Septembre 2017

Centre du Vieux Moulin De LaSalle

L'Express

ORGANISME COMMUNAUTAIRE ET DE BÉNÉVOLAT AU SERVICE DES PERSONNES DE 50 ANS ET PLUS

SOMMAIRE :

Conseil d'administration 2

Assemblée générale annuelle 3

Équipe 4

Activités 4

Café des aînés 5

Bénévolat 6

La Déprescription 7

Activités 8

Code d'éthique 8

Ateliers d'écriture 9

Anniversaires 9

Festival de Théâtre et des Arts 11

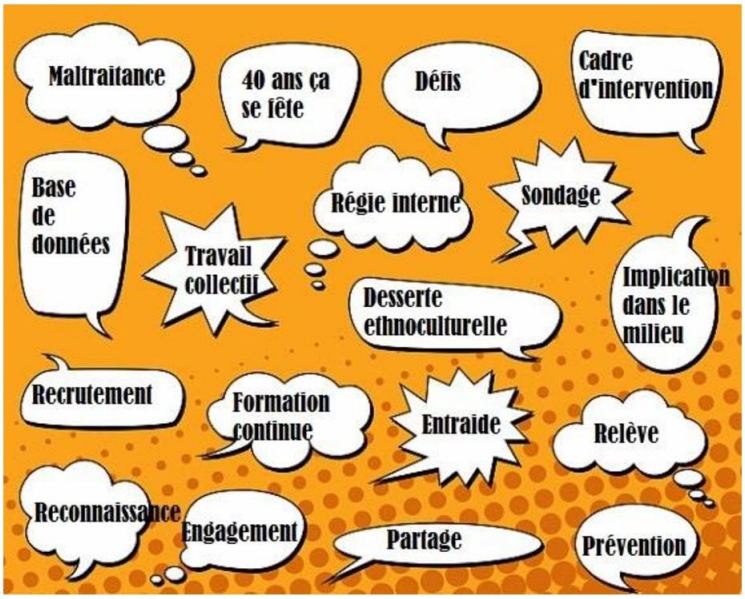
Le coin des gourmands 11

Décès 12

Centraide

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Ouest-de-l'Île-de-Montréal
Québec

RAPPORT ANNUEL D'ACTIVITÉS



Du 1er AVRIL 2016 AU 31 MARS 2017

Centre du Vieux Moulin de LaSalle

ORGANISME COMMUNAUTAIRE ET DE BÉNÉVOLAT AU SERVICE DES PERSONNES DE 50 ANS ET PLUS. UN MILIEU DE VIE ET D'ENTRAIDE.

Vous pouvez voir le RAPPORT ANNUEL D'ACTIVITÉS sur le site de l'organisme: www.cvmlasalle.org dans la SECTION COMMUNICATION à l'onglet Parutions.

Votre conseil d'administration 2017-2018

Toutes nos félicitations !

Président: Daniel Thériault
Vice-présidente: Jacqueline Légaré
Trésorier: Pierre Gosselin
Secrétaire: Louise Morin
Administrateur: Michel Dulude
Administratrices: Diane Doucet
Administratrice: Marcelle Simard

Une fête de la rentrée pour célébrer les 40 ans

La Fête de la rentrée était l'événement par excellence pour souligner les 40 ans de l'organisme parce que c'est une belle journée de mobilisation. Pour l'occasion, il y a eu deux grands chapiteaux, un cocktail d'accueil, musique et animation, gâteaux personnalisés, boîte à lunch et des crayons du 40e. Nous avons profité aussi de l'occasion pour souligner les 40 ans de service continu de Claudette Dionne à titre de professeur de couture et tricot au sein de l'organisation.

Un grand MERCI aux partenaires et commanditaires de cette belle journée : l'Arrondissement LaSalle, IGA Beck et la Caisse Desjardins de LaSalle,

Merci également aux membres de l'équipe pour l'organisation, aux professeurs présents à tous les membres et bénévoles ainsi que ceux qui ont été à la préparation du repas.

Cette journée a été une réussite sur toute la ligne!

Cette année, il y a eu une belle remontée ... 67 membres étaient présents pour notre plus grand plaisir à l'Assemblée générale annuelle 2017.

Madame Caroline Pombert, CPA auditrice de la firme APSV comptables professionnels agréés Inc. fait la présentation des états financiers au 31 mars 2017.Elle explique que son mandat est de vérifier la gestion comptable faite par le Centre du Vieux Moulin de LaSalle et fait par la suite des recommandations. Son rapport a été officialisé et signé par le président et le trésorier du CA le 19 mai 2017. Elle indique que le Centre termine son année financière 2016-2017 avec un surplus et respecte les exigences des partenaires financiers. L'adoption des états financiers vérifiés est proposée par madame Bernice Doucet et appuyée par madame Micheline Girard.

Quelques questions sont soulevées

Madame Christiane Agnessi se réfère à la page 5 des rapports financiers, et elle demande pourquoi pour le Café des aînés la nourriture est à part? La Directrice générale indique que c'est pour distinguer la portion des repas et de la popote roulante.

Madame Micheline Girard demande pourquoi le Centre n'a plus de revenu du Bingo-BNO? La Directrice rappelle qu'à l'AGA du 26 mai 2015, vous aviez donné un vote de confiance au Conseil d'Administration pour des décisions futures en lien avec l'opportunité d'un achat collectif du Bingo BNO, et ce en conformité avec les aspects légaux et financiers.

Après discussion et réflexion, avec les six (6) autres organismes, le Centre s'est retiré du collectif d'achat. Suite à cette décision les autres partenaires nous ont exclus des redevances que versent Bingo-BNO. Elle rappelle que Bingo-BNO donnait dans le passé des redevances à plus de 30 organismes, aujourd'hui ce sont seulement les six (6) organismes qui reçoivent des sommes. Selon les dernières informations connues, Bingo-BNO n'a pas été encore acheté.

Rapport annuel d'activités

La Directrice générale présente le rapport annuel d'activités pour l'année 2016- 2017. L'an passé chaque secteur présentait ses réalisations sous forme vidéo. Cette année, il y a encore de la nouveauté, c'est sous la forme de « powtoon ».

Elle remercie plus particulièrement mesdames Émilie Laplante et Stéphanie Lambert pour la réalisation de cette présentation. Elle ajoute qu'il sera accessible sur le site du CVML et la page Facebook.

Quelques questions sont soulevées :

Madame Micheline Girard indique que c'est une belle présentation, cependant elle aurait souhaitée que la figurine qui identifie la cuisinière ne soit pas à l'envers. La Directrice générale indique qu'elle prend note de son commentaire, mais il faut le voir sous une forme humoristique.

Elle profite de l'assemblée générale annuelle pour demander aux membres quels services et activités que le Centre pourrait mettre en place afin d'aider les personnes plus vulnérables de la communauté? Madame Micheline Girard propose des cours d'introduction sur internet. La Directrice générale indique que ces cours sont offerts par le Centre Henri Lemieux. Madame Marcelle-Rose Presseau propose des activités physiques pour les 75 ans et plus. La Directrice générale indique qu'actuellement, il existe le programme pied – aîné actif, et elle prend bonne note que les membres désirent plus de cours.

Il y a suggestion de promouvoir davantage les activités qu'il y a au Centre. Madame Gisèle Baril propose de réaliser plusieurs petites choses avec les communautés d'entraide pour faciliter la vie aux personnes plus vulnérables. À titre d'exemple, permettre aux personnes de s'asseoir lorsqu'ils attendent à la Caisse, ou à l'épicerie. La Directrice générale indique qu'actuellement le Centre travaille en collaboration avec 29 partenaires. Elle prend bonne note de penser à des petites choses du quotidien pour les personnes plus vulnérables.

Elle ajoute que la Table de concertation des aînés de LaSalle a des objectifs pour faire de plus en plus d'interventions locales. Elle indique aux membres qu'ils sont toujours les bienvenus tout au long de l'année pour venir faire leurs suggestions pour des nouveaux services et activités.

Bienvenue dans l'équipe

Les membres du Conseil d'administration, la directrice générale et toute l'équipe du CVML souhaitent la plus cordiale des bienvenues

Monia Lapierre à titre de coordonnatrice du bénévolat et des services de maintien dans la communauté. Longue vie parmi nous!

Macarena Morella à titre d'intervenante en travail de milieu

Kim C Pelletier à titre de professeur de dessin, initiation à l'art, peinture et Aquarelle

Pièce de théâtre: Parole d'or, silence d'argent

Théâtre Parminou

Jeudi le 14 septembre 2017 à 13h30 à la salle de spectacle l'entrepôt situé au 2901 boulevard St-Joseph à Lachine. La pièce de théâtre la parole d'or et le silence est d'argent sera présenté suivi d'un panel animé par le SPVM, la ligne aide d'abus ainés , la CAVAC et le centre intégré universitaire de santé et des services sociaux de l'ouest de l'île-de-Montréal.
Les places sont limitées , réservation obligatoire au 514-280-0058

Partenariat / soutien Alzheimer

Cette année encore, nous sommes en partenariat avec la Société Alzheimer de Montréal afin qu'ils puissent être sur place, une journée par semaine afin d'offrir gratuitement de l'écoute et du soutien aux personnes touchées ou au prises avec la maladie d'Alzheimer.

Réseau conseil : accompagnement, information, ressources et soutien

Une conseillère sera sur place: : Liliana Ponce de Leon

Réseau Conseil Société Alzheimer MONTRÉAL

Horaire: jeudi de 9h à 17h dans le local 204

à partir de septembre 2017, sur rendez-vous

Au Café des aînés, une nourriture maison!

Mardi le 12 septembre : à 12h

DÎNER COMMUNAUTAIRE

Au menu :

Bœuf Bourguignon,
dessert et breuvage
Coût : 7$
Billets en vente au bureau
Membres seulement

L'équipe du Centre du Vieux Moulin de LaSalle remercie tous ceux qui sont venues déjeuner, dîner ou prendre une collation au Café des aînés pendant la période estivale.

Merci à tous les participants d'avoir été présents aux activités spéciales

Le Café des aînés vise une belle croissance ...

Pendant la période estival 2017, un calendrier d'activités sociales a été proposé pour dynamiser le Café des aînés et permette aux gens de continuer de socialiser. Tous les membres de l'équipe se sont impliqués et accompagnés les participants. Il y a eu des activités plus populaires que d'autres; le dîners en musique, tricotons ensembles, les déjeuners causeries, les rendez-vous informatique et bien sûr les dîners communautaires. Nous pouvons vous confirmer que nous avons eu plus de personnes cet été que les années précédentes alors il est certain que nous allons réitérer l'année prochaine. Nous allons aussi tenter encore une fois de poursuivre le prolongement de certains ateliers . Éventuellement, toute la bâtisse sera climatisée, ce qui facilitera l'arrivée de plus d'activités estivales.

Virage Vert

Nous souhaitons faire un virage plus vert dans le café des aînés en utilisant des items recyclables ou favorables à l'environnement. Ce virage se fera graduellement vue que nous ne voulons pas faire de gaspillage des items que nous avons déjà.

Option végétarienne

Nous avons élaborer un guide de recettes pour être en mesure de proposer le plus souvent possible une option végétarienne. L'idée est de partir du repas du jours et faire quelques portions végétariennes.

MERCI à notre comité organisateur

Encore une fois cette année, notre soirée de reconnaissance des bénévoles fut un succès grâce au travail ardu de notre comité organisateur.

Louise Dusseault,

Carole Bouchard

Lisette Laverdière

Diane Maheu

BRAVO et Merci pour votre travail pour exceptionnel !

Soirée de reconnaissance des bénévoles

Le 29 juin dernier, la soirée annuelle de reconnaissance des bénévoles s'est tenue au Buffet Il Gabbiano. Un délicieux repas nous a été servi pour souligner le travail réalisé par les nombreux bénévoles. Un grand nombre de personnes ont participé à l'évènement.

Cinq personnes ont reçu une mention pour leur années de bénévolat de 10 ans de service continu. Plusieurs prix de présence et petites gâteries chocolatés ont été remis pendant la soirée.

La direction et le conseil d'administration en ont profité pour rappelé l'importance des bénévoles et que sans eux l'organisation ne pourrait offrir tous les services aux aînés de la communauté.

Par la suite les participants à la fête on pu se dégourdir sur le plancher de danse au son de la musique de notre D.J. Monsieur Carl Gauthier.

Encore une fois une soirée magnifique et amicale.

Partenariat / Programme PAIR

Pair

Une présence rassurante !

Le programme vise a renforcer le sentiment de sécurité des personnes. L'idée est simple, un coup de téléphone pour s'assurer que tout va bien! Le programme Pair est un service personnalisé d'appels gratuit automatisés pour la sécurité des aînés ainsi que des rappels médicaments,

La déprescription

Suite à notre implication récente dans une rencontre sur la déprescription (de la médication), dirigée par la Dre. Cara Tannenbaum, le Centre du Vieux Moulin de LaSalle partagera 12 articles écrits par l'équipe de Mme Tannenbaum afin de vous informer sur le sujet. Le premier article, aussi publié dans notre info-membre cet été, se nomme « Est-ce normal d'oublier où vous avez stationné votre voiture? Seulement si vous pouvez la retrouver! ». Nous continuerons d'explorer le sujet de la déprescription avec vous au fil des semaines et mois à venir. Bonne lecture!

par Dre Cara Tannenbaum, gériatre et directrice, Réseau canadien pour la déprescription

Anita et Richard sont un couple typique de septuagénaires : ils font souvent de l'exercice, mangent bien, voient régulièrement leur médecin, passent du temps avec leurs amis et petits enfants, et prennent soin de leur santé.

Dernièrement, Richard s'inquiétait de plus en plus au sujet des trous de mémoire d'Anita. « Elle a toujours été un peu distraite mais ça s'est aggravé dans les dernières semaines, » raconte Richard. « Anita n'était plus capable de se concentrer sur des tâches simples et elle semblait toujours perdue dans la brume. »

Il est normal d'avoir des trous de mémoire occasionnels chez les personnes âgées, mais c'est rarement une cause de préoccupations. Oublier où vous avez déposé vos clés ou votre portefeuille, ou ne pas se rappeler le nom d'un acteur ou le titre d'une chanson est complètement normal. Cependant, si vous avez de la difficulté à réaliser des tâches simples, oubliez comment faire les choses que vous avez faites souvent ou êtes perdu dans des endroits familiers, ce n'est pas normal.

Un après-midi, Anita se ne rappelait plus où elle avait stationné sa voiture au centre d'achats local. La sécurité a appelé la police pour essayer de retrouver sa voiture et la ramener chez elle. « Je savais qu'il y avait quelque chose de grave et que c'était plus qu'un trou de mémoire typique chez les personnes âgées » explique Richard.

Inquiet qu'elle pouvait avoir un épisode dépressif ou pire, la maladie d'Alzheimer, il a pris un rendez-vous pour Anita avec leur médecin de famille, Dr Yu.

« J'ai été surprise quand Dr Yu m'a dit que mes problèmes de mémoire et de concentration pouvaient être causés par mes médicaments » dit Anita. « J'ai vécu avec l'anxiété et l'insomnie par le passé, et j'ai pu gérer cela à l'aide de somnifères pendant plus de 20 ans. Il semble que les somnifères et les pilules contre l'anxiété agissent comme un dépresseur, ou endorment les nerfs de votre cerveau. Ceci affecte la mémoire, la concentration, l'équilibre et ralentit vos réflexes lors de la conduite. »

Dr Yu a prévenu Anita qu'en vieillissant, les médicaments tendent à s'accumuler dans notre corps parce que le foie et les reins ne traitent plus les médicaments aussi bien que lorsque nous étions plus jeunes. Les somnifères peuvent aussi augmenter le risque d'accidents de voiture et peuvent augmenter le risque de chutes, de fractures de la hanche et d'hospitalisation.

Anita était déterminée à cesser les pilules pour améliorer sa mémoire. Ensemble, Dr Yu et Anita ont établi un plan de sevrage pour cesser les pilules en réduisant graduellement la dose sur plusieurs mois. Arrêter ou réduire la dose d'un médicament qui peut causer des préjudices est appelé la « déprescription » et c'est une tendance à la hausse parmi les médecins et les gériatres. Dr Yu a recommandé un traitement non médicamenteux pour l'aider à gérer son anxiété et son insomnie. Anita a commencé à tenir un journal de sommeil et à faire des changements dans ses habitudes de sommeil. « J'ai commencé à aller au lit une heure plus tard, et à me lever à la même heure chaque jour, peu importe que j'aie bien dormi ou non la nuit. Je bois maintenant du café décaféiné et j'évite de faire de longues siestes en après-midi. Je ne regarde plus la TV dans mon lit et je me lève pour lire si je n'arrive pas à dormir. J'ai aussi commencé à manger de plus petits repas au souper, ce qui m'aide à mieux dormir, » explique-t-elle.

Après quelques mois à peine, Anita a lentement réussi à cesser ses somnifères avec l'aide de Dr Yu. « Je suis si fière des changements positifs que j'ai faits récemment et j'ai dit à mes amis et ma famille d'être vigilants au sujet de leurs médicaments, » dit Anita. « Je ne me suis pas sentie aussi alerte depuis longtemps. Et je n'ai plus perdu ma voiture dans un stationnement! »

Si vous ou quelqu'un que vous connaissez est à risque de pertes de mémoire à cause des somnifères, veuillez lire ce document (http://www.criugm.qc.ca/fichier/pdf/benzodiazepinesFRA.pdf) qui peut vous aider à réduire ou cesser votre somnifère avec l'aide de votre médecin et à essayer des alternatives plus sécuritaires.

LaSalle au féminin est une série de 8 ateliers ouverte à toutes les femmes. Les ateliers visent le pouvoir d'agir des femmes. De plus, ils permettront de créer un espace de solidarité , augmenter la prise en charge de leur milieu et renforcer le sentiment de sécurité des femmes. Les thèmes abordés lors des ateliers seront variés. Nous aborderons la confiance en soi, l'estime de soi, le rapport avec l'autorité et la violence familiale et conjugale. Pour terminer, nous aurons des conférenciers invités et un cours d'autodéfense sera offert. Les ateliers se dérouleront du 13 septembre au 1er novembre les mercredis de 9h30 à 11h30 dans les locaux de la Table de développement social de LaSalle (9160 M Rue Airlie, LaSalle, QC). Pour les inscriptions, veuillez contacter la Table de développement social de LaSalle au 514-364-4999 ou le Centre du Vieux Moulin de LaSalle au 514-364-1541. Veuillez prendre note qu'il y aura une garderie gratuite disponible sur place lors des ateliers.

Table de développement social de LaSalle

SPVM

DAITO RYU KORYUKAN SAMURAI

TABLE D'ACTION ET DE CONCERTATION EN SÉCURITÉ URBAINE

Un Code d'éthique qui favorise l'harmonie

Le Centre du Vieux Moulin de LaSalle

Organisme communautaire et de bénévolat au service des 50 ans et plus… Un milieu de vie et d'entraide.

Code d'éthique

La mission de l'organisme

Améliorer la qualité de vie et Prolonger l'autonomie des personnes âgées de l'arrondissement de LaSalle

Pour nous joindre

7644, rue Édouard, angle 4e Avenue
bureau 210
LaSalle, Qc H8P 1T3
Téléphone : 514-364-1541
Télécopieur : 514-364-6565
Site web : www.cvmlasalle.org
reception@cvmlasalle.org

Le code d'éthique prône le respect de chacun. Aucune forme de discrimination ne sera tolérée entre les membres, pour quel que motif que ce soit.

-L'organisme n'est pas gouvernemental ou à but lucratif et fait appel à des bénévoles pour beaucoup de ses activités et services .

-L'organisme ne peut donc répondre à tous les besoins et demandes des usagers

-Les usagers doivent comprendre que les actions et les activités de l'organisme s'inscrivent dans une mission et des objectifs précis.

-Les usagers doivent utiliser les services de façon responsable.

-Les usagers doivent respecter les biens et le matériel de l'organisme pour le bien commun de tous.

-Les usagers doivent respecter les règles de fonctionnement de l'organisme et ne pas tenter d'utiliser des moyens de pression pour obtenir des faveurs particulières.

-Les usagers doivent favoriser le maintien de la propreté des lieux.

-Les usagers doivent agir dans le respect des droits des autres usagers.

–Les usagers doivent favoriser l'accueil, l'intégration et des relations respectueuse en groupe.

-Les exigences sont les mêmes envers les autres que celles que l'on exige pour soi-même.

-Le non-respect des règles de fonctionnement et des valeurs du code d'éthique de l'organisme peut entraîner une exclusion du statut de membre.

Merci de votre collaboration!

Bonne fête à ...

1er septembre :
Claire Blais-Dagenais
Daniel Guertin

2 septembre :
Gilles Dubois
Denise Faille
Rachel Grenier

3 septembre :
Michèle Mathieu
Denise Ste-Marie

4 septembre :
Claire Noël
Reina Paquin

5 septembre :
Stéphanie Chalupa
Marcelle Dagenais
Denis Ste-Marie

6 septembre :
Lisette Laverdière

7 septembre :
Roger Desgroseillers, *resp. Fléchettes*
Nicole Doucet
Johanne Brosseau

8 septembre :
Fernande Legault
Johanne Duclos
Paule Provost

9 septembre :
Gertrude Carier
Lynda Jonhson

10 septembre :
Marie Bergevin
Maryse Choquette
Raymond Manneh
Suzanne Prince
Monique Provost

11 septembre :
Christiane Turcotte

12 septembre :
Shirley Beauchemin
Diane Asselin
Fernand Pilote
Lise Cadieux

13 septembre :
Yolande Labrecque

14 septembre :
Simone Di Biase
Nicole Gauthier
Marianne St-Pierre-Arcand
Lisa Tessier
Denise Lemieux

15 septembre :
Lucienne Thibault
Esther Grosvenor

16 septembre :
Chantal Arseneault, *responsable de l'accueil*
Yvon Larouche
Claude Vincent
Jacques Morache

17 septembre :
France Chartrand

18 septembre :
Gustave Hubert
Marie Josée Bernard
Hélène Schneider, *prof création textile et tricot*

19 septembre :
Nicole Boivin
Denise M. Dubois
Denise Leduc
Merley Cumberbatch
Cécile Desrosiers
Lucille Roy

20 septembre :
Carole Bouffard
Yolande Lefebvre
Lorna Edwards

21 septembre :
Maurice Ste-Marie
Gilles Decelles

23 septembre :
Shirley Briand
Paul Montpetit

24 septembre :
Carole Bouchard
Daniel Thériault, *prés. c.a.*

26 septembre :
Marisa Ientile
Gaétane Martineau
Diane Ricard

27 septembre :
Monique Bouvier

29 septembre :
Louise Therrien

30 septembre :
Irène Cartier
Shirley Edwards
Fiore Fonda, *prof petits points, broderie norvégienne, broderie blanche*
Denise Labrecque

Le Vieux Moulin et moi

Une hirondelle ne fait pas le printemps, je sais, je sais
Mais, le Vieux Moulin, c'est mon hirondelle à moi
Attendez! attendez! Vous comprendrez!
Mon Moulin-hirondelle a fait son nid dans une école qui est tout, sauf privée
Annonciateur de plaisirs, de découvertes et même de passion
Il me pousse des ailes et je m'enhardis de saison en saison
À la lecture des ateliers proposées et leur description
Quelle joie que ce retour à l'école sans devoir ni leçon
Mon Moulin-hirondelle ajoute de la saveur à ma retraite tant désirée
Il stimule petits et grands talents qui me demandaient qu'à s'exprimer
Et ce n'est pas tout, loin de là, ne soyez pas étonnés

Mon Moulin-hirondelle accueille aussi dans son nid plein d'amitié
Qui aiment la vie, la goûte, la savoure en toute liberté
Création, discussions, passions, émotions, tout est partagé
Malgré le grand nombre d'hivers et de printemps déjà passés
Si mon mon Moulin-hirondelle a eu tant de talent à bâtir son nid C'est grâce à celles et ceux qui apportant les brindilles pour le construire par leur implication, leur dévouement et leur personnalité rendent ce nid moelleux, accueillant ou l'on s'y rend comme à la maison
Étrangement, les années passent et mon Moulin-hirondelle ne vieillit pas Au contraire, il se renouvelle et nous invite à faire de même
Le bonheur immense de savoir que de saison en saison
Au Vieux-Moulin, une hirondelle, mon hirondelle fait le printemps en toutes saisons.

Louise Corriveau, atelier d'écriture créatrice mars 2017

Clinique juridique Juripop

Caravane 360

La Caravane 360 est un évènement d'une journée d'activités de sensibilisation et d'information légale sur l'abus envers les aînés, et qui sera présentée **gratuitement.** D'abord, il y aura un atelier interactif avec plusieurs avocats et intervenants sur les droits et les obligations touchant les aînés dans certains domaines clé. Ensuite, un espace confidentiel dédié à la consultation professionnelle individuelle et gratuite sera offert aux participants. Chaque professionnel pourra répondre à des questions et offrira des informations sommaires sur les démarches à prendre dans la situation particulière. Lors des consultations, il y aura de l'animation par un artiste local. Comme l'activité se déroule sur une journée complète, le Centre du Vieux Moulin préparera des collations, breuvage et une boite à lunch au coût de 7$ pour tous les participants.

Places limitées!

Réservez rapidement au 514-364-1541 ou bureau 210

Date: 27 octobre 2017

Heure: 9h15 à 15h30

Boîte à lunch et collations 7$/personne

Bulletin Board

Café des Aînés

The Café des Aînés is open from 7:30AM to 3:00PM (Monday to Friday)

Breakfast is served until 10:00AM each day
Lunch is served from 12:00PM to13:30PM each day

The cost of he menu is shown on the blackboards posted on the dining room .

Menu of the day appears on the blackboard outside the Café door. The use of the Café is for members only, but you can bring a guest to sample our fare. If that person wishes to return, he or she will have to get a membership card at the administration office.

INTERNAL RULES

To make sure everyone starts on the same step, here are the internal rules that govern everyone who frequent le Centre du Vieux Moulin de LaSalle :

* Coffee breaks are taken in the Café, between 10AM and 11AM and between 2PM and 3PM. The Café closes at 3PM.
* Always leave the bathroom clean for the next user.
* Never touch the heating units, if it is too hot or too cold come to the office
* NEVER sit or climb on the tables. Lift them to move them.
* Be careful with the equipment so that everyone can use them.
* Put the room back in order once the class is over.
* Smoking is **prohibited** in the entire building
* Eating and drinking are not permitted in the classrooms
* Photocopies can be obtained in the following sizes :
  8X11, 8X14 for **0,15$** and 11X17 for **0,30$**.
  Make sure you know the dimensions required before coming to the office.

Tirages d'œuvres d'art 2017

Les projets collectifs et les dons d'œuvres accrochent des sourires aux lèvres des gagnants. Merci aux professeurs et membres pour leurs dons généreux.

Gagnants des tirages 2017:

Aquarelle : **Lise Trépanier**
Dessin : **Louise Racine**

Création mixte de Marie Levac, professeur : **Colette Deschamps**

Broderie Pause Café: **Joel Donahue**

Broderie Japonaise de Diane Bergeron, professeur: **Cécile Narbonne**

Création de Suzanne Ouellette, chuaffeur Moulin Bus : **Denise arseneau**

Aquarelle de Mme Chaurest: **Lucette Bergeron**

Œuvre collective de tricot: **Christiane Ward**

Retour sur le Festival de Théâtre et des Arts 2017

Lors du Festival de Théâtre et des Arts 2017, plusieurs membres et bénévoles se sont impliqués dans la garde des locaux et nous tenions à vous remercier chaleureusement. Votre présence est importante et bien chaleureuse pour les visiteurs. Vous êtes les artistes donc les meilleures personnes pour partager votre passion aux visiteurs… Vous permettez également d'assurer la sécurité des œuvres. Merci aux professeurs qui donnent du temps au montage et au démontage et certains même pendant l'événement.

Un grand merci aussi à tous les membres de la chorale ainsi qu'à leur professeur et à l'accompagnatrice au piano qui ont offert encore une fois un spectacle mémorable. Un autre merci mérité aux membres de la troupe de théâtre, au metteur en scène, à L'assistante bénévole, qui ont relevé avec brio ce défis de monter une pièce en quelques mois seulement Un magnifique rendez-vous de théâtre et une belle performance des comédiens.

Merci aussi à tous les autres bénévoles aux décors et autres tâches multiples ainsi qu'à l'équipe d'employées et aux partenaires financiers qui gravitent autour de cet événement et qui contribuent à sa réussite.

Un événement comme celui-là est un gros travail collectif!

Le coin des gourmands

Croustillant au Pommes

6 grosses pommes, pelées, épépinées, coupées en morceaux - 1/4 tase de cassonade - 2 c. à soupe de fécule de mais - Jus de 1 citron - 1/3 de tasse de farine 1/2 de tasse de cassonade - 1/3 de tasse de beurre mou - 2 tasses de pacanes hachés

Préchauffer le four à 180° C (350° F)

Mélanger les pommes, la cassonade, la fécule et le jus de citron. Verser dans 6 ramequins d'environ (1 tasse) ou dans un moule carré de (9 po). Mélanger les ingrédients du croustillant, répartir sur les pommes. Cuire environ 30 à 35 minutes pour les croustillants individuels et environ 35 à 40 minutes pour le grand moule.

SOURCE : A LA DISTASIO

M. Tony Volikakis époux de Mme Murielle Volikakis est décédé à LaSalle au mois d'août.

Mme Irène Cannuth qui a perdu sa mère au mois d'août.

Notre professeur de la Chorale Ginette Pelletier a perdu sa mère au mois d'août.

Mme Linda Goedike qui a perdu sa mère au printemps dernier.

La campagne annuelle de financement de Centraide du Grand Montréal débute sous peu. Comme vous le savez, Centraide est un des partenaires financiers de l'organisme.

Pour répondre aux besoins sans cesse grandissants, Centraide a besoin de vos dons. Des activités de financement vous seront proposées dans les semaines qui viennent. N'oubliez pas, un don à Centraide revient à faire un don au centre et vous serez les premiers à en bénéficier !

Logement à louer: rue Comte, LaSalle. Grand 3 1/2 rénové, niveau S.S, aire ouverte. Élect./chauf./Cuis./réfri./m-ondes, lav./séc.: inclus. $680/mois. Non-Fumeur, pas d'animaux. Références 514-363-0235

Appel aux bénévoles

Nous aurions besoin de bénévoles avec un permis de conduire valide pour faire du transport accompagnement pour les rendez-vous médicaux d'aînés de la communauté. Vous avez juste à venir donner votre nom au bureau.

L'équipe de l'Express

Responsable: Monia Lapierre
Collaboratrice régulières: Hélène Lapierre
Émilie Laplante
Stéphanie Lambert
Impression: Chantal Arseneault

Merci aux membres et bénévoles collaborateurs

L'Express est publié 8 fois par année, de septembre à avril pour les membres, les bénévoles et les bénéficiaires du Centre du Vieux de LaSalle.

On peut obtenir une copie papier au centre ou consulter la version électronique sur le site web : **www.cvmlasalle.org**

Centre du Vieux Moulin de LaSalle

Administration: De 08:30 à 17:00
Du lundi au vendredi

Café des aînés: De 07:30 à 15:00
Du lundi au vendredi

Siège social de l'organisme:
7644 rue Édouard (angle 4ième ave), bureau 210
LaSalle, Québec H8P 1T3
Téléphone: 514-364-1541
Télécopieur: 514-364-6565