



CENTRE DU
VIEUX
MOULIN DE
LASALLE

L'Express

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

SOMMAIRE :

Services d'entraide divers	2
Bénévolat	3
Services à domicile	3
Festival de Théâtre et des Arts	4
Assemblée générale	4
Cours/ateliers/activités	5
Soutien communautaire	6
Retraites	7
Ateliers d'écriture	8
Carrefour	9
Anniversaires	9-11
Babillard /Bulletin Board	12
Café des aînés	13
Le coin des gourmands	13
Décès	14
Annonces	14

Mot de la direction

Bonjour à tous!

En ce mois d'avril, place à la culture avec le Festival de Théâtre et des Arts « Une histoire d'amour » (voir page 4) qui propose: théâtre, exposition, cinéma et chorale. La programmation papier complète est disponible au bureau 210.

À l'occasion de l'exposition « Au cœur des artistes », nous souhaitons grandement, la participation des membres des cours et ateliers afin de mettre en lumière leurs créations de la saison. La beauté de cet événement vient, sans aucun doute, de vos réalisations. La plage horaire de l'exposition sera plus courte en soirée.

Les professeurs vont vous demander de donner un peu de votre temps pour la garde des locaux. Votre implication est importante pour assurer la sécurité des créations et par-

tager votre passion pour la discipline. Le succès de cet événement repose sur la participation de tous et chacun. Je vous dis un gros merci à l'avance.

L'exposition « Le bénévolat des aînés, un plus pour tous » de la Table de concertation des aînés de LaSalle sera également présente lors du Festival.

En mai, il y aura votre Assemblée générale annuelle précédée d'un dîner communautaire ainsi que la session printemps-été des cours et ateliers.

L'Assemblée générale annuelle (voir page 4) est un rendez-vous important pour les membres d'un organisme communautaire comme le nôtre.

Lorsque les gens s'intéressent à la vie associative, ils réalisent tout le travail accompli, renforcent bien souvent leur sentiment d'appartenance, redé-

couvrent les activités et les services ainsi que l'apport important du bénévolat pour le bien-être des aînés.

Cette année, il y aura présentation du plan triennal 2015-2018, accomplissement d'un processus de révision stratégique réalisé au cours de l'année.

Souhaitons que nous puissions compter sur la présence d'autant de personnes que l'an dernier à cette assemblée.

Un milieu de vie communautaire qui désire avoir une vision commune avec chacun des acteurs doit pouvoir compter sur l'implication de tous!



*Hélène Lapierre,
directrice générale*

AVIS DE CONVOCATION

Assemblée générale annuelle des membres

Mardi le 26 mai 2015 à 13h30

Théâtre du Grand Sault.



Banque de référence pour vous

Nous sommes à la recherche de nouvelles **références professionnelles** pour différents services comme: **entretien ménager, informatique, déneigement, dame de compagnie**

Présentement la banque de données pour les **références professionnelles** aux membres est disponible en tout temps. Toutes les personnes que nous vous référons ont été rencontrées et ont fait l'objet d'une recherche d'antécédents judiciaires. Nous pouvons vous proposer les services suivants:

- Homme à tout faire
- Dame de compagnie
- Soins des pieds
- Déménagement



Si vous êtes intéressés et que vous souhaitez plus d'informations, vous pouvez me contacter : **Émilie au 514.364.1541.**



Rencontre d'information et d'échange Stratégie pour déborder d'énergie

Vos habitudes alimentaires sont-elles responsables de votre manque d'énergie ?

La Fondation des maladies du cœur du Québec vous offre une rencontre d'information et d'échange sur les différentes stratégies pour déborder d'énergie. L'objectif de la rencontre est de vous informer sur les méthodes reliées à l'alimentation pour éviter les pannes d'énergie et de fatigue lors d'une journée mouvementée. De plus, vous aurez l'occasion d'apprendre de nouvelles idées de repas et de collations simples et nutritives.

Mardi 14 avril à 10h00

Inscription obligatoire au bureau 210 ou par téléphone au 514-364-1541

Rencontre d'information: Aînés-Avisés

La rencontre d'information et d'échange vous sensibilisera au sujet des différents types d'abus et de fraude que rencontrent les aînés. Par le biais de cette séance, un policier et un bénévole de la FADOQ viendront vous rencontrer pour répondre à vos questions et vous référer vers des ressources appropriées. Lors de la rencontre, vous aurez l'occasion de prendre connaissance des ressources pour vous guider si vous pensez ou vous êtes témoin d'une situation d'abus et de fraude.

Vendredi le 10 avril à 10h00

Inscription obligatoire au bureau 210 ou par téléphone au 514-364-1541



Semaine de l'action bénévole



La semaine de l'action bénévole permet de souligner l'importance de l'apport des bénévoles dans notre société.

« Un geste bénévole, c'est une pierre qu'on lance à l'eau et dont les effets ont un impact direct et prolongé. Tout comme la pierre crée des vaguelettes,

de Bénévoles Canada)

« Le bénévole, en faisant le choix libre et volontaire d'aider autrui par un geste gratuit, de donner généreusement de son temps, de ses compétences et de son énergie, ainsi qu'en participant activement dans sa communauté, génère des impacts très positifs tant pour lui-même que pour l'ensemble de

la collectivité. Ces gestes singuliers permettent de favoriser le développement personnel et le rayonnement collectif, tout en contribuant à l'émergence d'une conscience sociale pour la prise en charge du milieu par le milieu. » (Site web de la Fédération des Centres d'action bénévole du Québec)

« Le meilleur moyen de se trouver est de se perdre au service des autres. »

Mahatma Gandhi

Mireille Rouleau

benevolat@cvmlasalle.org

Bénévole du mois

Donald Fréchette : Seul garçon d'une famille de trois enfants, Donald a fait ses études primaires ici à l'école Notre-Dame-du-Sacré-Cœur. Après avoir complété son secondaire à Cavelier de LaSalle et fait un Secondaire V à l'école Richard de Verdun, il entreprit un DEC en génie civil au CEGEP du Vieux-Montréal.

À la fin de ses études, Donald décrocha un poste dans un bureau d'ingénieurs-conseils. Il y restera un an. Il partit ensuite au chantier hydro-électrique de la Baie James où il travaillera deux ans à l'arpentage.

L'environnement étant plutôt déprimant, il revint à la maison.

Ne trouvant pas de débouché dans son domaine, il postula au Canadien National où on l'embaucha comme journalier. Il fut ensuite affecté à un travail de bureau. Lorsqu'il prit sa retraite en 2010, il travaillait au service de la paie de cette entreprise.

Une fois à la retraite, il suivit l'exemple de ses parents et vint offrir ses services à la popote roulante comme chauffeur. En effet, ses deux parents ont été chauffeurs et baladeurs à la popote rou-

lante du Vieux Moulin dès les tout débuts.

Donald occupe aussi son temps en faisant des petits voyages avec sa conjointe, Anna-Marie. Il est un adepte du bricolage et a même suivi un cours d'ébénisterie pour parfaire ses connaissances.

Nous apprécions grandement sa fidélité et de sa constance à la popote roulante. Un organisme a besoin de gens stables comme lui pour pouvoir continuer à venir en aide aux aînés de LaSalle de façon régulière.

Merci Donald !

De la visite rare à la popote roulante !



Le lundi 16 mars dernier, nous avons reçu la visite de l'animateur Denis Gagné de l'émission « L'Épicerie », présentée à Radio-Canada les mercredis à 19h30. Cette visite s'inscrivait dans le cadre des activités soulignant la semaine des popotes roulantes.

Le regroupement P.R.A.S.A.B. s'était occupé de contacter des personnalités médiatiques afin de promouvoir les popotes roulantes et

les bénévoles qui les font marcher.

Denis Gagné s'est donc prêté à l'exercice en aidant à la mise en plat puis en livrant la popote avec Michel Dulude, un chauffeur bénévole. Monsieur Gagné affirme avoir beaucoup aimé son expérience et l'avoir trouvée touchante. Tous les gens qui l'ont côtoyé ont été charmés par sa simplicité et sa gentillesse.



Festival de Théâtre et des Arts 2015



Troupe de théâtre du Vieux Moulin

« Les noces de tôle »

Jeudi 23 avril 14h,

Samedi le 25 avril 19h30

Dimanche 26 avril 13h30

Billets : 12\$

« J'aime le Cinéma »

Vendredi 24 avril

13h30

Billets : 5\$



La Chorale du Vieux Moulin chante l'amour

Vendredi 24 avril 19h30

Samedi 25 avril à 13h30

Billets : 12\$



Exposition

« Au cœur des artistes »

Horaire

Jeudi 23 13h à 19h

Vendredi 24 11h à 19h

Samedi 25 11h à 19h

Dimanche 26 11h à 17h

Entrée gratuite

2e étage

Exposition

« Le bénévolat des aînés, un plus pour tous »

Présentée par la
Table de concertation
des aînés de LaSalle

23 avril : 13h à 19h

24 et 25 avril : 11h à 19h

26 avril : 11h à 17h

Accès gratuit

rez-de-chaussée

Avis de convocation

Assemblée générale annuelle

Mardi 26 mai à 13h30 au Théâtre du Grand-Sault

Votre présence à l'assemblée générale des membres est importante pour nous.

C'est une belle occasion de faire le bilan de l'année, d'élire les membres du Conseil d'administration et d'échanger entre vous.

Soyez nombreux afin que nous puissions atteindre le quorum.

Vous pouvez consulter l'ordre du jour sur les
babillards d'information

Formulaire de mise en candidature disponible

Lors de cette assemblée, quatre (4) postes au conseil d'administration seront en élection.

Pour ceux et celles qui désirent poser leur candidature, vous devez obligatoirement être membre en règle de l'organisme et demeurer sur le territoire de LaSalle, remplir le formulaire de candidature, adhérer à la mission de l'organisme, accepter les engagements des membres du Conseil d'administration du Centre du Vieux Moulin de LaSalle, avoir de l'expérience pertinente dans le communautaire et déposer votre formulaire de mise en candidature avant le vendredi 22 mai 17h.

L'inscription des cours et ateliers arrive!

Lors de la rencontre du Conseil d'administration du mois de mars 2015, il a été convenu à l'unanimité d'augmenter de 5\$ la tarification pour les cours et ateliers de l'automne 2015. La carte de membre demeure au même prix.

Inscriptions Automne 2015

Pour les personnes qui veulent prendre le(s) même(s) cours/atelier(s), le même jour, à la même heure : réinscription la semaine du 6 au 10 avril.

Pour les personnes qui veulent changer de cours/atelier(s) et les nouveaux membres résidant à LaSalle : la semaine du 13 au 17 avril. Pour tout le monde : à partir du lundi 20 avril jusqu'au vendredi 29 août. La programmation complète sera disponible à partir de la semaine du 13 avril.

Inscriptions Printemps/été 2015

La session printemps/été vous permet de poursuivre vos activités et de profiter de notre beau paysage extérieur du parc des Rapides.

L'horaire est en préparation. Jusqu'à maintenant, les cours suivants sont confirmés : **semaine intensive de croquis, yoya/lates en forme, tai chi et marche & étirement.**

Journée de bénévolat à Moisson Montréal

Suite à notre demande du mois dernier pour de l'aide de la part de bénévoles pour faire une journée aux locaux de Moisson Montréal le 12 mai prochain, votre réponse a largement dépassé nos attentes. En effet, 12 personnes ont donné leur nom. Si d'autres personnes désirent se joindre à ce contingent, n'hésitez pas. Plus nous serons, plus de plaisir nous aurons.

Je réitère les détails : Départ du centre vers 8h avec le Moulin Bus. Le dîner est fourni. Retour ici vers 16h. Il faut s'habiller relaxe, i.e. jeans et chandail, le tout lavable.

Les personnes sur la liste seront contactées avant le

12 mai pour donner les dernières directives.

Merci beaucoup de votre implication. Nous sommes en train de créer une tradition !



Fin & reprise des activités hebdomadaires

Quilles : Fin : dimanche le 3 mai.
Reprise : le 13 septembre à 9h30 à la salle de quilles « G Plus ». **Responsable** : Suzanne Boucher.

Sacs de sable : Fin : lundi le 13 avril. Reprise : le 31 août à 13h30. **Responsables** : Domenico Colasurdo et M-Yolanda Carbone.

Loisirs du mardi : Fin : le 12 mai
Reprise : 8 septembre à 13h. **Responsables** : Claudette Lacombe

Scrabble : Fin : mardi le 14 avril.
Reprise : le 8 septembre à 13h30. **Responsable** : Lise Sirois.

Ligue de l'amitié : jeudi à 13h.
Pause les 23 et 30 avril **Responsable et horaire d'été à venir.**

Fléchettes : Fin : le vendredi 17 avril. Reprise : le 11 septembre à 13h30. **Responsable** : Roger Desgroseilliers.

**MERCI À TOUS LES BÉNÉVOLES
RESPONSABLES
ET BON ÉTÉ À TOUS !**

Nouvelle coordonnatrice du soutien communautaire

Dès mon arrivée parmi vous, je me suis sentie comme chez moi. Chacun d'entre vous, membre, employés et bénévoles, m'a accueillie à bras ouverts. Je suis certaine que ce travail est fait pour moi et que je pourrai m'épanouir parmi vous. Les valeurs de l'organisme ainsi que tous les projets en place ont rejoint ma personnalité et mes passions.

J'ai hâte de vous rencontrer tous et de pouvoir partager une belle aventure avec vous.

Sandrine Lacroix-Faucher

Les membres du Conseil d'administration, la directrice générale et toute l'équipe lui souhaite la plus cordiale des bienvenues!



Les nouvelles du financement 2015-2016



Merci au Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec pour la subvention au travail de milieu dans les HLM dans le cadre de l'entente de soutien communautaire en logement social et au Ministère de la famille et Ministre responsable des aînés du Québec pour l'obtention d'une subvention 2015-2016 dans le cadre de notre initiative en travail de milieu auprès des aînés de l'ensemble du territoire de LaSalle.

Merci également à L'Association provinciale des centres communautaires pour aînés pour leur soutien dans ce dossier.

SERVICES DE TRANSPORT DU MOULIN BUS

Merci à l'arrondissement LaSalle et à la ville de Montréal ainsi qu'au Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale du Québec pour leur soutien financier jusqu'en mars 2016.

Ce financement permet la continuité des services de transport gratuit (socialisation ou à l'épicerie) du Moulin Bus auprès des aînés (es) plus isolés (es) du territoire de LaSalle dans le cadre de l'Entente administrative sur la gestion du fonds québécois d'initiatives sociales / Alliances pour la solidarité.

Merci à la Conférence Régionale des Élus de Montréal ainsi qu'au Ministère de la famille et des aînés du Québec pour leur soutien financier jusqu'en décembre 2015.

Ce financement permet à l'organisme de maintenir en place les services du Carrefour d'information pour aînés de LaSalle dans le cadre de l'Entente régionale pour l'amélioration des conditions de vie des aînés dans la région de Montréal.

Départ à la retraite de Louise Dubuc-Gellé



Louise Gellé est arrivée au sein de l'équipe du Centre du Vieux Moulin de LaSalle en septembre 1991. Elle quitte sa fonction de professeur après 23 ans de service continu pour une retraite bien méritée.

Elle enseignait la peinture, le dessin, l'aquarelle et l'initiation à l'art.

Ici plusieurs jours par semaine, nous avons eu la joie immense de la côtoyer souvent et d'apprécier sa présence et son talent. Louise est une belle personne et une artiste formidable. Elle était fort appréciée de l'ensemble des participants de ses groupes et

de l'équipe. Elle va certainement nous manquer à tous.

Vous aller peut-être la revoir dans des ateliers... Son passage parmi nous laisse de merveilleux souvenirs.

Le conseil d'administration, la directrice générale et toute l'équipe souhaitent la remercier chaleureusement pour ces belles années comme professeur d'art et sa belle implication au sein de l'organisme.

Nous lui souhaitons une belle retraite, à la hauteur de ses attentes. Que la santé puisse lui permettre d'en profiter et d'avoir du temps de qualité pour elle et ses projets futurs.

Départ à la retraite de France Forest

France Forest est arrivée au sein de l'équipe du Centre du Vieux Moulin de LaSalle en octobre 2002. Elle quitte sa fonction de secrétaire-réceptionniste après 13 ans de service continu pour une retraite bien méritée.

Elle laisse des traces fort positives de son passage parmi nous.

France est une personne ayant une patience d'ange et une habileté naturelle au service des gens, toujours bien présente à son travail et ayant développé de beaux liens avec tout le monde. Elle nous manquera, c'est certain. Vous allez peut-être la revoir dans des

ateliers !

Nous avons été privilégiés d'avoir bénéficié de sa présence et de ses belles qualités pendant toutes ces années.

Le conseil d'administration, la directrice générale et toute l'équipe souhaite la remercier de tout cœur pour ces belles années comme secrétaire-réceptionniste et pour sa belle implication au Centre du Vieux Moulin

Nous lui souhaitons une belle retraite pleine de créativité et du temps de qualité avec ses petits et grands enfants. Que la santé puisse lui permettre de profiter de la vie.



Atelier d'écriture créatrice

Un objet précieux

Je repose sur une tablette d'une boutique de souvenirs en Belgique. Je vois les touristes passer devant moi, me regarder en souriant, mais poursuivre leur exploration de la boutique à la recherche du souvenir à rapporter à la maison.

Je me suis habitué à côtoyer d'autres membres de ma famille d'objets. Mais, enfin, j'aurais le goût d'explorer le monde en me retrouvant dans le bagage d'un voyageur. Jusqu'où pourrais-je me retrouver ?

Je remarque une femme qui est déjà passée deux fois devant moi. Elle m'a pris dans ses mains pour me regarder de plus près. Son visage est avenant et souriant. Elle se décide et m'amène à la caisse. Je n'ai pas eu le temps de saluer le reste de ma famille que je me retrouve dans son sac.

Je descends à l'aéroport de Montréal. Ma nouvelle propriétaire, Claire, me dépose sur sa commode avec d'autres objets neufs.

Quelques jours plus tard, elle m'emballe et m'offre en cadeau à sa sœur Hélène. C'est une femme charmante d'une soixantaine d'années, à l'œil allumé. Elle éclate de joie en me voyant. Me tournant de tous les côtés, Hélène semble ravie que j'arrive dans sa vie.

Dès le lendemain, celle-ci me garde dans sa poche de manteau. Chaque fois qu'elle m'en sort, un sourire éclaire son visage. J'apprendrai ce qui la fait sourire le mois suivant : elle me dépose sur la table de cuisine et part chercher un album de bandes dessinées dans sa bibliothèque. Elle me compare aux images et s'en trouve satisfaite, d'autant plus qu'un détail disproportionné me distingue du modèle et me donne un air excentrique. Je crois comprendre qu'elle a pris beaucoup de plaisir à lire et relire cette bande dessinée et que je lui rappelle de bons souvenirs de son enfance.

Puis un jour, un appel téléphonique lui apprend une mauvaise nouvelle. Son visage est empreint de tristesse. Aussi, lorsqu'elle sort de la maison et me prend dans sa main, j'essaie de lui transmettre une bonne énergie, même si je suis un objet inanimé. Tout d'abord, elle me manipule distraitemment, puis elle me regarde de plus près et un début de sourire se dessine sur son visage.

J'ai beau être petit et inanimé, je crois que je suis un objet qui a une certaine valeur aux yeux et au cœur de celle qui m'a reçu en cadeau.

Texte : Hélène Garneau





Bonne fête à ...

1er avril :

Suzanne Charbonneau
Diane Dufresne
Françoise Corriveau
Yvon Lavoie
Paul Goupil
Thérèse B.Lemaire

2 avril :

Diane Gallant
Diane H. Conte
Marc Tremblay, *prof de théâtre*

3 avril :

Gisèle Montreuil
Henri-Paul Morin

4 avril :

Marcelle Brunet

5 avril :

Manon Dupont
Guillaume Chiasson
Andrée Themens
Ginette Turbide
Rebecca Zuniga
Marie-Josée Déziel
Alexandre Solon
Domenico Colasurdo, *resp. sacs de sable*

Louise Morin, *adm.c.a.*

6 avril :

Lise Letellier
Micheline Lauzière

7 avril :

Delcia Duguay
Claire Marcouiller

8 avril :

Ginette Robert
Yvon Bergeron

9 avril :

Nicole Marier
Suzanne Marleau

10 avril :

Ginette Beaudoin
Fatima Borges
Doris St-Pierre

11 avril :

Pierrette Forgues
Hélène Hamel
Bernice Moore
Pauline Fyfe
Maurice Poirier
Marcelle R.Presseau
Animatrice Ateliers d'écriture créatrice

12 avril :

Marie Louis
Micheline Marquaire
Mary-Ann Jottrand

13 avril :

J-Jacques Legault
Bernice Dove
Diane Letellier

14 avril :

Anna Thériault
Diane Therrien
Jacques Ranger
Simone Laramée

15 avril :

Soline Roy
Hamdi Youssef

16 avril :

Manon Bourbonnais
J-Michel Chagnon
Daniel Boucher

17 avril :

Françoise Boucher
Marielle Moreau
Yolande Martel
Ann Talarico

18 avril :

Marielle L.Caya

René N. Lavoie
Yolande Morin
Diane Patry

19 avril :

Violette Lanthier
Johanne Lalande

20 avril :

Jacqueline Li
Clovis Gauthier
Suzanne Ancel
Lise Thomas

21 avril :

Johanne Petit
Claudette Quesnel
Suzanne Lortie

22 avril :

Aldona Morkunas
Marie Racine

23 avril :

Aline Brossoit
Raymond Lamonde

24 avril :

Lise Jones
Lise Séguin
Lise Champagne
Suzanne Pigeon

25 avril :

Vicky Marashlian
Francine Guérin
Françoise Proulx
Joanne Blackburn
Éliane Laberge

26 avril :

Michèle Deschamps
Monique Émond
Diane Pitre
Manon Boano
Luz Maria Tejeda

27 avril :

Nicole Sangollo
Melina Di Cristo, *prof de peinture & dessin*

28 avril :

Madeleine Morin
Jean Goyette
Jacqueline Desforges

29 avril :

Lise Fortin
Huguette Rouillard

30 avril :

Christiane Marcil
Madeleine Robitaille
Jeannine Dixon



Rencontre d'information: Démystifier la vie en résidence

Hébergement conseil viendra vous rencontrer afin de vous éclairer au sujet des différents types d'hébergement en résidence pour aînés. Lors de la rencontre, vous aurez l'occasion de prendre connaissance des meilleures solutions pour des couples ou des retraités vivant seuls, qu'ils soient autonomes, semi autonomes ou encore nécessitant un soutien constant ou des soins spécialisés. L'objectif de la rencontre est de démystifier la vie en résidence et d'aborder des sujets tels que: la vie en résidence et les types d'habitation sur le marché selon les prix et les certifications et les critères d'évaluation.

Mardi le 5 mai à 10h00

Inscription obligatoire au bureau 210 ou par téléphone au 514-364-1541

Bonne fête à ...

1er mai :

Pierrette Boyer
Pierrette Beauvais
Lise Racette
Rawlin
Ramchatesingh

2 mai :

Gemma Kelly
Mireille Laliberté
Claude Ledoux

3 mai :

Denise Morand
Claudette Archambault
Jacqueline Légaré,
v-présidente du c.a.

4 mai :

Paul Doucet
J-Louis Larouche
Pierre Marier
Huguette Firmini
Josée Turenne

5 mai :

M-Yolanda Carbone
Françoise Vachon

Louiselle Lamarre
Thérèse Hébert

6 mai :

Lucille Damphousse
Roseline Dionne
Claire Brunet

8 mai :

Patricia Clinton
Gisèle Chartrand

9 mai :

Yolande Lemire
M-Amelia Silva
Ginette Grandchamp
Denyse Montreuil
Béatrice Torres

10 mai :

Louise Laperrière
Bela Oudit
Josephine Francis

11 mai :

Solange Raymond
Danielle Bergevin
Liliane Vallée

12 mai :

Jean O. Lavallée
Lise Cody
Monique Viau

13 mai :

Nicole Duplantie
Marielle Villemaire

14 mai :

Henriette Desrivières
Francine Landry
Nicole Burnham

15 mai :

Claudette Legault
Jeannine Gougeon
Lucie Blais
Rolande Émery

18 mai :

Nicole Ménard

19 mai :

Louise Séguin
Gisèle Gagné
Ewa Cholewinska

20 mai :

Lucette Loiseau
Lise Levasseur

21 mai :

Rita P. Yeon
Lise Lapierre
Marguerite Martin

23 mai :

Diane Blain
Lise Comtois

24 mai :

Claude Holdrinet
Françoise Carbonneau
Louisette Veillette

25 mai :

Ulric Marcotte
Pierre Duchastel
Suzanne Messier

26 mai :

Thérèse Pilon
Philippa Fournillier
Jocelyne Chartré
Florence Séguin

27 mai :

Lise Mitchell
Odette Guyon
Ben Waring

28 mai :

Monique Leduc
Claudette M. Roy
Olga Innocenti
Francine Sigouin
Lise Sirois, *resp. Scrabble*

29 mai :

Lyse Bouchard

30 mai :

Lise Roy
Armand Kelly
Clémence Théorêt
Francine Tremblay,
prof. Tonus & Stretching et Aérobie

31 mai :

Mireille Brien
Serge Lalande
Émilie Laplante,
Coord. dév. social

**1er juin :**

Carole Danis

2 juin :

Réal Lefebvre
Mario Boulet
Madeleine Fleurent

3 juin :

Geneviève Leroux
André Doucet
Pierre Simard
Magdeleine Robillard

4 juin :

Jacques Paquette
Mathilda Molyneux
Antoinette Faubert

5 juin :

Yves Boudriau
Lise Morin
Maurice Fournier
Nicole Moreau
Albert Arsenaault
Vincenza P. Lavina

6 juin :

Nicole Bergeron

7 juin :

Nicole Péladeau

8 juin :

Carole Poirier
Lise Dubuc
Françoise Séguin
Serge Lafrance

9 juin :

Micheline Leblanc

10 juin :

Hélène Choquette
Huguette T. Poitras

11 juin :

Denis Lussier

12 juin :

Denise Gagné
Andrée Létourneau
Michelle Gauthier
Claudette Lacombe,
resp. des Loisirs du mardi

13 juin :

Micheline Roy
Claire Deschamps

Denise Valade
Louisette Charrier
Suzanne Ouellette,
chauffeuse du MoulinBus

14 juin :

Nicole Ladouceur
Louise Bayard

15 juin :

Claude Borduas
Bernadette Fortin
Irène Shink
Anne-Marie Trottier

16 juin :

Marcelle Carrière
Michel Dulude, *adm. c.a.*

17 juin :

Arlène Philippe

18 juin :

Diane Presseault
Cecilia Cyrus

19 juin :

Lise Thiffault

Huguette Clément
Nancy Sweeney

20 juin :

Jacqueline Théorêt

21 juin :

Roxanne Labrosse
Lorraine Pilon
France Archambault
Lucette Cyr

22 juin :

Jocelyne V. Bourque
Nicole Millaire
Mathieu Fleurent

23 juin :

Jeannine Amyot
Pauline Brault
Liliane Ouimet
Claudine L'Écuyer

24 juin :

Claudette Lapointe

25 juin :

Micheline Choma
Andrée Groulx

Fernande Larivière
Émilie Martinet

26 juin :

Madeleine Frappier
Danielle Gauthier

27 juin :

Ida Ryan
Pierre Sanssoucy,
prof de sculpture

28 juin :

Germain Graveline
Claudette Asselin
Claude Duchesnay
Atala Gratton
Nicole Wragg

29 juin :

Monique St-Germain
Ginette Leduc
Bernard Jelen
Adélaide Hubert

30 juin :

Charlotte Lemonnier

Bonne fête à ...

1er juillet :

Micheline Bigras

2 juillet :

Pierrette Gauthier
Raymond Dagenais
Louise Laperrière

3 juillet :

Nicole Dufort
Yolande Turbide
Hélène Paul

4 juillet :

Albert Plante
Anna Arias

5 juillet :

Danielle Wolfe
Louise Gemme
Jeannette Amos
Denise Conway

6 juillet :

Réjeanne Jardin
Liliane Robillard
Nicole Grenier
Danielle Roby

7 juillet :

Lise Dupont

8 juillet :

Fernanda Carvalho
Lise Goyer
Réal Chèvrefils
Denise Besner

9 juillet :

Nicole Verdon

10 juillet :

Pauline Essiambre
Raymond Dionne

11 juillet :

Maurice Fréchette
Johanne Mongeau
Lydia Lalonde
Marcelle Simard, *adm. c.a.*

12 juillet :

Claudette Perreault
Diane Millette
Diane Brunette

13 juillet :

Denise Cartier

Kathleen Duhamel

14 juillet :

Nicole Lacroix
Suzanne Pinsonneault

15 juillet :

Florence V. Lambert
Pierre Gauthier
Lucille Pelland

16 juillet :

Céline St-Onge
Gizèle Gauthier
Joyce Daynes
Jocelyne Philie

17 juillet :

Gisèle Caron
Pierrette Paquette
Liliane Giroux
Marcel Riendeau

18 juillet :

Marcel Marquette

19 juillet :

Lorraine Ste-Marie
Cécile Narbonne
Suzanne Goyette
Francine Daoust

20 juillet :

Suzanne Montpetit

21 juillet :

Réjeanne Marcotte

22 juillet :

Michel Lajeunesse
Lorraine Moineau
Cécile Besner
Michael Beluse

23 juillet :

Diane Brosseau
Liliane Gagné
Martine Barrette
Nicole Plante
Denyse Constantneau
Lise Flageole
Michel Shank
Gilles Leduc
Denise Lamoureux

24 juillet :

Huguette P. Mitchell
Nicole Boucher
Jacqueline Gagnon

25 juillet :

Thérèse Roy-Proulx
Claudette Laforest

26 juillet :

Thérèse Mancuso
Doreen O'Brien

27 juillet :

Claire Schetagne
Hélène Pigeon
Michel Viau
Micheline Strasbourg
Pauline Veilleux

28 juillet :

Fernand Morrisette
Sharon Usyk

29 juillet :

Thérèse Bernier
Donat Essiambre
Ginette Briganti
Diane Meloche
Luisa Mercury

30 juillet :

Lise Gougeon

31 juillet :

Gilberte Bachand
Paul J. Coliton
Denise Pigeon
Gilbert Martin

1er août:

Nicole Asselin
Huguette Larose
M-Ange Vinet

2 août:

Thérèse Thorne
A-Marie Montpetit
Lucille B. Larivière
Claudette Mallette
Roger Duperron

3 août:

Claire Franche
Maude Deschênes
Louise D'Amour

4 août:

Bérangère St-Onge

5 août:

Cécile Gauthier
Ginette Demers
Gurdene Reid
Denise Dupuy

6 août:

M-Joseph Lemieux
Manon Hélie
Gisèle Therriault

7 août:

André Grenier
Michelle Alain
Estelle Martel

8 août:

Gérard Sareault
Denise Gérard
Rolande Dubeault
Donald Prince
J-Paul Toupin

9 août:

Louise Plante
Yves Blain
Odette P. Fichaud
Solange Miller
André Robert
Jeanne D. Lecompte

10 août:

Monique Lorrain
Denis Vallières
Noëlla Leboeuf
Lise Constantn

11 août:

Lise Hébert
Lucette Bergeron

Michelle Barthell
Thérèse Julien

12 août:

Rolande Cadieux
Cécile Éthier-Simard
Heïdi Lapointe
Pierrette Poulin

13 août:

Pierre Goyette

14 août:

Placide Leduc
Paula Hamel

16 août:

Hélène Charlebois
Annette Robillard

17 août:

Monique Leroux
Lise Robert
Maurice Bentkowski
Monique Héroux

18 août:

Monique Gosselin
Francine Belisle
Danielle Godin

19 août:

Marjolaine J. Beauchamp

20 août:

Denise Allen
Jeannine Lussier
Anne Redmond

21 août:

Colette Deschamps
Gisèle Le Bel
Johanne Lauzon,
prof de peinture et de la chorale

22 août:

Stella Karpluk

24 août:

Diane B. Daigneault
Marielle Laprise
Gilles-Aimé Cyr

25 août:

Rose Rivard
Suzanne Roy
Lucille Grenier
Manon Larivière
Mariette Laberge

26 août:

Adeline Nau

27 août:

Rosaire Mailloux
Murielle Volikakis

28 août:

Azar Mirzabaghi
Liette Quenneville
Carole Savard

29 août:

Françoise Hénault
J Antonio Villanova
Marcelle Turgeon

30 août:

Nicole Jetté
Claudette Tremblay
Serita Bougie
Lise Grondin

31 août:

Lucie Renaud
Maryse Lepage
Ginette Leroux
Carmen Chevalt
Nicole Savage

Babillard

NOS USTENSILES DISPARAISSENT !

Nous avons remarqué que depuis un certain temps les ustensiles du Café des aînés disparaissent et nous devons constamment en racheter de nouveaux.

Nous vous demandons par conséquent d'être vigilants lorsque vous rapportez vos cabarets afin d'éviter de jeter les couteaux, fourchettes et cuillères aux ordures avec les restes de nourriture et autres détritiques.

Merci de votre collaboration !

Bulletin Board

ANNUAL EXHIBITION

As is customary, we will hold the annual exhibition at the end of April, from the 23rd to the 26th.

Your cooperation will be required to keep watch in your respective classes. This insures the safety of the exhibits but also allows for visitors to get information on the techniques you use to create your pieces. This year the exhibition will close earlier at 7 PM but will start at 11AM.

Your teachers will ask you to volunteer for this purpose. We appreciate your contribution and hope to see you in great numbers.

Also, everyone who volunteers for this job, gets free coffee and cookies.

Registration for fall 2015

We remind you that registration for the fall session will take place in the following manner :

Pre registration for people who wish to take the same class(es), on the same day, at the same time : the week of April 6th to the 10th.

Registration for people who wish to switch class (es) and new members residing in LaSalle : the week of April 13th to the 17th.

Registration for everybody : As of April 20th (until Friday August 28th).

The fall schedule and choice of classes will be available as of April 13th.

As per a decision of the Board of Directors, the price of classes will be 5\$ more this year.

Renouvellement de la carte de membre

Un petit rappel pour les personnes qui participent aux activités socioculturelles et communautaires hebdomadaires, vous devez renouveler votre carte de membre à partir du **mercredi 1er avril 2015** au coût de 10\$. Elle est **obligatoire** pour avoir accès aux activités, cours, ateliers et/ou aux services offerts par le centre.

Ceux et celles qui sont inscrits actuellement au programme de cours et d'ateliers peuvent attendre pour renouveler leur carte de membre lors de la période de préinscription du 6 au 10 avril prochain.

Dîner communautaire

Le Mardi 26 mai à 12h



À l'occasion de l'Assemblée générale annuelle

Menu : Lasagne

Billets/Tickets : 7\$

**Places limitées/Limited seating
Membres seulement/Members only**

Activité de partage Half n' Half

**Gagnants de mars
Winners for March**

6 : Aline Duquette, 82,50\$
13 : Louise Plante, 93,25\$
20 : Suzanne Goyette, 78,75\$
27 : Nicole Plante, 90,75\$

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

Cette activité reprendra en septembre.
This activity will resume in September.

Au revoir ! See you !

Dîners spéciaux l'été au Café des aînés

Jeudi 18 juin: Dîner BBQ 7\$

Cuisse de poulet BBQ, patates, légumes et dessert

Café/Thé



Jeudi 16 juillet : Brunch 7\$

Jus d'orange,
Omelette aux légumes

Saucisse, Fèves aux
lard, crêpes, dessert

Café/Thé



Jeudi 13 août: Dîner estival à 7\$

Sous-marin chaud et salade, dessert,
Café/Thé



Horaire d'été au Café des aînés

- Veuillez prendre note que le **Café des aînés est ouvert** pendant toute la fin de semaine du **Festival de Théâtre et des Arts**, et offre des dîners et des soupers.
- **L'horaire actuel d'ouverture** se poursuit jusqu'en mai prochain. Concernant **la période estivale (juin, juillet et août)** l'horaire hebdomadaire d'ouverture n'est pas encore défini avec l'équipe. Il sera disponible bientôt sur les babillards d'information, sur le site Internet et via l'info-membre. Par contre, vous pouvez déjà mettre à vos agendas, **les dîners spéciaux** de juin, juillet et août prochain.

Le coin des gourmands

Filet de porc farci au poivron, bacon et fromage

1 filet de porc
1/4 t. d'oignon haché
Sel et poivre au goût
1 pincée de basilic frais haché fin

1/4 t. de poivron en dés
2 tranches de bacon en dés
1 c. à soupe de beurre
1/4 t. de fromage

Farce : faire revenir les oignons, poivrons et bacon dans du beurre pour les caraméliser. Assaisonner de sel et de poivre. **Porc** : faire saisir le porc dans un poêlon avec du beurre. Ajouter du sel et du poivre. Faire une incision sur la longueur du filet et y insérer la farce. Ajouter le fromage et le basilic frais. Rouler le porc le plus serré possible et enrouler de corde. Mettre au four à 350 °F pendant environ 45 minutes, ou jusqu'à ce que la viande soit rosée à l'intérieur. (Plus longtemps si vous préférez une autre cuisson). Couper en biseau et accompagner avec une sauce au poivre ou autre au choix. Donne 4 portions.

SOURCE : RECETTES DU QUÉBEC

Sincères condoléances

Hélène Parent : Sa mère est décédée le 2 mars à l'âge de 95 ans.

Jeanne Paradis : Bénévole de la popote roulante, elle a perdu son mari le 4 mars dernier.

Claude St-Pierre : Membre de la chorale, il s'est éteint le 9 mars à l'âge de 81 ans. Il était le frère de **Marie-Anne St-Pierre-Arcand**.

Maud Alice McKay cliente de la popote roulante, elle a perdu son frère le 18 mars. Il était âgé de 77 ans.

Diane Maheu bénévole de la popote roulante. Son frère a perdu son combat contre la maladie le 20 mars. Il était âgé de 64 ans.

Louise Guertin bénévole de la popote. Sa belle-sœur est décédée à l'âge de 57 ans foudroyée par un cancer.

Petites annonces

À VENDRE

Cuisinière 24 pouces, excellent pour le chalet. On demande 100\$

Set de chambre 1 bureau de femme, 1 bureau d'homme et 2 tables de chevet. On demande 150\$

Fauteuil El Ran 2 places en tissu bleu/vert. On demande 150\$

Fauteuil 2 places en tissu brun. On demande 200\$

2 fauteuils individuels en tissu brun. On demande 60\$ chacun.

Pour info : 450.443-8325

À LOUER

3 1/2 Haut de triplex. Près hôpital, école, autobus. Coin tranquille. Pour personne seule. Pas d'animaux. Références demandées. Loyer : 500\$.

Pour info : 514.366-4918

Fête de la rentrée

Chers membres et bénévoles, vous pouvez déjà mettre à vos agendas, la Fête de la rentrée 2015 prévue le 27 août au bord de l'eau comme à l'habitude.

Pour cette année dans le cadre du mandat Carrefour d'information pour aînés, nous comptons innover et vous proposer un concept différent et en mouvement autour du thème de la santé.

Nous prévoyons de l'animation, dîner santé, kiosques d'information et activités. Plusieurs personnes seront au rendez-vous pour vous divertir, vous informer et souligner le début de la saison en beauté.



L'équipe de l'Express

Responsable : Mireille Rouleau

Collaborateurs réguliers : Hélène Lapierre et Émilie Laplante

Impression : France Forest.

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 Moulin de LaSalle. On peut obtenir une copie papier au centre ou consulter la version électronique sur le site web:

www.cvmlasalle.org



Page Facebook :
Centre du Vieux Moulin de LaSalle



**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)

LaSalle (Québec) H8P 1T3

Téléphone : 514.364-1541

Télécopieur : 514.364-6565