrire au régime de la TPS et de la TVQ. Nous vous précisons que ce ne sont pas les sommes d'argent que nous avons en banque qui nous obligent à nous conformer à ces lois, mais le volume monétaire généré par le nombre toujours grandissant d'activités.

De plus, les membres du conseil d'administration de la C.J.R. doivent se conformer à l'application de ces lois.

Désormais, toutes les entrées et sorties de fonds que perçoit et dont dispose la C.J.R. seront assujetties aux règlements de ces mesures fiscales.

Nous pensons que la mise en place de ces mesures coûtera, cette année, à la C.J.R. un montant d'environ 3 000,00 \$.

Jean-Louis Gilbert, trésorier

**POLITIQUE DE L'ANNULATION ET
DU REMBOURSEMENT DE
PARTICIPATION À UNE ACTIVITÉ**

Principe : le membre doit aviser le responsable de l'activité pour toute annulation de participation à une activité.

Objectifs : assurer la qualité des services aux membres et faciliter la gestion d'inscription à une activité.

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

Si le membre avise le responsable de l'activité de l'annulation de sa participation dans un délai inférieur à deux semaines de la tenue de l'activité, des frais de 5,00 \$ lui sont facturés. Les frais d'inscription lui sont remboursés.

Il est à noter que les frais d'inscription versés pour une activité gérée par un organisme autre que la C.J.R. (Voyages, concerts...) sont remboursés selon les modalités prévues pour ces activités, le cas échéant. (Résolution CA 02 05 23)

Impression du Bulletin

SIEL
IMPRIMERIE

688-9593

Envoi de Publication - Convention N° 40039360



GALA 10^e ANNIVERSAIRE C.J.R.

Le travail des membres du Comité du gala se poursuit sans relâche pour vous organiser une soirée inoubliable en octobre 2004.

J'ai le plaisir de vous présenter dès maintenant les personnes qui siègent sur ce comité :

Suzanne Bolduc, Denise Boucher, Nicole Charbonneau, Huguette Deblois, Marcel Dupont, Nicole Fleury, Gaétane Fraser, Christiane Gobeil, Monique McNicoll, Pauline Morneau, Michèle Rouleau, Fernand Routhier, Louise Turcotte.

Pour cet événement spécial nous avons choisi le Cabaret Folie's de Paris. Cependant, à cause de certaines circonstances, le comité a décidé de différer son choix jusqu'en septembre.

Information d'importance

Dès aujourd'hui, vous devez penser aux bénévoles dont la personnalité et le travail se sont démarqués au cours des 5 dernières années.

À partir de septembre prochain, vous aurez à vous prononcer sur les personnes de votre choix au moyen d'un bulletin de vote qui sera inclus dans L'INFO C.J.R. de septembre 2003, de janvier et mai 2004.

C'est une occasion exceptionnelle qui se présentera à vous pour reconnaître et remercier vos bénévoles.

Soyez de la partie et...VOTEZ

Anecdotes recherchées : Toutes les personnes ayant été témoins ou ayant vécu des faits cocasses, humoristiques ou insolites à travers les différentes activités de la C.J.R. depuis les cinq dernières années, sont priées de les rapporter à Gaétane Fraser au 622-3929 ou à Denise Boucher au 661-8798.

Nicole Fleury,
présidente du comité du Gala

CONCOURS D'ART DU GALA 10^e ANNIVERSAIRE C.J.R. ET EXPO ART 3^e ÉDITION

Le Concours d'art du gala et l'Expo art 3^e édition se tiendront en même temps en octobre 2003.

Pour le Concours d'art, vous pouvez encore vous inscrire dans les catégories photos et tableaux.

Pour Expo art 3^e édition, artistes et artisans qui veulent participer pourront exposer plusieurs œuvres dans les domaines suivants : peinture, aquarelle, sculpture, photographie, vitrail, gravure, joaillerie, tissage, couture, objets décoratifs, céramique, jouets de bois, meubles, art floral, articles en cuir...

Voici les critères :

- Inscription obligatoire (août et septembre)
- Location d'espaces (table et/ou panneaux avec cimaise 3"x4", prix à déterminer)
- Nombre d'œuvres illimité
- Aucun pourcentage retenu sur les ventes.

D'autres renseignements vous seront communiqués par votre prochain journal ou la boîte vocale.

Vous pouvez vous inscrire les lundis p.m. et lors des cafés rencontre.

Louise Turcotte, responsable

CONCOURS CHANSON THÈME

Bienvenue à «C.J.R. Académie»

Je m'adresse ici à tous ceux et celles qui ont du talent en écriture, qui ont de la poésie dans l'âme et de l'inspiration pour composer la chanson thème du Gala 2004.

Laissez aller votre imagination évoquant la C.J.R. sur une musique originale ou un thème musical déjà connu.

Vous deviendrez notre « star ».

Monique McNicoll, responsable 626-8687

AÎNÉS ET IMPLICATIONS COMMUNAUTAIRES

SEMAINE DES AÎNÉS

À l'occasion de la semaine des aînés qui se tiendra du 18 au 23 mai prochain, l'ARC (les aînés regroupés de Charlesbourg) organise un dîner spaghetti avec animation, musique d'ambiance, conférencier et échanges. Cette activité se tiendra au rez-de-chaussée de l'église St-Pierre-aux-liens, le mercredi 21 mai, à compter de 11 h 30. Venez fêter avec nous.

Cartes disponibles au coût de 10,00 \$

Ginette Dufresne, responsable, 623-4582

UN PROJET MOBILISATEUR LA SEMAINE DES AÎNÉS DU 18 AU 23 MAI

Cette année, les Aînés regroupés de Charlesbourg (ARC) et ses organismes membres expriment la solidarité des aînés autour d'un projet mobilisateur «La semaine des aînés 2003». Le thème retenu est : «Aînés, trésor collectif, au service de la communauté».

Le Conseil de l'Arrondissement de Charlesbourg proclamera la semaine du 18 au 23 mai : «La semaine des aînés».

Trois activités sont prévues pour souligner cette semaine :

- Au niveau de l'ensemble des aînés, une activité de rassemblement, de fête, de musique d'ambiance, à l'occasion d'un dîner conférence. La conférencière est Madame Louise Lapointe, présidente de la Commission Aînés et Ville. Elle nous parlera des «Aînés, trésor collectif, au service de la communauté» et de la Commission Aînés et Ville.
- Un 5 à 7 au bureau de l'Arrondissement de Charlesbourg, le 21 mai à 17 h 00. Cette activité est une activité officielle de la Ville pour souligner la contribution des aînés dans notre milieu. Elle s'adresse aux présidents des organismes d'aînés et aux délégués de ces organismes à l'ARC.
- Au niveau de chaque organisme d'aîné. L'ARC les invite à souligner la semaine des aînés dans leurs activités régulières.

Claude Charbonneau, président de L'ARC

NOTRE MILIEU A BESOIN DE SES AÎNÉS

L'aîné qui prend sa retraite aspire à profiter en toute quiétude d'un repos bien mérité. Plusieurs ont acquis au cours de leur vie professionnelle des connaissances, développé des compétences et accumulé certains biens ce qui leur permet de voyager, de s'offrir du bon temps et des loisirs pendant qu'ils sont encore en santé.

Toutefois, la réalité de l'ensemble des aînés et de la société en général appelle ces ressources compétentes et disponibles au secours des plus démunis ou en perte d'autonomie. En conséquence, la solidarité des aînés est indispensable pour améliorer la qualité de vie de notre milieu.

L'exercice de la solidarité n'a pas de règle. L'aîné peut l'exercer à son rythme, à sa manière, selon ses goûts, ses préférences, individuellement ou au sein d'un organisme. Il suffit de se montrer disponible dans une action pour aider son milieu à mieux vivre. Chacun peut par sa générosité répondre à des besoins de personnes en difficulté.

Combattre les problèmes de pauvreté, d'exclusion, de solitude... voilà un défi auquel chacun peut apporter sa contribution pour améliorer la qualité de vie de son milieu.

Claude Charbonneau

LE PROGRAMME D'AIDE AUX AÎNÉS DE CHARLESBOURG

Le projet rassembleur de lutte contre l'isolement, la solitude et l'insécurité des aînés est devenu le programme d'aide aux aînés.

L'objectif premier de ce programme est d'offrir un service individualisé d'aide, d'écoute, de référence ou de prévention aux aînés éprouvant des difficultés personnelles de l'ordre de l'isolement, de la solitude, de l'insécurité, du besoin d'assistance ayant un impact significatif sur leur qualité de vie et leur maintien à domicile.

La clientèle visée par le programme est l'ensemble des personnes aînées résidant sur le territoire de l'Arrondissement de Charlesbourg éprouvant ces

difficultés et qui ne représentent pas de déficiences cognitives.

Les services prévus au programme sont des visites d'amitié, d'assistance téléphonique, de référence, de suivi et d'information sur les programmes gouvernementaux concernant les aînés.

Ce programme se veut être un projet rassembleur des forces vives du milieu pour améliorer la qualité de vie des aînés. Il implique dans un premier temps, l'ARC, la C.J.R., les Amis du Jeudi, le Coeur des Aînés, le Rendez-vous de l'Amitié de St-Rodrigue, la Coopérative de services à domicile de Charlesbourg et les autres organismes d'aînés du territoire. Il vise également un travail en réseau intégré de services fournis par le CLSC-CHLD La Source, la Coopérative de services à domicile de Charlesbourg et les autres organismes communautaires impliqués. L'ensemble de ces intervenants travaillent pour offrir aux aînés des services continus, sécuritaires et bien coordonnés.

Un bureau de direction a été constitué avec les organismes impliqués pour gérer le programme. Une trentaine de personnes sont déjà inscrites comme bénévoles dont dix proviennent de la C.J.R. De la formation est prévue à court terme pour ces personnes. Un projet pilote devrait débuter en juin et le programme pourrait être lancé officiellement en septembre.

La représentante de la C.J.R. au bureau de direction du programme est *Nicole Lévesque Phaneuf*.

Nous vous invitons à vous engager comme bénévole dans ce projet. Les aînés ont besoin de vous pour améliorer leur qualité de vie.

Pour devenir bénévole au programme d'aide aux aînés, vous pouvez communiquer avec *Madeleine Lacerte* au 626-3922 et à partir de la fin de mai avec *Louise Turcotte* au 628-3555.

Louise Turcotte, coordonnatrice.

C'est comme un animal, l'âge. C'est un animal qui grandit, qui grandit, qui grandit encore et qui finit par vous dévorer tout vivant.

Raymond Queneau,
extrait de *Les derniers jours*

LE MOUVEMENT DES AS

Le 9 avril dernier au Montmartre canadien, Centraide Québec organisait le 4^e événement reconnaissance du mouvement des aînés solidaires, les AS.

À cette occasion, Monsieur Fernand Cloutier, coordonnateur des activités sportives à la C.J.R. a été reconnu comme un AS pour son investissement auprès des aînés, sa générosité et sa disponibilité.

Les critères du mouvement des aînés solidaires pour reconnaître les personnes honorées sont la lutte contre la pauvreté, l'isolement et l'exclusion sociale.

La C.J.R. pourrait étudier l'opportunité d'adhérer au mouvement des AS à titre d'organisme affilié.

Claude Charbonneau



Restaurant
NORMANDIN

5021, boul. du
Jardin

Charlesbourg
(Québec)
G1G 3Z2

*Salons privés

Tél.: (418) 626-7216

Télec.: (418) 626-7217

ACTIVITÉS CULTURELLES ET ÉDUCATIVES (FORMATION, THÉÂTRE, CONCERTS, SPECTACLES...)

DESTINATION : TROUPE DE THÉÂTRE C.J.R.

Comédiens et comédiennes recherchés pour faire partie de la prochaine production qui aura lieu en décembre 2003.

Si cette aventure théâtrale vous intéresse, n'hésitez pas à vous inscrire dès le 14 mai car nous débiterons en septembre.

Ce délai est essentiel pour déterminer le nombre de comédiens et choisir une pièce en conséquence.

Pour ceux qui désirent s'initier au théâtre, des ateliers pourront être organisés avec un minimum de huit personnes.

Nicole Fleury, responsable 623-8892

THÉÂTRE DES FANTAISIES LYRIQUES

Le théâtre des Fantaisies Lyriques offre pour sa dix-neuvième saison, un spectacle estival inédit, caractérisé par un humour raffiné et appuyé sur les musiques les plus diverses, il s'agit de comédies chantées, une activité fort goûtée en période estivale.

Le vendredi 25 juillet à 20 h, à la salle des Fêtes, 745, Route 138, Neuville, empruntez le Chemin du Roi et venez assister à la comédie *La Potion selon Saint-Pathix*, une fantaisie de Vincent Coulombe.

Avant le spectacle, ceux qui le désirent peuvent apporter un pique-nique. Sur le site, il y a des tables à l'extérieur et en cas de pluie, on peut utiliser les tables à l'intérieur du théâtre.

Coût 23,00 \$

Inscription : café rencontre du 14 mai et le lundi 26 mai seulement.

Nicole Letellier, responsable 626-5208

LE TRIDENT

C'est la période d'abonnement au théâtre du Trident.

Nous avons la possibilité pour les personnes de moins de 60 ans, d'obtenir un rabais de 10,00 \$ à 15,00 \$ (selon le choix du soir) pour l'abonnement. Il en coûte de 76,00 \$ à 100,00 \$ plus 6,75 \$ de frais de services. Vous pourrez conserver votre choix de siège.

Les cinq pièces à l'affiche sont :

Ha Ha!..., un texte truculent et délirant,

Edipe à Colone, un chef d'oeuvre de la tragédie antique,

La bonne âme de St-Chouen, une parabole ironique et touchante,

Turcaret, une comédie pétillante sur les requins de la finance,

Aux portes du royaume, un drame splendide sur la philosophie.

Quatre lectures publiques de pièces inédites aux Lundis du Trident au coût de 2,00 \$ par lecture sont offertes aux abonnés.

Les personnes intéressées peuvent me contacter avant le 14 mai.

Nicole Letellier, responsable 626-5208

Autrefois, quand on manquait la diligence, on patientait une semaine. Aujourd'hui, on enrage quand on rate l'ascenseur.

B. McCormick

Hâtons-nous de succomber à la tentation, avant qu'elle ne s'éloigne.

Épicure

ACTIVITÉS SOCIALES (REPAS, SORTIES DE GROUPE...)

UN AVANT-GOÛT DU ZOO

Venez découvrir le nouveau Jardin zoologique du Québec avant son ouverture officielle. Vous y retrouverez 750 spécimens représentant 300 espèces.

Visitez l'immense sphère de 2 400 m² et découvrez le climat tropical et les splendeurs de l'Océanie.

Le jeudi 12 juin à 13 h, je vous propose une visite guidée d'une durée de deux heures (20 à 30 personnes par groupe).

Coût : 24,00 \$. (Pour ceux qui possèdent le passeport annuel il en coûtera 2,00 \$)

Réservez tôt.

Thérèse Brousseau, responsable 629-4789

LES GRANDS FEUX LOTO-QUÉBEC

Venez assister le soir du **6 août prochain à la grande finale de la 9^e édition des Grands Feux Loto Québec** qui se dérouleront au parc des chutes Montmorency. Les cinq pays en lice pour cette compétition de feux d'artifice se surpasseront pour offrir un spectacle des plus grandioses aux milliers de personnes qui seront présentes.

Coût: 30,00 \$ (transport par autobus à partir de l'église Ste-Cécile et le billet d'un siège réservé).

Gaétan Bourbeau, responsable 628-5791

BRUNCH SANTÉ - CHANTÉ

La C.J.R. vous invite à un brunch chanté - santé auquel participera le groupe vocal *Vibrations* au Centre communautaire Bon-Pasteur à 11 h, un savoureux brunch vous sera servi par un nouveau traiteur, ancien membre du groupe vocal.

Date: 25 mai
Coût: 15,00 \$

Nicole Fleury, responsable, 623-8892

SORTIE ORNITHOLOGIQUE

Les oiseaux vous intéressent ?

Une nouvelle activité vous est offerte. Une visite dans la région de Portneuf vous permettra peut-être de rencontrer l'oiseau rare.

Date : 21 et 22 mai ou 28 et 29 mai
Départ : 5 h
Durée : 4 heures, de 6 h à 10 h
Endroit : Marais Provencher, Neuville
Coût : 5,00 \$

Une randonnée en forêt est prévue entre 10h00 et 11 h 30 suivie d'un dîner sur place.
Minimum de 25 personnes. Possibilité de co-voiturage

Réginald Ouellet, inscription, 626-7540

CLUB DE MARCHE C.J.R.



Vive l'été... Vive le vélo et la marche... Vive les activités de plein air ! Le 24 mars dernier le club de marche C.J.R. prenait son envol... Au 14 avril, une cinquantaine de membres étaient déjà inscrits. Il y avait donc un besoin pour cette activité. D'ici le 26 juin, à toutes les deux semaines, l'activité aura lieu. Il en coûte 5,00 \$ pour devenir membre du club de marche C.J.R. 2,00 \$ seront exigés par sortie pour les participants occasionnels.

Bienvenue à tous.

Pour en connaître davantage, consultez le site Web de la C.J.R., ou la boîte vocale (990-0863)

Michel Sylvain 622-7031

SOUPER AUX HOMARDS

Pour ceux qui sont déjà inscrits, n'oubliez pas votre souper du vendredi 30 mai prochain à 18 h, car c'est complet. Vous apportez votre vin et autres breuvages, vos pincés et votre bonne humeur !

Pour notre souper aux huîtres les inscriptions se prendront au café rencontre de septembre.

Louise et Michel Tanguay 622-3536

MÉCHOUÏ

Venez déguster une table d'hôte à volonté : crudités, entrée de bison fumé, crème de légumes, porc et agneau sur feu de bois, salades, légumes de saison, pomme de terre au four, bœuf bourguignon, sauce au poivre, dessert, thé, café, infusion.

Ajoutez une danse et activités diverses.

Date : vendredi 12 septembre

Endroit : Méchouï international

Coût : 30,00 \$ pour les membres ou 35,00 \$ pour les non-membres (taxes, services et transport inclus).

Départ : stationnement de l'église Ste-Cécile

Inscription au café rencontre du 14 mai.

Louise et Michel Tanguay, responsables
622-3536

UN DÉFILÉ DE MODE «MI-TEMPS» (vêtements féminins et masculins)

Endroit : Centre François-Charron
525, boulevard Hamel (face à Place Fleur de Lys)

Date : le vendredi 26 septembre à 19 h 30



Nous vous promettons une soirée remplie de bonne humeur avec la participation des femmes et des hommes d'un groupe de conversation anglaise.

Il nous faut le voir pour le croire !

Coût : 5,00 \$ pour un membre C.J.R.
(6,00 \$ non membre)

Inscription : café rencontre du 14 mai

(Apportez vos lunettes d'approche)

Prix de présence

Denyse Bourbeau, responsable 628-5791

LE GRAND BOURG

RESTO-BRASSERIE

SALONS PRIVÉS DE 8 À 80 PERSONNES

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

8500, boul. Henri-Bourassa
Carrefour Charlesbourg

Tél. (418) 623-5757

SANTÉ, PLEIN AIR ET SPORT

AUX JOUEURS DE PÉTANQUE

La pétanque est un sport de plein air, une activité sociale de détente, pour nos belles soirées estivales. *Lisette Côté, Raymond Blanchette, François Fournier ou Bibiane Lemieux* seront sur place pour s'occuper de vous et d'organiser des équipes.



La cotisation est de 20,00 \$ taxes incluses pour environ 13 semaines de jeu.

La saison débutera les **19, 20 et 22 mai prochains** et il y aura un tournoi le 8 septembre avec souper et soirée.

Les nouveaux inscrits joueront le jeudi soir de même que les anciens qui le désirent. Les soirées du lundi et du mardi sont réservées aux anciens joueurs.

Les places sont limitées. N'oubliez pas que nous n'avons que 6 terrains de disponibles, (48 joueurs maximum par soir). On vous demande de vous présenter vers 18h 40 pour débiter à 19h. Bienvenue et à bientôt !

PÉTANQUE AUTOMNE/HIVER

Nous sommes à la recherche de bénévoles désirant s'impliquer pour organiser la pétanque à l'intérieur durant la saison automne et hiver prochain. Nous avons une salle de disponible.

Lisette Côté, responsable, 627-3546

CAMPING EN MAURICIE

Bienvenue à tous les amis campeurs.

Notre rendez-vous annuel se tiendra du 7 au 11 juillet au camping Parc des Chutes de Shawinigan.

Les personnes qui s'inscriront au café rencontre du 14 mai recevront sur place toutes les informations complémentaires.

Soyez là...des surprises vous attendent.

Nicole Fleury 623-8892
Nicole Savard 628-6112
Michel Tanguay 622-3536

FÊTE CHAMPÊTRE 2003 - LES OLYMPIADES C.J.R.

Venez prendre une PAUSE SOLEIL au Domaine de la Truite dans la Vallée de la Jacques-Cartier.

Date : **le mercredi 20 août à 10 h 30 (Le 21 s'il y a pluie)**

Endroit : Domaine la Truite du Parc inc.
7600, boul. Talbot, Stoneham, Qué.

Thème : **Le cœur**

Si tu as le cœur à la fête, viens te joindre à nous !

Nous avons organisé pour vous des activités telles que : concours photos, danse, fer à cheval, pétanque bleu-blanc-rouge, mots du cœur, pêche à la truite, double cœur, feu de camp...

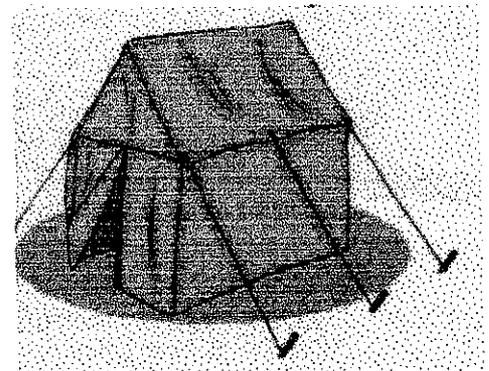
Des prix de participation sont rattachés à ces activités.

Tout cela pour la **modique somme de 17.00 \$** pour les membres et 21,00\$ pour les non membres *incluant le souper et les taxes.*

Étant donné qu'il n'y aura pas de service d'autobus, nous encourageons fortement les membres à favoriser le co-voiturage pour cette journée.

Rémi Hains, Rosaire Savard, Nicole Savard et Réjean Loignon, responsables

Inscription : **Rémi Hains**, 628-6705



LA JOURNÉE SUNLIGHT AU JEU

La Corporation des Loisirs du Plateau présentera le 5 juillet la *Journée Sunlight au jeu*. Cette activité sera consacrée en après-midi aux enfants, avec des bulles de participation dans les domaines suivants : la bulle artistique par la peinture, la bulle construction avec la piste d'hébertisme, la bulle d'exploration avec la ville des sables, la bulle piscine, la bulle sportive, la bulle de précision avec les quilles Sunlight... et la bulle des bulles avec la plus grosse bulle.

Le tout sera suivi d'un **party hot-dog** sur le terrain. La troupe de l'École de Danse du Plateau fera la démonstration de son savoir-faire par un spectacle de danse sur la grande patinoire.

Le chansonnier et homme-orchestre Yvon Thibaut fera la musique et l'animation de cette soirée.

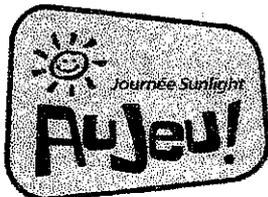
Vous êtes cordialement invités à venir vous amuser avec vos petits enfants lors de cette journée qui saura laisser son empreinte de bonne humeur.

Pour terminer le tout, participez à la soirée de danse sur la grande piste du parc, la patinoire asphaltée. Il y aura également des prix de présence.

On pourra se procurer le programme complet en s'adressant à la Corporation des Loisirs du Plateau dès la mi-mai.

Soyez des nôtres le 5 juillet !

Errol Fortin, président
Corporation de Loisirs du Plateau.



CLUB VÉLO

Le club vélo vous propose encore cette année 10 sorties aux alentours de Québec. Si vous voulez faire un peu d'exercice, et désirer rouler en peloton, joignez-vous à nous pour des randonnées d'un maximum de 50 km. Les sorties se feront tous les deux mercredis sur des pistes cyclables ou sur un accotement protégé. En cas de mauvaise température, les sorties seront remises au jeudi.

Le coût d'inscription est de 15,00 \$.

Réjean Loignon, responsable 661-3751

FAUNIQUEMENT FEMME

La Fédération québécoise de la faune organise deux fins de semaine réservées aux femmes, à la *Seigneurie du Triton*, pour une initiation à la chasse et à la pêche.

Six ateliers de deux heures chacun vous sont proposés pour vous faire connaître les rudiments du canot, du tir à l'arc, de la pêche à la mouche, du maniement d'un fusil et d'un moteur d'embarcation.

Le prix de 350,00 \$ (taxes incluses) comprend deux nuits d'hébergement, le transport en train, tous les repas, les ateliers, le matériel nécessaire aux ateliers, un permis de pêche pour un an.

Dates de séjour : 18, 19 et 20 juillet
09, 10 et 11 août

Pour réservation ou information : Fédération québécoise de la faune 622-4006.

Réservez tôt, les places sont limitées (maximum de 30 personnes).

Denise Boucher, responsable 661-8798

TENNIS



Coup filé... coup droit... amorti... coup de revers... ace..., tout était au menu de notre saison hivernale au gymnase François-Borgia. Plus d'une soixantaine de joueurs ont pu exercer leur talent. Je tiens à féliciter ceux-ci qui, par leur bonne humeur et leur entraînement, ont fait de cette saison un grand succès. Bon rétablissement à ceux qui ont eu quelques petits ennuis physiques.

Un gros merci à Benoît Lortie qui m'a secondée avec toute la générosité qu'on lui connaît.

Je vous donne rendez-vous au Plateau le jeudi soir de 18 h à 23 h pour la ligue C.J.R. L'inscription aura lieu au café rencontre du 14 mai. Le coût de celle-ci est de 5,00 \$. N'oubliez pas qu'il faut être membre d'un club de tennis de la Ville pour en faire partie. De plus, vous êtes invités au terrain du Plateau tous les matins dès 9 h.

Bonne saison estivale.

Pauline Morneau, responsable 623-5043

CALENDRIER DES ACTIVITÉS SAISON ESTIVALE 2003

Site web : www.cjrcharlesbourg.org



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

Boîte Vocale 990-0863

8815, avenue Jean-Paquin, Charlesbourg G1G 4W7

Courriel : c.j.r@globetrotter.net

Mois	Activités de groupes :	Endroits	Responsables
MAI			
05 ou 12	Club de marche C.J.R.	Piste cyclable St-Romuald-Lévis	Lise Boucher 628-8005
08	Clinique vélo	Chalet des Loisirs du Plateau	Jacques Bernier 821-9234
14	Café-rencontre-inscription	S.sol église St -Pierre-aux-Liens	Fern. Routhier 626-7290
19-20-22	Pétanque lun-mar-jeu.18h45	Terrain des loisirs du Plateau	Lisette Côté 627-3546
19 ou 26	Club de marche C.J.R.	Marais Provencher, Neuville	Michel Sylvain 622-7031
21	Dîner spaghetti 11h30	S.sol église St-Pierre-aux-Liens	Ginette Dufresne 623-4582
21	Circuit vélo	Piste du Littoral, Québec	Réjean Loignon 661-5731
21-22 ou 28-29	Ornithologie	Marais Provencher, Neuville	Réginald Ouellet 626-7540
25	Brunch santé-chanté	Centre Com. Bon-Pasteur	Nicole Fleury 623-8892
25	Club de marche C.J.R.	Musée de la Civilisation, Québec	Nicole Phaneuf 623-5714
27	Golf (ouverture)	Au 9Chatel (Les Tours)	Ginette Dufresne 623-4582
30	Tennis (début) 18h à 23h	Tennis des Loisirs du Plateau	Pauline Morneau 623-5043
30	Souper de homards 18h.	Chalet des Loisirs du Plateau	Michel Tanguay 622-3536
JUIN			
02 ou 09	Club de marche C.J.R.	Domaine Dansereau	Mad. Blanchette 624-9558
03	Golf du mardi	Région de Québec N.Fleury 623-8892	Suzanne Bolduc 627-9717
11	Circuit vélo	Lévis	Réjean Loignon 661-3751
11	Golf	Lac Trois-Saumons, St-J Port-Joly	Ginette Dufresne 623-4582
12	Visite pré-ouverture 13h.	Jardin zoologique, Québec	Thérèse Brousseau 629-4789
16 ou 23	Club de marche C.J.R.	Base Pleine-Air, Ste Foy	Cécile Sauvé 628-6591
18	Circuit vélo	Batiscan	André Bilodeau 623-9569
19	Voyage touristique	Ile-aux-Grues	Nic. Charbonneau 623-2863
25	Golf (à confirmer)	Ste-Marie de Beauce ou Des Pins	Fernand Routhier 626-7290
JUILLET			
02	Sortie vélo	Lac St-Joseph	André Bilodeau 623-9569
03	Voyage à Montréal	Mosaïcultures&Châteaux 622-7059	Nicole Savard 628-6112
05	Journée Sunlight	Loisirs du Plateau	Errol Fortin 627-3546
07 au 11	Camping et caravaning	Parc des Chûtes,Shawinigan622-3536	Nicole Fleury 623-8892
07 au 11	Circuit vélo	Train du Nord	(complet)
16	Circuit vélo	Victoriaville	Réjean Loignon 661-3751
25	Théâtre lyrique d'été	Salle des Fêtes, Neuville	Nicole Letellier 626-5208
30	Circuit vélo	St-Rédempteur	André Bilodeau 623-9569

AOÛT

05	Golf (à confirmer)	Ste-Marie de Beauce ou Des Pins	Fernand Routhier	626-7290
06	Feux Loto-Québec	Chûtes-Montmorency	Gaétan Bourbeau	628-5791
13-14	Circuit vélo	Rimouski	André Bilodeau	623-9569
14	Légendes fantastiques	Petite-Italie.Nicole Savard	628-6112 Ginette Martel	622-7059
20	Fête champêtre C.J.R.	Domaine de la Truite, Stoneham	Rémi Hains	628-6705
27	Circuit vélo	Trois-Rivières	Lise Boucher	628-8005
??	Tennis tournoi C.J.R.	Tennis du Plateau	Pauline Morneau	623-5043

SEPTEMBRE

05	Parution du Journal	L'Info C.J.R.	C. Charbonneau	623-2863
07	Festival Western	St-Tite Nicole Savard	628-6112 Ginette Martel	622-7059
08	Tournoi de pétanque (ferm.)	Terrain des Loisirs du Plateau	Lisette Côté	627-3546
10	Circuit vélo	Beaumont	Lise Boucher	628-8005
11	Café-rencontre-inscription	Chalet des Loisirs du Plateau	Fern. Routhier	626-7290
12	Méchoui	St-Étienne	Michel Tanguay	622-3536
15 au 19	Circuit vélo	Train du Nord	Réjean Loignon	661-3751
23	Tournoi de golf (fermeture)	Petit CapSa (Portneuf)	Ginette Dufresne	623-4582
24	Sortie vélo	Duchesnay-St-Raymond	Réjean Loignon	661-3751
26	Défilé de mode « MI-TEMPS »	Centre Fr.-Charron, Québec	Denyse Bourbeau	628-5791

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 jusqu'au 16 juin inclusivement et reprendre le 8 septembre.

SAISON DE SKI DE FOND 2003



L'hiver est du passé.... Sniff! Sniff!
Pour le ski Saison formidable où même le froid n'a pas eu le dessus sur les passionnés du plein air et de la belle nature.

Environ 70 % des 98 membres inscrits se sont retrouvés lors des 9 sorties hebdomadaires... Les skieurs chevronnés ont eu accès à deux activités spéciales en montagne, tandis que les autres profitaient des centres réguliers; toujours dans une atmosphère empreinte de détente et de sociabilité.

Une soirée des plus animées est venue couronner cette belle saison. La majorité des membres de 2003 se sont donnés rendez-vous pour l'hiver 2004.

Merci à l'équipe responsable et à tous les skieurs qui ont su rendre dynamique cette activité hivernale.

Thérèse Thibault

TOURNOIS DE GOLF

L'été est à nos portes.

Notre tournoi d'ouverture aura lieu le mardi 27 mai au club de golf 9 Chatel. Hot dogs et breuvages vous seront servis.

Coût : 15,00 \$
Les départs se feront à compter de 8 h 30.

Le tournoi de fermeture aura lieu le mercredi 23 septembre au club de golf Pont-Rouge.

Coût : 35,00 \$ (golf et souper sur place)

Sorties golf

Une sortie est organisée au club de golf Trois-Saumons le mercredi 11 juin.

Réservez rapidement car les places sont limitées.

Coût à défrayer sur place. Souper au retour au restaurant « *À la Rive* » de Montmagny.

Deux autres sorties auront lieu durant l'été. Les endroits sont à déterminer. Surveillez notre programmation sur la boîte vocale.

Ginette Dufresne, responsable 623-4582

GOLF DU MARDI

Pour les amis golfeurs, l'activité se tiendra cette année sur 7 terrains différents (par 3 et par 4). Il sera encore possible d'acheter un ou deux blocs de 7 semaines chacun au coût de 77,00 \$ par bloc, taxes incluses.

Bloc I - du 3 juin au 15 juillet

Bloc II - du 22 juillet au 2 septembre

L'inscription est obligatoire le 12 mai au Plateau ou le 14 mai au café rencontre de la C.J.R.



Pour toutes les personnes inscrites, un déjeuner se tiendra au restaurant Normandin, 5021, boul. du Jardin, le mercredi 28 mai à 9 h.

Responsables:

Nicole Fleury 623-8892

Suzanne Bollduc 627-9717

Ghislaine Doyon 628-1846



**Voyages
Paradis**

8875, boul. Henri-Bourassa
Charlesbourg Qc G1G4E4
Téléphone: 418-627-0911
Télécopieur: 418-627-4499
paradis@voyagesparadis.ac.ca

Carlson
Wagonlit
Travel

<http://www.voyagesparadis.ac.ca>

LE SPÉCIALISTE DES VOYAGES DE
GROUPE SUR MESURE
SOIT EN AUTOCAR DE LUXE
OU EN AVION
SOIT POUR 1, 2, 3 JOURS, ETC.

Marius Prémont

VOYAGES (QUÉBEC, HORS QUÉBEC...)

VOYAGES

Au cours de l'hiver, vous avez assisté à deux présentations de voyage. Si l'une ou l'autre de ces destinations vous intéresse, contactez sans tarder les agences concernées.

Pour l'Angleterre, l'Écosse et l'Irlande, vous pouvez vous adresser à *Madame Louise Drouin* au 1-888-475-9992 (sans frais).

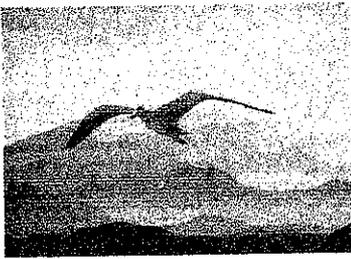
Pour les villes de l'Europe de l'Est, Prague, Vienne, Budapest, Cracovie, villes que vous découvrirez au cours d'un circuit des plus intéressants, communiquez avec l'agence «Voyages Paradis» au 627-0911.

Afin d'égayer votre été, je vous ai concocté quelques sorties où se marient culture et plaisir afin d'en faire des journées bien remplies et inoubliables.

Nicole Savard, responsable

UNE PROMENADE À L'ÎLE-AUX-GRUES

L'île-aux-grues, Grosse-Île, l'île-Verte, l'île St-Barnabé, l'île-aux-Basques, les îles du Bic, les îles du Pot-à-l'Eau-de-vie... N'avez-vous jamais songé à entreprendre la visite de ces perles jetées ici et là dans les eaux du St-Laurent?



Nous vous proposons la visite de l'île-aux-Grues.

Guidés par Mme Louise Roy, mairesse de l'endroit, vous en ferez le «tour du propriétaire»: la fromagerie, la salle des costumes de la fête du Mardi-gras, l'Auberge de l'Oie Blanche...

Du temps libre vous sera alloué pour vous permettre de respirer l'air de l'île en marchant à votre rythme.

Date : le jeudi 19 juin
Départ : 9h 30 (stationnement de l'église Ste-Cécile)
Dîner : Apportez votre lunch. Nous pourrons le compléter au casse-croûte de la place.
Souper : Auberge de l'Oie Blanche
Retour : 21 h 30
Coût : 40,00 \$

Nicole Charbonneau, responsable 623-2863

«LADY MONTRÉAL ET SES CHÂTEAUX» ET VISITE DES MOSAÏCULTURES

Une nouvelle façon de découvrir les belles résidences montréalaises en plus de dîner au merveilleux restaurant «Hélène de Champlain» où Pierre Marcotte et son équipe vous recevront selon les règles de l'art.

Visite animée du lieu historique Sir Georges Étienne Cartier où l'on vous offre une leçon d'étiquette telle que vécue au 19^e siècle.

Visite du Château Dufresne, l'une des plus belles maisons de Montréal.

Tout au long du parcours, un tour de ville sous la thématique «Les plus belles maisons d'autrefois» vous permettra d'explorer les quartiers cossus de la ville.

Ensuite, visite des Mosaïcultures internationales Montréal 2003 sous le thème «Mythes et légendes du monde». Souper sur le chemin du retour.

Date : le jeudi 3 juillet
Prix : 99,00 \$ payable le 15 mai
Inscription : Ginette Martel, 622-7059

Nicole Savard, responsable 628-6112

VISAGES ET PARFUMS DE LA PETITE ITALIE ET LÉGENDES FANTASTIQUES À DRUMMONDVILLE

Une expérience unique de dépaysement dans un Montréal souvent méconnu : celui des communautés culturelles.

Cette fois-ci, vous profiterez de cette escapade pour découvrir le quartier italien. Visite de la Casa d'Italia, son historique et son rôle dans la communauté. Accompagné d'un guide, vous ferez une visite des sites intéressants tels la *Quincaillerie Dante*, le *Milano*, le grand marché, *La Madonna della Difensa*, la principale église du quartier, la célèbre pâtisserie *Alita Caserta*... et en plus votre visite se fait pendant leur festival.



Vous dînerez dans un resto italien *Le Locanda Verde* et vous souperez au restaurant *Maison de Jade*.

Ensuite en route vers Drummondville où vous assisterez au fabuleux spectacle «Légendes fantastiques». Spectacle multimédia d'une qualité exceptionnelle.

Date : le jeudi 14 août

Prix : 119,00 \$ (tout inclus), payable le 15 juin

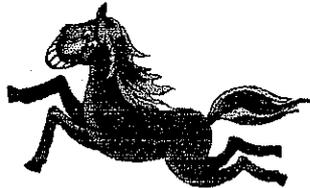
Inscription : *Ginette Martel*, 622-7059

Nicole Savard, responsable 628-6112

FESTIVAL WESTERN DE ST-TITE

Qui n'a pas entendu parler de ce célèbre festival? Ce petit village de 400 habitants qui, pendant quinze jours, attire des milliers de visiteurs, éveille notre curiosité. Nous irons donc sur place voir ce qui fait sa popularité.

Cette visite se fera la fin de semaine de la «Grande chevauchée». Nous assisterons au rodéo professionnel ainsi qu'au grand défilé. Enfin, nous découvrirons tout ce qui fait le charme de ce festival.



Date : Le dimanche 7 septembre

Coût : 65,00 \$ (tout inclus), payable le 15 mai

Inscription : *Ginette Martel* 622-7059

Nicole Savard, responsable

DIVERS

(expériences personnelles, vécu, décès...)

DEMANDE DE BÉNÉVOLES

Le Centre Multiservices Le Complice nous demande des bénévoles pour son comptoir alimentaire. Ce comptoir a lieu le deuxième mardi et le quatrième mardi du mois. Les personnes intéressées doivent posséder une voiture pour pouvoir assurer le transport des denrées alimentaires. Ils doivent aller les chercher à Moisson Québec, accompagnés de la personne responsable du comptoir et venir les porter au Centre Multiservice Le Complice. Ceci se fait entre 12 h 30 et 14 h. Pour communiquer avec le Centre, vous contactez Isabel Deschênes au 626-3535. Nous vous remercions à l'avance de votre collaboration

AVIS DE RECHERCHE

En souhaitant qu'un membre de la C.J.R. soit parmi les mentions de reconnaissance.

Tu as 50 ans et plus retraité ou non.

Tu vises à te dépasser... Tu conçois des projets originaux, réalises des activités plus ou moins connues, fais des voyages quasi inusités, fais du bénévolat qui sort de l'ordinaire, ce, pour toi-même, et plus encore, tu sais en engager d'autres.

Tu deviens donc éligible pour cette mention de reconnaissance du plus flyé(e) de la région de Québec.

Les critères de sélection et d'autres informations seront annoncés lors des rencontres du 13 juin et celle du 12 septembre. Qu'on se le dise et qu'on signale **664-2929** en demandant **Livette, Doris, ou Denise**.

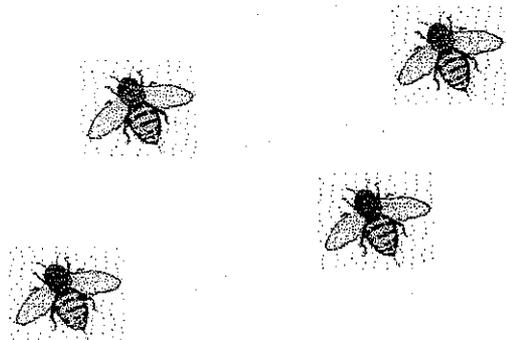
Le tout sera dévoilé et des prix intéressants seront offerts lors de la dernière rencontre des Retraités Flyés de la Région de Québec, le 29 novembre, au Centre communautaire Lucien Borne, 100, chemin Sainte-Foy.

MARCHÉ AUX PUCES DE LA BOUSSOLE

La Boussole, organisme d'aide aux proches de la personne atteinte de maladie mentale, recherche des articles pour son marché aux puces des 7 et 8 juin. Vous pouvez faire un don d'article en communiquant avec la Boussole au 523-1502.

Nicole Lévesque Phaneuf

Pourquoi toutes ces abeilles ?



Demandez-le aux membres du comité du Gala...

L'HOTELLERIE

Au Cœur du Bourg

RÉSIDENCE 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 MFQ inc.
 et
 Habitat Multi-Ressources
 C'est

pour information
628-8968

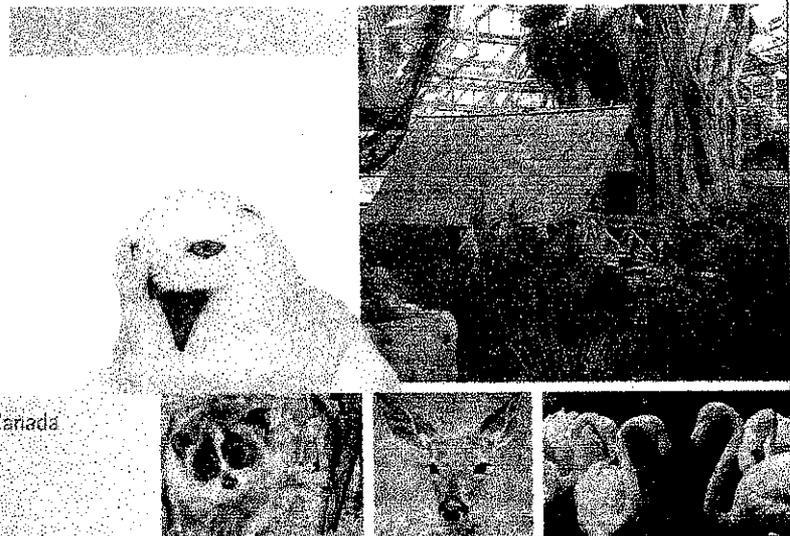


DES JUILLET 2003

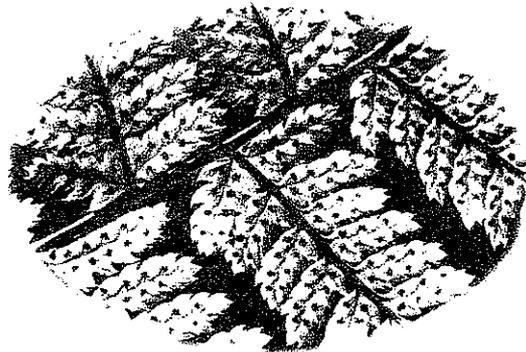
Vivez l'expérience
du Jardin zoologique du Québec :

Un jardin de végétaux et d'animaux à découvrir

- Sillonnez les différents jardins thématiques.
- Venez apprécier les beautés de notre collection animale : plus de 750 spécimens représentant 300 espèces.
- Entrez dans notre immense serre de 2400 mètres carrés et découvrez le climat tropical et les splendeurs de l'Océanie.
- ... et plus encore



9300, rue de la Faune, Charlestown, Québec, Canada
 tél. : (sans frais) 1-888-622-0312
 e-mail : reservations@spsnq.qc.ca
 site web : www.spsnq.qc.ca



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

Épargnez et partez!

Membres de la **Compagnie des jeunes retraités du Plateau** bénéficiez des avantages du Programme d'assurance privilège de La Capitale assurances générales.

- Épargnez**
- 12 % sur votre assurance automobile;
 - 10 % sur votre assurance habitation;
 - obtenez plus de protections pour le même prix;
 - bénéficiez de CAP, un programme exclusif d'assistance juridique, habitation et routière.¹

Partez Demandez-nous une soumission, sans obligation de votre part, et courez la chance de partir en croisière dans les Antilles, une valeur de 5 000 \$².

Appelez Sans frais : 1 800 322-9226
Montréal : (514) 906-2208
Québec : (418) 266-9908



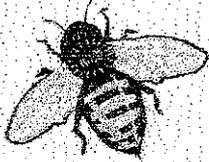
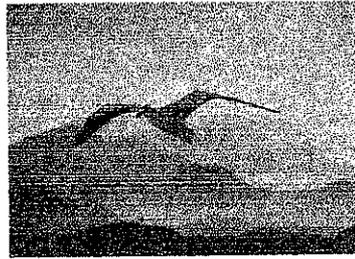
La Capitale
assurances générales inc.

CABINET EN ASSURANCE DE DOMMAGES

www.lacapitale.com



¹ Certaines conditions s'appliquent
² Règlements disponibles à la vice-présidence marketing



BON ÉTÉ

