

# L'Express

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

## SOMMAIRE

Conseil d'administra- tion	2
Assemblée générale	3
Nouvelles & activités	4-5
Bénévolat	6
Carrefour info aînés	7
Cours et ateliers	8
Anniversaires	9
Le grain de sel des membres	9
Babillard	10
Bulletin Board	10
Le coin des gourmands	11
Avis de décès	12

## Rapport annuel d'activités



1<sup>er</sup> avril 2013  
au  
31 mars 2014



## Votre conseil d'administration 2014-2015

Lors de l'Assemblée générale en mai dernier, il y a eu élection d'un nouveau conseil d'administration pour l'année 2014-2015. Toutes nos Felicitations et la plus cordiale des bienvenues aux deux nouveaux administrateurs au sein de l'équipe!

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



## Remerciements aux administrateurs sortants



Les membres du conseil d'administration 2013-2014 tenaient à remercier chaleureusement deux administrateurs sortants, messieurs Raymond Dionne et Robert Deschamps. Leur implication au sein du Conseil a été fort appréciée et une plaque commémorative leur a été remise lors de l'assemblée générale annuelle en guise de remerciement.

Encore une fois merci pour votre grand dévouement pour le bien-être des aînés.

## Rapport annuel d'activités 2013-2014

Au Centre du Vieux Moulin de LaSalle, il est primordial que tous les aînés trouvent leur place dans la société, quelles que soient leurs limites. L'approche inclusive préconisée par le cadre de référence dont il s'est doté, guide sa démarche pour contrer l'exclusion sociale et amener les personnes qui entrent dans son rayon d'action à prendre leur vie en main. Au moyen de programmes visant à créer un réseau de soutien et d'entraide, l'organisme exerce son action communautaire de façon à lutter contre les préjugés et à favoriser l'intégration sociale. Ses méthodes font école dans son milieu car elles inspirent les autres intervenants auprès des aînés. Cela permet d'élaborer de meilleures stratégies d'intervention globale au profit de tous.

En améliorant la qualité de vie des personnes de 50 ans et plus, c'est tout le tissu social qui s'en trouve bonifié. En effet, le dynamisme dont font preuve les personnes dites âgées a des retombées sur toutes les sphères de la société. En outre, leur implication bénévole à différents niveaux se révèle d'une valeur inestimable et contribue à faire en sorte que les enjeux qui concernent les aînés ne soient pas oubliés au moment d'établir des politiques sociales.

Vous pouvez voir le **RAPPORT ANNUEL D'ACTIVITÉS** du 1er avril 2013 au 31 mars 2014 sur le site de l'organisme: [www.cvmlasalle.org](http://www.cvmlasalle.org) dans la **SECTION COMMUNICATION** à l'onglet **Parutions**. Il y a également une version papier disponible à l'administration pour consultation.

## Retour sur l'Assemblée générale des membres 2014

Encore une fois cette année, les membres étaient nombreux pour notre plus grand plaisir à l'Assemblée générale annuelle 2014. Quelques questions ont été soulevées par des membres lors des présentations:—Roger Lemieux demande la provenance des subventions. Tous les détails apparaissent à la page 11 des états financiers vérifiés. Yvon B. Allard demande des éclaircissements sur certaines écritures comptables aux niveaux des intérêts. La comptable l'a dirigé vers la page 12 desdits états vérifiés. Roger Lemieux demande si cette firme remplit les déclarations d'impôts de l'organisme. La directrice lui répond que nous ne payons pas d'impôts mais que le formulaire T-3010, déclaration des dons reçus par l'organisme, est rempli à l'interne. Yvon B. Allard demande à la directrice pourquoi nous n'embauchons pas une firme de LaSalle pour nos états financiers. Cette dernière lui répond que APSV nous a été recommandé par notre ancienne firme comptable, Legris & associés de LaSalle, pour sa spécialisation dans le domaine de comptabilité spécifique aux organismes communautaires. Il demande si le montant des honoraires représente les coûts des vérifications uniquement. La comptable ayant quitté, la directrice n'ayant pas l'information détaillée en main mentionne qu'il y a en majorité ces frais, mais qu'il est possible qu'il y ait des dépenses autres. Il émet ensuite le commentaire que leurs honoraires sont bas pour tout le travail accompli.



Micheline Girard souligne que le nombre de stagiaires est différent entre le diaporama et les documents remis aux membres. On lui répond qu'il s'agit

d'une coquille et que le nombre est de 4. Jean O. Lavallée mentionne qu'il devrait y avoir un ascenseur à la station de métro Angrignon. Il y a échange entre les membres à ce propos. Monique Héroux mentionne que la STM dans son plan d'action a prévu installer plus d'ascenseurs dans le métro. Actuellement, il y aurait 4 stations de métro qui possèdent des ascenseurs. Dans un autre ordre d'idée, elle dit qu'un **banc devrait être installé à l'extérieur de la bâtisse du Centre Henri-Lemieux pour les personnes qui attendent pour prendre le Moulin Bus.** Maude Deschênes dit qu'elle aimerait voir une nouvelle **couche de peinture sur les murs dans les escaliers du Centre Henri-Lemieux.** La directrice lui répond que l'entretien de la bâtisse ne relève pas de nous mais que, comme la présidente d'assemblée est employée à l'arrondissement, elle pourrait faire le message. Micheline Girard renchérit en disant **qu'il n'y a pas assez de sièges dans le hall d'entrée du Centre Henri-Lemieux.** La directrice est bien d'accord et va faire la suggestion à la corporation du Centre Henri-Lemieux. Elle demande aussi si nous allons garder l'assistante-cuisinière même si la subvention se termine cette année. La réponse est oui, l'organisme ne peut pas se passer d'une troisième personne dans la cuisine. Madame Girard demande également si nous pouvons être les héritiers de personnes n'ayant pas de famille. La directrice lui répond que nous avons un formulaire de dons planifiés qui peut être mis à la disposition de toute personne voulant léguer des biens ou des sommes au Centre du Vieux Moulin de LaSalle. Roger Lemieux demande si l'année prochaine il serait possible de fermer l'exposition à 19h plutôt qu'à 21h puisque personne ne visite l'exposition en soirée et que les bénévoles qui font la garde trouvent le temps très long. La directrice avise que le conseil d'administration en a déjà discuté et qu'en effet des changements dans ce sens seront apportés pour 2015. Jean O. Lavallée et Micheline Girard souligne que l'équipe du Centre du Vieux Moulin de LaSalle fait du beau travail.

## Au revoir et merci Michel Foucault

Lors de l'événement officiel de lancement de l'Exposition annuelle 2014, les membres du conseil d'administration et la directrice générale ont tenu à souligner le départ à la retraite du professeur de sculpture Michel Foucault en présence des membres de l'équipe de professeurs et d'employés.

Pour l'occasion, une plaque commémorative lui a été remise en guise de remerciement et d'appréciation pour ses nombreuses années de service au sein de l'organisme. Michel était un professeur très apprécié de tous et chacun. C'est avec tristesse que nous lui disons au revoir mais nous lui souhaitons une retraite heureuse et en santé... de poursuivre sa passion pour la photo et d'avoir la chance de voyager encore et à sa guise! Merci pour tout!



## Au revoir et merci Dorothee Lapierre

Lors de la soirée de reconnaissance des bénévoles 2014, les membres du conseil d'administration, la directrice générale et l'équipe d'employées ont tenu à souligner le départ à la retraite de la cuisinière Dorothee Lapierre en présence des bénévoles.



Pour l'occasion, un présent lui a été remis en guise de remerciement et d'appréciation. Dorothee était une personne très aimée et appréciée de tous et chacun. C'est avec tristesse que nous lui disons au revoir mais nous lui souhaitons une retraite heureuse et en santé... Elle n'était pas en mesure de poursuivre dans son poste initial mais elle est déjà inscrite comme bénévole au Café des aînés et nous en sommes très heureux.

## Bienvenue dans l'équipe du Vieux Moulin

Les membres du conseil d'administration, la directrice et toute l'équipe profitons de l'occasion pour souhaiter la plus cordiale des bienvenues à monsieur Pierre Sansoucy comme nouveau professeur de sculpture sur bois pour prendre la relève à l'automne 2014.

Également des souhaits de bienvenue à la nouvelle cuisinière des services alimentaires au Café des aînés et à la popote roulante, Sylvie Martinet arrivée en mai dernier.



# Au Café des aînés, c'est tellement bon et agréable!

**Mardi le 16 septembre : à 12h**  
**DÎNER COMMUNAUTAIRE**



**Au menu :**  
**Pâté au boeuf**

**Dessert et breuvage**  
**Coût : 7\$**

**Billets en vente au bureau**  
**Membres seulement**



L'équipe du Centre du Vieux Moulin de LaSalle souhaite dire un GROS MERCI à toutes les personnes qui sont venues déjeuner, dîner ou prendre une collation au Café des aînés pendant la période estivale.

## Tarifification Café des aînés

Considérant qu'il faut assurer la pérennité et l'autofinancement des services alimentaires du Café des aînés; considérant que nous souhaitons conserver l'équipe en place; considérant l'augmentation des coûts pour les achats de nourriture et des fournitures; considérant que les prix au Café des aînés sont similaires depuis plus de 3 ans;

il a été convenu lors d'une rencontre du conseil d'administration de réviser raisonnablement les prix des services alimentaires au Café des aînés pour la prochaine saison.

Merci de votre compréhension.

## Dîner spécial de fèves au lard

La Fraternité des policiers et policières de Montréal prépare sa 48e journée fèves au lard et vous êtes invités à un dîner spécial au Café des aînés



**Vendredi 17 octobre 2014**

**au coût de 7\$**

**(Fèves au lard, petit pain, beurre, gâteau et breuvage)**

**Un don sera remis à l'organisme comme l'an dernier.**

**Vous pouvez vous procurer votre billet à l'administration dès maintenant !**

## Encore une fois, une belle Fête de la rentrée 2014

Près de 300 personnes se sont donné rendez-vous à l'occasion de la fête de la rentrée.

Merci aux généreux commanditaires qui ont permis de remettre des prix de de présence:

**Caisse Desjardins de LaSalle,**  
**Galerie d'Art Béland, Centre Henri-Lemieux**  
**IGA Beck.**



**Bravo à toute l'équipe !.**

## Merci au comité organisateur

Le succès de la soirée de reconnaissance des bénévoles du 5 juin dernier est le fruit du travail d'un comité organisateur.

Pierre Gosselin, Louise Dussault, Lisette Laverdière, Rollande Du-beault et Diane Maheu se sont dé-

voués pour que l'occasion soit à hauteur des attentes et digne de l'engagement des bénévoles du Centre du Vieux Moulin de LaSalle.

Bravo pour votre travail et votre implication. Sans vous, la soirée n'aurait pas eu autant d'éclat !



## Bénévole du mois

**Louise Dussault** : C'est de la belle région de l'Outaouais qu'est originaire la bénévole de septembre.

Louise est la cadette d'une famille de trois enfants dont le père était dans le commerce de la viande. D'abord à Hull, puis à Low, elle a passé toute sa jeunesse dans la région frontalière de la capitale canadienne.

Après son cours primaire en français, elle a dû faire son cours secondaire en anglais car il n'y avait pas d'école francophone à ce niveau. Disons que cela l'a aidée à développer sa ... combativité !?

Après l'école, elle décrocha un premier emploi à la Banque du Canada

à Ottawa. Au bout d'un an, Louise décida de retourner étudier et fit pendant deux ans son cours de secrétariat, toujours à Ottawa.

De retour sur le marché du travail, elle occupa des postes de secrétaire au sein de compagnies de finances.

Au début des années 60, après s'être mariée, elle s'établit avec sa famille à LaSalle. Tout en élevant ses trois enfants, elle effectuait des petits travaux rémunérés à la maison. Lorsque ses enfants furent plus grands, elle trouva un emploi de secrétaire auprès de la CIBC. Elle y restera près de 18 ans.

C'est alors qu'elle décida d'ouvrir sa propre garderie. Pendant 18 ans, elle accueillit des petits chez

elle. Ces derniers continuent de venir la voir tous les étés et lui font des demandes spéciales pour de bons petits plats !

Bénévole au centre depuis mars 2011, elle n'en est pas à ses premières armes en la matière. Tout au long des études de ses enfants, elle s'est impliquée à l'école, chez les scouts et à l'église Notre-Dame-du-Sacré-Cœur.

Louise est une femme entière qui s'implique à fond, prenant à cœur les tâches qu'on lui confie, que ce soit comme baladeuse à la popote roulante ou membre du comité organisateur de la soirée des bénévoles. Merci et nous espérons que vous resterez longtemps avec nous !

## Soirée de reconnaissance des bénévoles

Le 5 juin dernier, tous les bénévoles étaient convoqués à une soirée de reconnaissance pour les remercier de leur engagement tout au long de l'année.

La salle du conseil de l'Hôtel de Ville de l'arrondissement LaSalle a donc accueilli 85 personnes venues déguster un succulent repas préparé par le traiteur Bec-Fin de la rue Lafleur.

La partie musicale a été assurée par Carl Gauthier qui a animé cet événement de main de maître. Les participants en ont profité pour danser à leur goût et s'en donner à



cœur joie.

La réalisation de cette soirée est rendue possible grâce à la collabo-

ration du conseil d'administration et de la direction du Centre du Vieux Moulin de LaSalle ainsi que du comité organisateur composé de bénévoles actifs du centre. Les membres du comité se chargent de l'achat du vin et des cadeaux, de la confection des centres de table et de la décoration de la salle de même que de l'accueil des convives. Un petit assortiment de chocolats a été remis à chaque bénévole présent.

Nous espérons que tous ont été contents de leur soirée et qu'ils seront encore plus nombreux l'an prochain !



## Les rencontres d'information et d'échange sur la santé auditive chez les aînés

En collaboration avec la Table de concertation des aînés, le Carrefour d'information pour aînés vous invite à la prochaine rencontre d'information et d'échanges qui portera sur la santé auditive chez les aînés. L'Association des Devenus Sourds et des Malentendants du Québec (ADSMQ) a pour mandat de sensibiliser les aînés à améliorer leur qualité de vie et leur faire connaître les services offerts pour les personnes aux prises avec des problèmes d'audition. Généralement, une personne avec une déficience auditive met 10 ans avant d'en être réellement consciente et de décider de consulter un spécialiste. De plus, 1 aîné sur 3 souffre de problèmes d'audition. Michel Nadeau, agent de développement pour l'ADSMQ, accompagné d'une audiologiste du CSSS LaSalle présentera les différentes stratégies de communication, les moyens pour améliorer l'ouïe, les services couverts par la RAMQ et les outils disponibles pour améliorer les conditions de vie des personnes malentendantes comme les téléphones amplifiés.

**Vendredi le 17 octobre 2014  
à 10h00**



Inscription obligatoire car les places sont limitées au bureau 210 ou au (514) 364-1541

## Des Ateliers d'écriture pour tous les goûts



Si vous aimez écrire et que vous aimeriez acquérir de nouvelles techniques ou avez besoin de motivation pour vous y mettre, les **ateliers d'écriture créatrice** vous aideront à développer ce talent qui ne demande qu'à s'épanouir. Il s'agit de rencontre de groupe, le lundi après-midi à toutes les semaines où différents exercices vous seront proposés pour vous permettre d'explorer de nouvelles avenues de

Atelier " **Les pages de ma vie**" Vous aimeriez faire une introspection personnelle et écrire votre autobiographie, ou laisser des souvenirs à votre descendance? Ces 15 rencontres annuellement, les jeudis en après-midi sont un voyage dans le temps qui vous permettra d'ouvrir les portes du passé. L'autobiographie n'a plus à être réservée aux gens riches et célèbres! Vos souvenirs feront partie intégrale de votre patrimoine. L'exercice en groupe est



## Besoin de références professionnelles à domicile ?

Nous avons une banque de ressources fiables, accessibles et reconnues par l'organisation en conformité avec la politique de vérification des antécédents.

Voici la liste des ressources actuellement disponibles pour vous: Agent d'immeuble, rénovation & décoration, soin des pieds, accompagnement pour les courses, homme à tout faire, lecture pour non-voyant, paysagiste, dame de compagnie, répit pour aidant naturel et entretien ménager. Contactez-nous!

## Atelier gratuit “ à la découverte de la danse”



Montréal 

À partir du mois d'octobre, les vendredis de 10h à 12h aux deux semaines, environ, si vous êtes membres et/ou bénévoles au sein de l'organisme, vous pouvez participer à des ateliers de discussion sur la danse contemporaine. Il y aura des rencontres avec des créateurs, des interprètes, des intervenants et vous aurez accès à différents spectacles gratuitement, ce qui promet une saison passionnante. Les places sont limitées, vous devez vous inscrire à l'avance et vous pouvez le faire par téléphone. **C'EST UNE OPPORTUNITÉ EXTRAORDINAIRE** qui s'offre à vous!

## PERTE DE MÉMOIRE, LE SAVIEZ-VOUS ?

### L'âge n'est pas responsable de tous les petits oublis!

Votre attention et votre mémoire peuvent être affectées par plusieurs éléments comme : le stress, l'alimentation, l'isolement l'inactivité. Les recherches ont prouvé qu'il est possible de garder sa mémoire et sa concentration en bonne forme... même à un âge avancé.

**Comment faire?** C'est bien simple...Inscrivez-vous aux ateliers « **Musclez vos méninges** » débutant le 16 septembre prochain pour tout savoir sur les capacités intellectuelles... ou presque!  
10 ateliers donnés les mardis matin pour la modique somme de 40\$ .

Au plaisir de vous y voir! **Marie Josée Auger**, coordonnatrice du soutien communautaire

## 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 Edouard, angle 4<sup>e</sup> Avenue  
bureau 210  
LaSalle, Qc H8P 1T3  
Téléphone : 514-364-1541  
Télécopieur : 514-364-8565  
Site web : [www.cvmilasalle.org](http://www.cvmilasalle.org)  
[reception@cvmilasalle.org](mailto:reception@cvmilasalle.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 respectueuses 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  
France Robert  
Pauline Côté

### 2 septembre :

Gilles Dubois  
Rachel Grenier  
Jeanne Duperron

### 3 septembre :

Denise Ste-Marie  
Michèle Mathieu

### 4 septembre :

Claire Noël  
Bernard Gaudet

### 5 septembre :

Marcelle Dagenais  
Claudette Poissant

### 6 septembre :

Lisette Laverdière  
Fernande Laroche  
Jeannette Montpetit  
Nicole Bourdeau

### 7 septembre :

Nicole Doucet  
Diane Fontaine

Roger Desgroseillers, *resp.*  
*fléchettes*

### 8 septembre :

Louise Martin  
Paule Provost  
Johanne Duclos

### 9 septembre :

Gertrude Carier  
Thérèse Murphy

### 10 septembre :

Maryse Choquette  
Suzanne Prince  
Raymond Manneh  
Marie Bergevin

### 12 septembre :

Fernand Pilote  
Shirley Beauchemin

### 13 septembre :

Yolande Labrecque

### 14 septembre :

Simone Di Biase  
Nicole Gauthier  
Cécile Petitclerc  
Marianne St-Pierre-Arcand  
Pierrette Morvan

### 15 septembre :

Esther Grosvenor

### 16 septembre :

Omar Benmahjoub

### 18 septembre :

Gérald Dessureault  
Gustave Hubert  
Hélène Schneider, *prof tricot*  
*à l'aiguille*

### 19 septembre :

Denise M. Dubois  
Merley Cumberbatch  
Lucille Roy  
Denise Leduc

### 20 septembre :

Lorna Edwards  
Carole Bouffard, *aide cuisinière*

### 21 septembre :

Maurice Ste-Marie  
Denise Lantin

### 22 septembre :

Robert Galvin  
Denise Walker

### 23 septembre :

Paul Montpetit

### 24 septembre :

Carole Bouchard  
Daniel Thériault, *prés. c.a.*

### 26 septembre :

Jean-Guy Magnan  
Diane Ricard

### 27 septembre :

Jean Laurendeau

### 28 septembre :

Dolly Ramkellawan

### 29 septembre :

Louissette Fleury  
Rollande Lapointe  
Louise Therrien

### 30 septembre :

Irène Cartier  
Lorraine Bussièrès  
Shirley Edwards  
Denise Labrecque  
Isabelle Bessette  
Fiore Fonda, *prof petits points, broderie norvégienne, broderie blanche*

## Le grain de sel des membres

### Recommence...



**Si** tu es las et que la route te paraît longue

Si tu t'aperçois que tu t'es trompé de chemin  
Ne te laisse pas couler au fil des jours et du temps  
Recommence...

**Si** la vie te semble trop absurde

Si tu es déçu par trop de choses et trop de gens  
Ne cherche pas à comprendre pourquoi  
Recommence...

**Si** tu as essayé d'aimer et d'être utile

Si tu as connu ta pauvreté et tes limites  
Ne laisse pas là une tâche à

moitié faite  
Recommence...

**Si** les autres te regardent avec reproche  
S'ils sont déçus par toi, irrités  
Ne te révolte pas, ne leur demande rien

Recommence...

**Car** l'arbre rebourgeonne en oubliant l'hiver  
Car le rameau fleurit sans demander pourquoi  
Car l'oiseau fait son nid sans songer à l'automne  
Car la vie est espoir et recommencement.

*Auteur non connu*

# Babillard

## Nouvelles tables dans les locaux du 2e étage

IL Y A DE NOUVELLES TABLES PLUS LÉGÈRES DANS LA MAJORITÉ DES LOCAUX DU 2E ÉTAGE, SAUF CELUI DE LA SCULPTURE SUR BOIS POUR DES RAISONS TECHNIQUES. DE PLUS, NOUS NOUS SOMMES ASSURÉS DE METTRE LE NOMBRE SUFFISANT DE CHAISES RIGIDES DANS CHACUN DES LOCAUX AFIN D'ÉVITER LEUR DÉPLACEMENT CONTINUËLLEMENT. NOUS SOUHAITERIONS AUSSI QUE LES GENS CESSENT DE DÉPLACER LES CHAISES INSTALLÉES DANS LE CORRIDOR À DES POINTS STRATÉGIQUES. . POUR DÉPLACER LES TABLES ET LES CHAISES, VOUS DEVEZ LES SOULEVER OBLIGATOIREMENT POUR ÉVITER LES BRIS. **NOUS COMPTONS SUR VOTRE COLLABORATION POUR QUE TOUT LE MATÉRIEL PUISSE DEMEURER EN BON ÉTAT LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE. MERCI À L'AVANCE!**

## Tirage d'œuvres d'art au bénéfice du centre

FÉLICITATIONS AUX GAGNANTES ET TOUTE NOTRE RECONNAISSANCE ET NOS REMERCIEMENTS AUX ARTISTES DONATEURS : GROUPES DE BRODERIE NORVÉGIENNE DE FIORE FONDA, SYLVIE GÉLINEAU, JACQUELINE GAGNON, GROUPE DE TRICOT D'HÉLÈNE SCHNEIDER, MARIE LEVAC  
CE TIRAGE NOUS A PERMIS D'AMASSER LA SOMME DE 1381,75\$ POUR LES ACTIVITÉS ET SERVICES 2014-2015 DU CENTRE DU VIEUX MOULIN DE LA SALLE

## Bulletin Board

### Café des Aînés

The Café des Aînés is open for business from Monday to Friday from 7:30AM until 3PM. Breakfast is served until 10:00AM. Lunch is served from 12PM till 1:30PM. The cost of each article is shown on the blackboards posted on the dining room cupboard doors. 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 come back, he or she will have to get a membership card.

### NEW TABLES IN THE CLASSROOMS

You will have noted that most of the classrooms are now equipped with newer, lighter tables. We have also placed the required number of chairs in each class according to its different uses, so as to prevent the shifting of chairs from one room to the other. We would wish as well that the users did not bring the chairs which are in the hallway into the classrooms. These chairs are there to accommodate persons waiting to meet someone.

If you need to move a table, remember to lift it so as not to break the legs. NEVER sit on a table.

**We are counting on all the members to be careful with the equipment. It is to everyone's benefit.**

Thank you and good semester !

The Management

La campagne annuelle de financement de Centraide du Grand Montréal débute sous peu. Comme vous le savez, Centraide est un des partenaires financier 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 !



Centraide est un des partenaires financier 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 !

### Activité de partage Half n' Half

Gagnants d'avril  
Winners for April

4 : Murielle Horan, 88,25\$  
11 : Micheline Léger, 98,25\$  
18 : Gisèle Séguin, 88,50\$

**Félicitations aux gagnants !  
Congrats to the winners !**

Les billets sont vendus dans les classes par la réceptionniste

Tickets are sold in the classrooms by the receptionist.

**Bonne chance ! Good Luck !**

# Retour sur le Festival de Théâtre et des Arts 2014



Lors du Festival de théâtre et des Arts 2014, 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 vos passions aux autres... 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 l'accompagnatrice au piano qui ont offert un spectacle magnifique cette année. Le public a été très éloquent et impressionné de la performance lors de leur sortie.



Un autre merci mérité aux membres de la troupe de théâtre et au metteur en scène, Marc Tremblay, qui se sont dépassés avec la pièce *Mambo italiano*. Un rendez-vous de théâtre remarquable et une belle performance des comédiens. Le public s'exprimait très positivement à la sortie! « la meilleure pièce ». Un beau succès sur toute la ligne.



Merci aux réalisateurs de courts métrages présents lors de l'après-midi cinéma. 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 travail d'équipe!

## Le coin des gourmands

### Pouding aux bleuets

2 t. de bleuets (frais de préférence)  
1t. de sucre (ou au goût)  
1 pincée de sel  
2 œufs  
Lait

1 t. de farine tout usage (ou de blé entier)  
2 c. à thé de poudre à pâte  
1/3 t. de beurre fondu  
1 c. à thé d'essence de vanille

Mettre les bleuets dans un plat de pyrex (10 X 10) et saupoudrer de sucre. Dans un bol, mélanger la farine, le sucre, le sel et la poudre à pâte. Dans une tasse à mesurer, mettre le beurre, les œufs, la vanille et assez de lait pour compléter la tasse. Fouetter légèrement. Incorporer le contenu de la tasse au mélange sec avec une cuillère de bois et verser sur les bleuets. Cuire à 350°-375°F (dépendant de votre four) environ 55 minutes.

SOURCE : RECETTES DU QUÉBEC

## Nos pensées vous accompagnent!

**Marie-Anna Bourbonnais** : Participante au cours PIED, elle s'est éteinte le 4 avril à l'âge de 84 ans.

**Thérèse Dauphin** : Son frère François est décédé le 16 avril

**Pauline Dupont-Ranger** : Ancienne participante des Loisirs du mardi, elle est morte le 11 avril à l'âge de 82 ans.

**Donat Lavoie** : Professeur du cours PIED, il a perdu son grand-père le 6 mai. Ce dernier était âgé de 100 ans.

**Carole Bouffard** : Assistante-cuisinière au Café des aînés, elle a eu la douleur de perdre son père âgé de 83 ans le 15 mai.

**Alex Polevoy** : Participant du cours PIED et client de la popote roulante, il a perdu la vie accidentelle-

ment le 4 juillet à l'âge de 85 ans. Il laisse dans le deuil son épouse, **Louise**.

**Diane Maheu** : Bénévole de la popote roulante, elle a perdu sa sœur âgée de 65 ans le 6 juillet.

**Roy Desaulniers** : Bénévole responsable de la Ligue de l'amitié et chauffeur de la popote roulante, a perdu sa mère le 14 juillet. Elle était âgée de 103 ans. La défunte était la belle-mère de **Ghislaine Hamel**.

**Nicole Pilon** : Participante de longue date des ateliers de tricot, elle est décédée le 5 août à l'âge de 72 ans. Elle laisse dans le deuil ses deux sœurs **Suzanne O'Neill** et **Micheline Chaurest**.

**Gisèle Séguin** : Son petit-fils est décédé accidentellement au début d'août. Il était âgé de 23 ans.

## Vous vivez un deuil? un soutien gratuit pour vous !

Si vous avez perdu un être cher et que vous vous sentez démuni et malheureux face à cette perte, le mieux est de ne pas rester seul(e). Se joindre à un groupe de soutien sur le deuil vous permettrait d'y trouver écoute, empathie, réconfort et d'acquérir la connaissance des étapes nécessaires vers la résolution de votre deuil. L'animatrice se base sur la philosophie d'intervention du regretté Jean Monbourquette. La formule de groupe propose 12 semaines d'ateliers à raison de 2 heures par rencontre, les mercredis matins de 9h30 à 11h30. Les inscriptions pour le groupe sont gratuites. Seulement la carte de membre de l'organisme, au coût de 10 \$ est obligatoire et payable à l'inscription.



## L'équipe de l'Express

**Responsable** : Mireille Rouleau

**Collaboratrices régulières** : Hélène Lapière, Émilie Laplante et Marie-Josée Auger

**Impression** : France Forest

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

On peut obtenir une copie papier au centre ou consulter la version électronique sur le site web: [www.cvmlasalle.org](http://www.cvmlasalle.org)



**Centre du Vieux Moulin de LaSalle**

**Administration**

De 8h30 à 17h  
Du lundi au vendredi

**Café des aînés**

De 7h30 à 15h  
Du lundi au vendredi

**Siège social de l'organisme** :  
7644 rue Édouard, (angle 4e ave)  
bureau 210,  
LaSalle (Québec) H8P 1T3

