



CENTRE DU  
VIEUX  
MOULIN DE LASALLE

# L'Express

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

## SOMMAIRE :

Directives	2
Bénévolat	3
Services à domicile	3
Services d'entraide divers	4
Anniversaires	5
Babillard	6
Bulletin Board	6
Cours et ateliers	7
Le coin des gourmands	7
Avis de décès	8
Petites annonces	8

## Le nouveau site Internet

LE SITE INTERNET DE L'ORGANISME FAIT PEAU NEUVE...



Le nouveau site Internet de l'organisme est maintenant accessible à la même adresse: [www.cvmlasalle.org](http://www.cvmlasalle.org)



Nous étions dans l'obligation de changer la plate-forme de l'ancien site pour suivre l'évolution technologique. Vous retrouverez tous les éléments de l'ancien site dans un visuel plus moderne et facilitant. Il y a maintenant un blog pour vous tenir au courant et un espace dédié aux témoignages. Vous avez également un lien direct à la page facebook de l'organisme et les gens peuvent s'inscrire directement pour recevoir l'info-membre à chaque semaine.



## Programme PAIR



L'Agence Pair de l'ouest de l'Île de Montréal, célébrera son premier anniversaire d'existence le 25 mars prochain.

En effet, à cette date l'an dernier, le Centre du Vieux Moulin de LaSalle devenait le représentant de ce service d'appels informatisés pour toute la partie ouest de l'Île de Montréal, de Côte-des-Neiges à Ste-Anne-de-Bellevue.

Depuis ce temps, il a fallu trouver des partenaires financiers pour nous aider à couvrir les frais encourus par la dispensation de ce service. La Table d'action et concertation en sécurité urbaine de LaSalle de même que les Caisses Desjardins de LaSalle et des Sources du Lac St-Louis ont répondu à notre requête.

Trois partenaires font maintenant partie de l'Agence soit : Entraide Lachine-St-Pierre, La Théière (The Teapot) de Lachine et l'entreprise d'économie sociale Coup de balai de NDG. Tous trois s'occupent de publiciser le service et de prendre les inscriptions des personnes intéressées dans leur territoire.

LAURÉAT

PRIX HOMMAGE  
BÉNÉVOLAT-  
QUÉBEC 2012

## AVIS : collecte d'argent / sollicitation

### Collecte d'argent

Il a été porté à notre attention par plusieurs personnes que des participant (e)s dans des ateliers prennent en charge la collecte d'argent pour diverses raisons ou pour célébrer l'anniversaire et/ou remercier leur professeur.

**Bien que nous n'ayons aucune objection à ce que les membres montrent leur attachement aux professeurs en soulignant leur anniversaire ou autres occasions, nous sommes totalement en désaccord avec la manière de faire de certaines personnes. Sachant cependant, que cela part sûrement d'une bonne intention.**

Il nous semble peu opportun d'obliger les gens à fournir et même, semblerait-il, de leur imposer un montant. L'organisme n'est pas en accord avec ce type de pratique.

Les gens doivent pouvoir contribuer, ou non, selon leur désir et sans que d'autres personnes posent un jugement ou commentaires désobligeants à leur égard. De plus, s'ils choisissent de fournir un montant, ce dernier doit être laissé à leur discrétion, selon leurs capacités.

Il n'est pas non plus acceptable que la personne qui collecte prenne pour acquis que la personne va contribuer automatiquement en son absence.

Plusieurs membres se sont sentis lésés par ces pratiques dont la morale est pour le moins douteuse. Une marque de reconnaissance peut se faire autrement qu'avec de l'argent, l'important demeure, c'est la pensée qui compte...

Nous adressons ce mémo à l'ensemble des groupes pour cette fois. Cependant, s'il y a d'autres plaintes à cet effet, nous investiguerons davantage et nous nous adresserons aux personnes concernées directement.

### Attention aux Sollicitations

**Nous profitons également de cette occasion pour rappeler à tous qu'il est interdit de faire toutes sortes de sollicitation dans les groupes qui ne concernent pas les services et activités de l'organisme ou sans autorisation au préalable par la direction.**

**Nous comptons sur votre collaboration**

## Le code d'éthique : partie intégrante de l'organisme

**La mise en place de ce code d'éthique a été une démarche positive permettant à toutes les personnes engagées dans l'organisme d'être traitées selon les grandes valeurs suivantes: la liberté, le respect, l'intégrité et l'engagement.**

**Nous vous rappelons que ce code d'éthique prône le respect de chacun et qu'aucune forme de discrimination ne sera tolérée entre les membres, pour quel que motif que ce soit.**

-Les usagers doivent comprendre que le Centre du Vieux Moulin de LaSalle n'est pas un organisme gouvernemental ou à but lucratif et qu'il 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 règles de fonctionnement de l'organisme et ne pas tenter d'utiliser des moyens de pression pour obtenir des faveurs particulières.

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

-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 et l'intégration. Avoir des relations respectueuse en groupe et envers les autres usagers.

-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.**



## Besoin de bénévole, le 13 mai!

Le Centre du Vieux Moulin de LaSalle est depuis quelques années accrédité par Moisson Montréal, ce qui nous permet d'avoir accès gratuitement à des denrées pour la popote roulante.

Tous les lundis, la coordonnatrice des services alimentaires, avec le soutien de 2 chauffeurs bénévoles, se rend à Moisson Montréal pour faire la cueillette des denrées dont nous avons besoin.

Afin de conserver cette accréditation, nous devons faire une journée de bénévolat par année à Moisson Montréal avec une

équipe de bénévoles. Les besoins de main d'œuvre sont grands ; nous devons donc faire notre part, comme les autres organismes recevant de Moisson Montréal.

Nous nous rendrons à leurs locaux le **mardi 13 mai** prochain. Nous partirons vers 8h. Le dîner sera fourni. Les bénévoles doivent être capables de travailler debout et être habillés en vêtements de travail, i.e. jeans, chandail confortable.

Si vous voulez faire partie de l'équipe du Vieux Moulin, venez donner votre nom au bureau. Au plaisir !



## Bénévole du mois

**Claudette Tremblay** : Benjamine d'une famille de trois enfants, Claudette est une native du Plateau Mont-Royal.

Après ses études, elle prit le chemin du marché du travail. Son premier emploi en fut un de secrétaire pour une compagnie de produits pharmaceutiques. Elle y restera 7 ans.

Ayant convolé en justes noces, elle suivit son mari dans les nombreux déplacements occasionnés par le travail de celui-ci. Au fil des ans,

elle donna naissance à deux enfants : une fille qui vit maintenant à Montmagny et un fils qui habite St-Sauveur. Ces derniers lui ont donné 4 petits-enfants.

À 39 ans, elle décida de retourner aux études pour rafraîchir ses connaissances dans le domaine de la bureautique. Au bout de deux ans, ayant obtenu son diplôme, elle décrocha un poste chez QIT Fer & Titane.

Tout au long de sa vie, Claudette s'est adonnée au bénévolat. À Sorrel, elle a contribué à la mise sur

pied de cuisines collectives. Elle s'en est occupé pendant 13 ans.

Elle a ensuite œuvré dans ce domaine à Laval, Longueuil, St-Sauveur et, depuis septembre 2012, on la retrouve chaque mercredi au Café des aînés.

Femme de tête, organisée et efficace, Claudette est une bénévole très appréciée de toutes celles qui la côtoient. Nous sommes très heureux que vous ayez choisi de vous impliquer à notre centre .

## Atelier de cuisine du monde

**Mercredi 12 mars de 15h30 à 19h00 au Café des aînés**



### Au Menu:

Nourriture traditionnelle du Mexique et de la région de Guadalajara

Grâce au savoir faire de Madame Rosa Paredes (responsable bénévole de l'activité d'espagnol les vendredis matins au CVML) qui est originaire du Mexique. Lors de l'activité, nous élaborerons un repas de son pays natal et nous le dégusterons ensemble.

**Coût: 12\$ par personne**

Attention places limitées à 12 personnes  
Inscription et renseignements au bureau 210!



## Stagiaire

Nous aimerions souhaiter la bienvenue à Rebecca Duhamel, étudiante du département de l'éducation spécialisée au Cégep du Vieux-Montréal qui a débuté un stage le mercredi 19 février dernier pour 10 semaines consécutives au sein de notre équipe.

Vous la verrez un peu partout effectuant diverses tâches au centre.

Nous espérons que son séjour chez nous lui sera profitable pour ses études.



## Nomination



Le conseil d'administration et la directrice générale sont heureux d'annoncer la nomination de Caroline Lussier à titre d'adjointe-administrative. Elle occupe le poste de secrétaire-comptable depuis 2002 au sein de l'organisme. Une reconnaissance bien méritée...toutes nos félicitations!

## Compostelle pour les hommes!

Pour les hommes qui ne connaissent ou ne fréquentent pas encore la « **ligue du vieux poêle** » voici votre chance! Ce petit regroupement d'hommes s'est formé il y a quelques mois déjà, suite à un besoin exprimé de se retrouver entre eux en toute convivialité.

C'est donc à tous les **2ieme mardi de chaque mois en matinée** que le local 208 accueille les hommes désireux de se retrouver entre eux pour discuter, échanger ou présenter un thème choisi par eux dans une boîte à suggestions. Ce groupe est très inclusif et ouvert à tous. Il favorise le partage et l'amitié pour la gente masculine de 50 ans et plus. Dans ce groupe, pas de mini groupes ou de « clans déjà formés », que des hommes chaleureux et accueillants qui

veulent socialiser ou aider d'autres hommes à fraterniser.

Donc, c'est un rendez-vous ce prochain mardi matin 11 mars à 9h00 pour une activité avec un invité spécial! En effet: **Miguel Doucet, comédien, animateur et voyageur** viendra présenter des images de son pèlerinage sur le chemin de Compostelle. À l'aide de quelques anecdotes de ses rencontres avec d'autres pèlerins, il nous partagera avec humour et passion comment ce parcours l'a transformé!

Bienvenue à tous les hommes! Si vous désirez de plus amples informations veuillez vous présenter **au bureau 204 et demander Marie-Josée.**

## Retour sur la conférence Carrefour



Le 21 février dernier a eu lieu la conférence «Osons parler d'hébergement» dans le cadre du Carrefour d'information pour aînés. La conférence a été donnée par Mme Geneviève Ouellette, travailleuse sociale du Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale du CSSS Cavendish.

Durant la conférence nous avons appris quelques faits sociologiques et historique sur l'hébergement au Québec. Par la suite, Mme Ouellette nous a dressé un portrait des étapes pour faire une demande d'hébergement dans les secteurs public et privé. Par la suite, elle a présenté une grille pour faciliter les recherches d'un hébergement adapter à ses besoins.

Suite à la conférence, les participants ont eu accès à des kiosques d'information. Le programme Pair, Visavie, les Habitations Trinitaires, les résidences En Harmonie et le CIA ont tous fait la promotion de leurs différents services.





## Bonne fête à ...

### 1er mars :

Murielle Gingras  
Diane Larrivée

### 2 mars :

Carmelle Lusignan

### 3 mars :

Caroline Lussier,  
*secrétaire-comptable*

### 4 mars :

Nicole Lacelle  
Marthe Renaud  
Jeanne Renaud

### 5 mars :

Raymonde Trottier  
Jean-Paul Bouffard

### 6 mars :

Carole Jean  
Thérèse Poulin  
Gérald Lapierre

### 7 mars :

Suzanne O'Neill  
Alexandre Cheaib

### 8 mars :

Lise Trépanier  
Paulette Lévesque

### 9 mars :

Mireille Gauthier  
Hélène Nobert

### 10 mars :

Huguette Gignac

### 11 mars :

Jean-Paul Saumure  
***Malé, la mascotte du centre, a 3 ans!***

### 12 mars:

Micheline Léger

### 13 mars:

Mario Cadieux  
Marguerite Boily  
Marcelle B. Morin  
Henriette Goulet

### 14 mars :

***Le Centre du Vieux Moulin de LaSalle a 37 ans !***

### 15 mars :

Richard Boisjoly  
Adrien Lévesque  
Incoronata Francione

### 16 mars :

Francine Sirois

### 17 mars :

Gervaise Duval

### 18 mars :

Madeleine Bazinet  
Nicole Sirois

### 19 mars :

Giuseppina Marchono

### 20 mars :

Louise Brunet  
Florette Des Vignes  
Christiane Bédard  
Maria Pinelli

### 21 mars :

Sandra Sorel  
Diane Ste-Marie  
Lise Langlois

### 22 mars :

Yvette Bédard  
Ghislaine Cantin

### 24 mars :

Sylvie Barthell  
Michelle Trottier

### 25 mars :

Yvon Lavigne  
Francine Thomas

### 26 mars :

Thérèse Émond-Viger  
Pauline Larouche

### 27 mars :

Gilles Bériault  
Thérèse Côté  
Françoise Lemaire  
Francine Fafard  
Suzanne M. Leduc  
Diane Duquette  
Hélène Lapierre,  
*directrice générale*

### 28 mars :

Leila Cheaib  
Joan Laycock  
Pierrette Forget

### 29 mars :

Jeannette Filteau  
Michel D'Amour  
Lucie Chabot

### 30 mars :

Olivier Dostie  
Adrienne Carrière  
Joyce Widmer

### 31 mars :

Evelyn Daigneault

## 8 mars : Journée de la Femme

La Journée internationale de la femme est célébrée le 8 mars de chaque année par des groupes de femmes dans le monde entier. Elle est également célébrée à l'ONU et, dans de nombreux pays, c'est un jour de fête nationale. Lorsque les femmes de tous les continents, souvent divisées par les frontières nationales et par des différences ethniques, linguistiques, culturelles, économiques et politiques, se réunissent pour célébrer leur Journée, elles peuvent voir, si elles jettent un regard en arrière, qu'il s'agit d'une tradition représentant au moins 90 ans de lutte pour l'égalité, la justice, la paix et le développement.

Rares sont les causes dont l'ONU assure la promotion qui aient suscité un appui plus intense et plus vaste que la campagne menée pour promouvoir et protéger l'égalité des droits des femmes. La Charte des Nations Unies, signée à San Francisco en 1945, était le premier instrument international à proclamer l'égalité des sexes en tant que droit fondamental de la personne humaine. Depuis, l'Organisation a aidé à créer un patrimoine historique de stratégies, normes, programmes et objectifs convenus au plan international pour améliorer la condition de la femme dans le

monde entier.

Au fil des ans, l'action menée par l'ONU en faveur de la promotion de la femme a pris quatre orientations précises : promotion de mesures juridiques; mobilisation de l'opinion publique et de l'action internationale; formation et recherche, y compris compilation de statistiques ventilées par sexe; et assistance directe aux groupes désavantagés. Aujourd'hui, l'un des principes d'organisation centraux des travaux de l'ONU est **qu'aucune solution durable aux problèmes sociaux, économiques et politiques les plus pressants de la société ne peut être trouvée sans la pleine participation et la pleine autonomisation des femmes du monde entier.**



<http://www.journee-mondiale.com/192/journee-mondiale-de-la-femme.htm>

# Babillard

## DÎNER COMMUNAUTAIRE

Mardi, le 18mars à 12h



### Rôti de porc

Billets : 7\$ en vente au bureau 210  
Places limitées - Membres seulement

## Activité de partage Half n' Half

### Gagnants de février/Winners for February

7 : Diane Dufresne, 86,50\$  
14 : Lise Trépanier, 79,25\$  
21 : J.O. Lavallée, 91,00\$  
28 : Thérèse Dupuis, 90,25\$

Félicitations aux gagnants !  
Congrats to the winners !

La réceptionniste passe dans les classes pour vendre les billets.

## VOYAGE

Érablière Bouvrette  
De St-Jérôme

*Menu traditionnel, musique, danse et surprise !*



le jeudi 13 mars

Départ : 9h30 - Retour : 16h ici  
Billets : 30\$ en vente au bureau 210  
Places limitées - Membres seulement

## «Festival de Théâtre et des Arts 2014 »

N'oubliez pas de mettre à vos agendas les dates de l'exposition et du Festival de théâtre des aînés : **du jeudi 24 avril au dimanche 27 avril 2014 prochain.**

Les professeurs vont solliciter votre aide pour l'exposition. Nous vous demandons **d'apporter des œuvres** que vous avez faites au cours de l'année 2013-2014.

Votre aide est également nécessaire pour assurer la **garde des locaux**. Il y a, bien sûr, un élément de sécurité dans cette garde, mais il est également très intéressant pour les visiteurs de parler avec les artistes qui sont les mieux placés pour expliquer leurs techniques.

## Bulletin Board

March 8th : International  
Women's Day.



## Registration for fall 2014

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 7th to the 11th.

For LaSalle residents and members who wish to switch class(es), as of April 14th.

Registration for everybody : April 21st until Friday August 29th.



## Inscription pour l'été et l'automne 2014

C'est déjà le temps des inscriptions pour la session d'automne 2014.

Pour les personnes qui veulent prendre le(s) même(s) cours/atelier(s), le même jour, à la même heure : semaine de préinscription du **7 au 11 avril prochain**

Pour les **nouvelles personnes,**

**résidants (es) de LaSalle** vous pourrez vous inscrire à compter du **14 avril**. Les membres qui veulent changer de cours ou en prendre un de plus, pourront le faire à ce moment-là.

Pour toutes les personnes de 50 ans et plus, incluant ceux et celles de l'extérieur, l'inscription se fera du **21 avril jus-**

**qu'au vendredi 29 août.**

La programmation **Automne 2014** sera disponible à la mi-avril en copie papier et sur le site Internet de l'organisme. Au même moment, la programmation de la **session printemps/été 2014** sera également disponible.

## 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 lundi 1er avril 2014**. Elle est obligatoire pour avoir accès aux activités, ateliers et/ou certains



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 7 au 11 avril prochain.

## Le coin des gourmands

### Biscuits choco-pacanes

1 t. de farine  
1/4 c. à thé de sel  
1/2 t. de beurre d'arachides  
1 œuf battu légèrement  
1 t. de pacanes hachées

1/2 c. à thé de bicarbonate de sodium  
2/3 t. de graisse  
2/3 t. de cassonade  
1 t. de pépites de chocolat

Préchauffer le four à 325 °F. Battre l'œuf, la cassonade, la graisse et le beurre d'arachides à l'aide d'une mixette. Ajouter les ingrédients secs (farine, sel et bicarbonate de soude) dans le premier mélange et mélanger le tout. Incorporer les pépites de chocolat et les pacanes hachées. Avec une cuillère, déposer le mélange en petites portions sur une plaque à biscuits. Cuire environ 15 minutes.

**SOURCE : RECETTES DU QUÉBEC**

## Sincères condoléances

**Gérald Viau** : Est décédé le 12 février dernier à l'âge de 84 ans. Il laisse dans le deuil son épouse, **Mariette**, bénévole à la popote roulante.

**Marcelle Brunet** : A perdu sa sœur, Clara Campagna, en février, à l'âge de 97 ans.

**France Quenneville** : Sa mère s'est éteinte le 22 février.



## Théâtre de l'Avant-scène

La troupe de théâtre de l'Avant-scène de LaSalle présentera la pièce

### Névrose à la carte

Au Théâtre du Grand Sault

Les 1er et 2 mai à 20h

Le 3 mai à 16h et

Le 4 mai à 14h

Billets : 15\$

Information et réservation : 514.367-5000

## Événement

**Le dimanche 23 mars  
2014 à 10h**

### INAUGURATION ET BÉNÉDICTION

Des nouvelles grandes  
orgues de la paroisse

**NOTRE-DAME-DU-SACRÉ-CŒUR**  
7675 rue Édouard

**Casavant opus 2094  
(1951-2014)**

Sous la présidence de  
**Mgr Christian Lépine,**  
Archevêque de Montréal

Organiste invité :

**PIERRE GRANDMAISON**  
Titulaire des grandes orgues  
de la basilique  
Notre-Dame de Montréal

## Petites annonces

### ON RECHERCHE

**Logement**, grand 3½ ou 4½ ou 5½, haut de duplex, escalier intérieur. Pour personne seule, tranquille, non fumeuse, pas d'animaux. Pour info : 514.363-2486.

## PROPRETÉ DE LA TOILETTE

Comme nous vivons en groupe dans cet édifice, il revient à chacun (e) d'entre nous de se conduire de façon respectueuse envers les autres usagers du centre.

Ainsi que le mentionne l'affichette dans les salles de bain à chaque bout de l'étage, vous devez laisser la toilette propre pour le prochain usager.

Un petit accident peut arriver à tout le monde. Mais à ce moment-là, il faut nettoyer soi-même la toilette et ses abords. Ceci relève d'une courtoisie élémentaire quand on vit en société.

**Merci de votre collaboration.**

## L'équipe de l'Express

**Responsable :** Mireille Rouleau  
**Collaborateurs réguliers :** Hélène Lapière, Marie-Josée Auger et Émilie Laplante  
**Impression :** France Forest.  
**Merci** aux membres et bénévoles collaborateurs.

**Pour joindre l'équipe du centre :**  
De 8h30 à 17h  
Du lundi au vendredi

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

**Téléphone :** 514.364-1541  
**Télécopieur :** 514.364-6565

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**

