

Journal L'Express



C'est un départ : Campagne Centraide 2019

Aidez-nous à atteindre notre objectif : 2,000\$



**Centraide
du Grand Montréal**

**AGISSEZ ICI, AVEC CŒUR.
DONNEZ.**

Dons de 20\$ et plus; reçus d'impôts disponibles

Boîtes de change pour que ça change.

Activité de tirage: Vous pourrez vous procurer des coupons de tirage au coût de 2\$ pour 1 coupon ou 3 coupons pour 5\$. Le tirage aura lieu lors du dîner de Noël en décembre.

Dîner spécial spaghetti: Le mardi **8 octobre** prochain, un dîner communautaire aura lieu pour la campagne

Recueil *Les chemins de la vie* : Procurez-vous un exemplaire du recueil de textes et photos des participants des ateliers d'écritures en échange d'une contribution volontaire

Sommaire

Mot de la direction

Page 2

Rétrospective

Page 3

À ne pas manquer

Pages 4-5

Volet activités

Page 6

Bénévolat et implication

Page 7

Enjeux et société

Page 8

Nouvelles en vrac

Pages 9-10

Place aux membres

Page 9

L'équipe de l'Express

Collaborateurs (rices): Alejandra Heredia, Caroline Lussier, Émilie Laplante, Héléne Lapiere, Isabelle Morin, Stéphanie Lambert, bénévoles correcteur et membres

Bénévole correction: Yolande Rousseau

Impression: Chantal Arseneault

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

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

Administration: De 08:00 à 17:00
Du lundi au vendredi
Café des aînés: De 07:30 à 15:00
Du lundi au vendredi

Changements constants

Comme vous avez pu le constater l'organisme a fait quelques changements au Café des aînés afin d'adopter des nouvelles habitudes afin de diminuer notre impact sur l'environnement et offrir de nouvelles options pour satisfaire le plus de personnes possibles.

Le virage vert prend sa place peu à peu. L'emballage de plastique est de moins en moins présent. Nous tenons à vous informer que les portions de salades et de desserts servis dans les pots Masson, sont du même format (200 ml) que les précédents en plastiques.

Veuillez noter que tous vos commentaires et suggestions ont été considérés. Nous allons continuer de faire des ajustements.



Vous êtes plusieurs à nous demander la possibilité de se connecter au WiFi. Nous sommes heureux de vous annoncer que la ville de Montréal offre désormais un point d'accès gratuit à Internet. Pour vous connecter, vous n'avez qu'à sé-

lectionner le réseau à MTLWIFI.

Octobre est un mois effervescent pour les centres communautaires pour aînés. Le 1er du mois est la journée internationale des aînés. Ce moment permet de mettre en lumière l'apport essentiel des personnes de 50 ans et plus dans la communauté. Que ce soit comme bénévole ou comme membres d'organismes vous êtes au cœur de la participation sociale et citoyenne. D'ailleurs du 29 septembre au 5 octobre c'est la semaine québécoise des centres communautaires pour aînés. Restez à l'affût... une activité est prévue pour souligner les raisons de faire partie d'un organisme.

Ensuite, le mois d'octobre est aussi la période où nous participons activement à la Campagne Central de Grand Montréal. Plusieurs possibilités vous sont offertes afin de contribuer à l'essor des organismes qui travaillent auprès des populations vulnérables. Merci à l'avance!

Hélène Lapierre

Directrice générale

Et vous qu'est-ce que le Centre vous apporte?

Le thème la Semaine québécoise des centres communautaires pour aînés 2019 est: « Les centres communautaires pour aînés : 50, 60, 70, 80, 90, 101 bonnes raisons pour me faire du bien! Dans le cadre de cet événement national l'organisme en profite pour vous demander quelles sont vos raisons de fréquenter le Centre du Vieux Moulin.



Pour répondre à cette question, vous êtes invités à compléter une carte postale et à l'accrocher au mur dans le corridor.

Vous pouvez écrire un commentaire (anonyme ou signer) pour exprimer soit :

- Qu'est-ce que vous aimez au Centre?
- Qu'est-ce que le centre vous apporte?
- Quelles sont vos raisons de fréquenter l'organisme?

Vous pouvez aussi profiter de l'occasion pour regarder les photos souvenirs des dernières années de l'organisme. Vos messages seront conservés dans nos archives. De plus, il nous fera plaisir de vous lire. Vos messages pourront peut-être inciter d'autres personnes à venir visiter le Centre et trouver une activité qui leur plaît.

Nous comptons sur votre participation! Venez remplir le mur des 101 bonnes raisons de fréquenter l'organisme.

Festival de la Soupe

Pour la troisième fois l'organisme a pris part au Festival de la Soupe de LaSalle. Une super équipe de bénévoles se sont impliqués avec dévouement pour bien représenter le Centre du Vieux Moulin. La soupe aux Tomates rôties et oignons caramélisés a séduit les festivaliers. Vous trouverez la recette dans la section «Coin des gourmands».

Un gros merci à : Claudette Clouâtre, Claude Lachapelle, France Archambault, Micheline Léger, Ginette Paquette, Claire Deschamps, Claudette Chévigny, Gilles Alepin



Virage vert et végétarien

Toujours dans le soucis d'être à votre écoute et de répondre aux différents besoins, nous avons apporté des nouveautés au Café des aînés pour la nouvelle année. Nous avons constaté que ces changements ont eu à la fois des effets positifs et négatifs. L'organisme tente de s'ajuster pour le bonheur de tous.

Dans un premier temps, le virage vert a pour objectif de diminuer notre empreinte écologique et de réduire l'utilisation du plastique à usage unique. Il y a maintenant peu de nourriture emballé dans de la pellicule de plastique au Café. Nous tenons à préciser que les quantités servies sont les mêmes. Que ce soit pour les salades ou les desserts les portions sont équivalentes à celles précédemment. Vous pouvez toujours rapporter à la maison une portion de dessert, un muffin ou encore le repas du jour. Nous vous invitons simplement à apporter à apporter vos plats et/sacs.

CHANGEMENT EN COURS ...



Pour ce qui est du lait et du sucre ils sont maintenant à votre disposition sur le meuble à l'entrée du Café. Vous pouvez mettre dans votre tasse le lait et le sucre avant d'aller remplir votre de café afin éviter d'en mettre trop. L'option végétarienne était convoitée par certaines personnes depuis quelques temps et nous avons tenté de répondre à cette demande. Par contre, nous prenons en considération que cette modification a pu créer des mécontentements. Suite à plusieurs commentaires et suggestions nous avons décidé de réajuster le tir. Depuis la fin septembre, le repas végétarien est disponible en alternance au cours de la semaine.

Nous allons aussi tenter d'offrir deux options par repas lorsque possible. Il faut tout de même rappeler que lorsque le repas n'est pas à votre goût, il est toujours possible de vous procurer une soupe, salade, sandwich, grilled cheese, etc.

Ces changements bousculent un peu nos habitudes, mais nous trouverons vite des solutions pour faciliter l'adaptation de tout le monde. Nous restons ouvert aux commentaires et suggestions constructives.

Ligue du Vieux Poêle

Le groupe d'homme aura la chance de discuter avec un **pompier retraité**. Venez en apprendre davantage sur ce métier. La rencontre sera suivie du dîner communautaire dans le cadre de la campagne Centraide.

Date: Mardi 8 octobre 2019

Heure: 9h30 à 12h00

Lieu: Local 211



Discussion-conférence: Accompagnement d'un proche en fin de vie

En guise de clin d'œil pour la journée des morts, Denise Élement, bénévole d'expérience et formatrice en soins palliatifs, viendra discuter avec vous. Nous sommes privilégiés de la compter parmi nous pour cette commémoration une deuxième année d'affiliée. Cette rencontre de 3 heures permettra d'aborder les thèmes de **l'accompagnement** ainsi que les **techniques de communication** favorables au bon soutien d'un proche en fin de vie. Il s'agira également d'un lieu d'échange bienveillant.

Date: Mardi 29 octobre 2019

Heure : 9h30-12h30

Lieu: local 211

Réservation obligatoire : contactez Chantal au 514-364-1541.

Dîner communautaire

Spécial Campagne Centraide : Aidez-nous à amasser des fonds



Dîner Spaghetti

Mardi 8 octobre à 12h

Au menu :

Spaghetti

Dessert et breuvage inclus

Billet en vente aux coût de 7\$

Vous pouvez vous procurer votre billet
à la réception

Pour membre seulement

Projet collectif Nichons tricotés : Impliquez-vous !

Connaissez-vous les nichons tricotés? Ce sont des prothèses mammaires faites à la main qui sont distribuées gratuitement dans divers centres hospitaliers afin de les remettre aux femmes ayant subi une mastectomie. Ces prothèses offrent plusieurs avantages pour les femmes qui les portent. Elles sont douces, légères, confortables et jolies.



Dans le cadre du mois de sensibilisation au cancer du sein, nous avons décidé de soutenir l'initiative d'une membre de l'organisme madame Christiane Marcil. Cette membre est venue à notre rencontre au cours de l'été afin de nous proposer de rassembler le plus de tricoteurs et tricoteuses pour produire un maximum de prothèses. Que vous soyez ou non dans les cours de tricot vous pouvez vous impliquer dans ce projet. Sous forme d'une journée marathon, nous souhaitons se réunir et passer à la production de ces prothèses mammaires. Les patrons ainsi que le type de laine nécessaire vous seront fournis lors de votre inscription à l'activité.

Une fois les prothèses fabriquées, elles seront envoyées à l'organisme Com'Femme qui sera responsable de les redistribuer dans les hôpitaux et centres médicaux. L'organisme a pris le relais de Knitted Knonckers of Canada qui a initié ce projet en anglais. Grâce à Com'Femme les patrons et les instructions sont maintenant disponibles en français. De plus, l'organisme se charge de rembourrer les prothèses et de les distribuer.

Le projet vous intéresse? Venez donner votre nom à l'administration et nous vous contacterons dans le cadre du [Tricot'hons](#). Je vous invite à lire ci-dessous le témoignage de Christiane Marcil, incitatrice du projet.

Avec un bout de F

Tout au long de ma vie j'ai vu ma mère tromper son ennui en travaillant avec du fil: fil à coudre, à broder et à tricoter. Moi aussi j'ai surmonté mes pires moments en créant de la beauté avec un peu de fil. Je devais trouver un but pour cette créativité, alors je fais des vêtements pour enfants et pour bébés. Un matin en écoutant la radio, j'ai entendu parler des *Nichons tricotés*. Ce projet m'a tout de suite accroché par sa simplicité et car il était dans ma capacité : quelques heures seulement à la production et des mailles tout à l'endroit (presque). Depuis j'en ai toujours un sur les aiguilles.

Nous connaissons toute une femme qui a subi l'ablation d'un sein ou qui a été touchée par le cancer. Je fais appel à tous ceux et celles d'entre vous qui aiment tricoter et qui désirent poser un geste d'amitié et de solidarité envers les femmes qui survivent à un cancer. Joignez-vous au mouvement en tricotant un nichon.

[Venez partager un bout de fil avec nous!](#)

Christiane Marcil

Membre du Centre du Vieux Moulin

Rencontre d'information : Les aînés et les impôt - Qu'est-ce que ça donne?

Connaissez-vous les différents programmes et crédits d'impôts offerts par le gouvernement? Trop souvent, des programmes d'aide et de soutien financier sont disponibles mais méconnus de tous. C'est pourquoi Madame Lise Ducharme, comptable m'a approché pour donner une séance d'information afin de démêler les différents crédits et programmes. Venez en apprendre davantage sur la fiscalité pour aînés. Qui sait, peut-être vous découvrirez des programmes auxquels vous êtes éligibles.

Sujets abordés:

- Crédit d'impôt pour le logement
- Qu'est-ce qu'un acompte provisionnel
- Régie de rentes à 60 ou 65 ans ?
- RAMQ, paie-t-on vraiment 2 fois ?
- Quand fait-on une séparation involontaire des biens
- Puis-je donner mes biens et avoirs à mes enfants avant mon décès
- Décès d'un conjoint- les années transitoires



Date : Mardi 5 novembre 2019

Heure: 9h30

Lieu: local 211

Inscrivez-vous dès maintenant à la réception., C'est gratuit!

La température dans les locaux

Comme vous le savez le nouveau système de climatisation est en fonction. La ventilation de l'immeuble se fait maintenant par un système centralisé. Si nous voulons que le système fonctionne à son plein potentiel, nous vous demandons **de ne plus ouvrir les fenêtres et ne pas toucher aux contrôles dans les locaux**. Lorsque nous ne respectons pas ces mesures, il y a des répercussions sur l'ensemble de la bâtisse. Il y a toujours un ajustement à faire lors des changements de saison. Venez nous voir s'il y a quelques choses qui ne va pas!

Merci de votre compréhension et de votre collaboration

Place au projet collectif



Le groupe de l'atelier de création textile et tricot du vendredi a créé une magnifique œuvre collective lors de la session d'hiver 2019. Le Centre est choyé de pouvoir bénéficier de ce projet collectif pour embellir l'espace administratif et susciter la participation des gens. Les projets collectifs sont très appréciés. Ils peuvent servir soit à mettre de la vie sur les murs de l'organisme ou encore, servir pour le tirage des œuvres dans le cadre du Festival. Il y aussi les groupes de sculpture sur bois qui débiteront bientôt une œuvre commune. **Merci infiniment au groupe de création textile tricot et au professeur Hélène Schneider (hiver 2019)**

Je bénévole

Maria Amador est bénévole à l'organisme depuis avril dernier. Originaire du pays El Salvador Maria a découvert l'existence du Centre du Vieux Moulin dans journal local *Le Messager*. Lorsqu'elle est venue nous visiter, elle a décidé de s'impliquer comme bénévole. Retraitée depuis quelques temps, Maria cherchait une solution pour ne pas rester à la maison. Le bénévolat s'est présenté comme une bonne opportunité pour être occupée et rencontrer de nouvelles personnes. Elle fait maintenant partie de l'équipe de bénévoles dans la cuisine pour la Popote roulante et le Café des aînés.



Ce qu'elle aime le plus dans le bénévolat au Centre du Vieux Moulin c'est le plaisir de se créer un réseau social: « On s'amuse bien. Nous sommes occupés et le temps passe vite. En plus, je peux pratiquer mon français.»

Un grand merci à Maria pour sa présence et son implication dans l'organisme.

Bénévole recherché (e) : Bibliothèque libre service

Vous aimez les livres et vous aimeriez vous impliquer quelques heures par mois? Ça tombe bien, nous sommes présentement à la recherche d'une ou d'un bénévole responsable de bibliothèque libre service de l'organisme. Votre rôle serait de placer les nouveaux arrivages de livres et de s'assurer que les livres à donner sont dans un état convenable. De même, vous pourriez valider si le contenu du livre est approprié c'est-à-dire qu'il n'encourage pas de propos haineux et religieux. Si vous souhaitez plus d'information ou que cette responsabilité vous intéresse, demandez à parler avec Émilie aux coordonnées ci-dessous.

En personne au bureau 210 ou par téléphone 514-364-1541 ou par courriel projet2@cvmlasalle.org

Bénévole recherchée

Une dame a approché le Centre afin de l'aider à trouver une personne bénévole en triporteur ou en vélo qui pourrait l'accompagner pour des promenades sur le bord de l'eau. Elle aimerait aussi de l'aide afin de remettre son triporteur dans son camion adapté.

Vous pouvez la contacter au numéro suivant:

450-698-7565

Personne recherchée



Un photographe professionnel est à la recherche des modèles pour sa prochaine exposition photo. Ses photos seront présentes dans différents lieux publics à Montréal comme les bibliothèques. L'organisme et les participants auront aussi une copie de la photo. Vous êtes intéressés d'y participer donner votre nom à l'administration.

Élection fédérale 2019: À vous de choisir

Le lundi 21 octobre prochain se tiendra l'élection fédérale. Pour pouvoir voter il faut être citoyen canadien et s'assurer que vous êtes bien enregistré à Élections Canada avec votre adresse actuelle. Vous recevrez par la poste votre carte d'électeur confirmant les personnes admissibles au vote à cette adresse. Cette carte vous informe où et quand voter. Ensuite, vous pouvez choisir la façon d'exercer votre droit de vote. Lorsque vous allez voter n'oubliez pas d'apporter avec vous soit une carte d'identité avec votre nom, une photo et votre adresse ou une pièce d'identité sans photo avec votre carte d'électeur.

Vous pouvez voter de différentes façons :

1. En personne, le jour de l'élection (21 octobre)
2. Si vous ne pouvez pas voter le 21 octobre, vous pouvez voter par anticipation les 11, 12, 13 ou 14 octobre
3. En tout temps, avant le 15 octobre au bureau Élections Canada - 2805, rue Allard Montréal (Québec) H4E 2M1.
4. Par la poste en faisant une demande au bureau d'Élections Canada ou en ligne : www.elections.ca



Voter vous permet d'exprimer votre opinion sur les enjeux et les décisions qui influencent votre vie. Ensuite, vous pouvez contribuer à élire la députée ou le député qui aura pour mandat de défendre nos intérêts et de faire entendre vos préoccupations. C'est aussi une façon de signifier votre point de vue sur la façon dont sont administrés les programmes sociaux et nos revenus collectifs. D'ailleurs saviez-vous qu'en votant vous aidez financièrement la personne candidate ou le parti politique qui exprime vos priorités, puisque chaque vote a une valeur financière. L'application de votre droit de vote permet de préserver la vitalité de notre démocratie.

Pour plus d'information : <https://www.elections.ca/> ou par téléphone: 1-800-463-6868

Octobre, mois de la sensibilisation au cancer de sein

L'objectif de ce mois est de favoriser une prise de conscience collective des répercussions de cette maladie pour les personnes atteintes et leurs proches. C'est aussi une occasion de rappeler l'importance du dépistage précoce et des soins palliatifs de qualité. De plus, il faut continuer de soutenir la recherche afin d'améliorer les traitements disponibles. Encore aujourd'hui, le cancer du sein est la forme la plus répandue touchant annuellement 26 900 femmes (Canada). En moyenne, chaque jour, 74 Canadiennes recevront un diagnostic de cancer du sein.

C'est l'occasion de s'impliquer et de soutenir la cause de différentes façons. Que ce soit la marche Le relais pour la vie, l'achat d'une jonquille, le port du ruban rose, un petit don, etc.

Grâce à l'initiative d'une membre, Madame Christiane Marcil, l'organisme offrira une activités pour soutenir les femmes ayant subi une mastectomie. Impliquez-vous et joignez-vous à nous. Pour plus d'information, rendez-vous à la page 5.

Inauguration du Parc Parent

Nous étions présents à l'inauguration du Parc Parent à LaSalle. projet en collaboration avec la Table de concertation des aînés de LaSalle. De nouvelles installations sportives adaptées pour tous les âges sont disponibles gratuitement. Chaque station d'exercice est accompagnée d'une fiche explicative afin de bien utiliser les machines. Le parc d'exercices a été réalisé avec les recommandations de la Table de concertation des aînés de LaSalle ainsi que les participations de Donat Lavoie, Kinésologue du Programme P.I.E.D. au Centre du Vieux Moulin. Profitez de cette aire d'exercices dès maintenant.



À noter: Changement pour l'atelier de cuisine végé

L'atelier de cuisine végé qui se déroule aux 2 semaines change de journée. Les ateliers auront lieu le mercredi au lieu du jeudi de 15h00 à 18h00. Il y a encore une belle mobilisation d'une quinzaine de personnes qui participent et qui préparent une douzaine de plats à emporter à la maison. Si vous souhaitez plus d'information adressez-vous à Émilie.



Coin des gourmands

Recette de la soupe servie lors du Festival de la Soupe 2019

Tomates rôties et oignons caramélisés



Ingrédients:

- 1 kg de tomates coupées en 4
- 1 cuillère à café Thym séché
- 6 gousses d'ail entières
- 1 bonne poignée de basilic frais
- 1 gros oignon taillé en cube
- 1 cuillère à café vinaigre balsamique
- 1 pincée de sucre
- 1/4 cuillère de piment de cayenne (facultatif)

- sel et poivre
- lait de cajou ou crème au goût

Préparation:

Préchauffer le four à 350°F

Graisser ou mettre un papier parchemin sur une plaque.

Enrober les tomates d'huile d'olive et de thym.

Déposer les tomates, l'ail, sel et quelques feuilles de basilic sur une plaque. Cuire pendant 1h30

Pendant ce temps, faire caraméliser les oignons.

Cuire les oignons une dizaine de minutes et déglacer avec le vinaigre balsamique et le sucre. Poursuivre la cuisson pendant 1 minute.

Placer le mélange de tomates et les oignons dans un chaudron ainsi que le basilic. Cuire pendant 20 minutes.

Ensuite, mettre tous les ingrédients dans un robot mélangeur afin d'obtenir la texture désirée.

Ajouter le lait de cajou ou la crème avant de servir.

Projet intimidation



TABLE D'ACTION
ET DE CONCERTATION
EN SÉCURITÉ URBAINE
DE LASALLE

L'an dernier nous avons initié le projet Intimid'Action grâce à un soutien financier du ministère de la Famille. Le projet a eu plusieurs retombées positives, c'est pourquoi nous avons obtenu un nouveau soutien financier de la Table d'action et de concertation en sécurité urbaine de Lasalle (TCASU) pour déployer la deuxième phase. Le slam *Face à face* avec l'intimidation sera présenté dans plusieurs résidences pour aînés avec la comédienne Thérèse Perreault et l'auteure/percussionniste Nicole Lapierre. De même, la phase 2 nous permettra la réalisation d'une vidéo pour permettre la diffusion à un plus large public. **Nous sommes présentement à la recherche de participants qui serait intéressés à vivre une expérience de tournage comme figurant.** Si vous souhaitez participer à la vidéo, donnez votre nom à Émilie : 514-364-1541.

Rappel : Aucune sollicitation dans les activités n'est tolérée

Nous avons été mis au courant qu'il y a encore de la sollicitation d'argent dans des groupes pour remettre aux professeurs. Il a même été mentionné qu'un montant d'argent précis est parfois exigé. Ces collectes d'argent peuvent créer des préjudices pour certaines personnes et créer des malaises. Ce n'est pas tout le monde qui a le même niveau financier. Nous vous rappelons qu'il est strictement interdit de faire des **collectes d'argent** dans les activités du CVML Malgré que le geste part souvent d'une bonne intention, il peut avoir des répercussions négatives et du jugement à l'égard des autres.



De plus, le **code de vie** encourage l'ouverture, la tolérance et le partage. Il **n'y a pas de places attirées** dans les locaux. Les personnes peuvent changer d'endroit à chaque cours. Il est important de rester accueillant envers les autres membres. Le Centre du Vieux Moulin est un milieu de vie inclusif et respectueux.



Campagne Centraide

La campagne Centraide débute en octobre et se poursuit jusqu'en novembre. Centraide du Grand Montréal est une fondation qui soutient les organismes afin d'offrir des services et d'activités qui permettent de briser l'isolement et d'améliorer la qualité de vie des gens. Le Centre du Vieux Moulin de LaSalle reçoit un soutien financier pour assurer le fonctionnement de certains services et activités. Cette année la directrice générale Hélène Lapierre est Porte-parole pour la fondation. Elle a reçu une formation donnée par Centraide. Son rôle l'amènera à promouvoir les enjeux et les axes d'intervention de la fondation afin de participer activement à la levée de fonds annuelle Centraide. Vous pouvez soutenir l'organisme dans la campagne Centraide. (Voir la page couverture pour les détails)

Halloween, bonbon s'il vous plaît

Comme à chaque année, les amis du CPE l'Aventurlure viendront nous visiter lors de la journée d'Halloween. Ils se promèneront dans les locaux pour vous montrer leurs plus beaux déguisements. Pour ceux et celles qui le désirent, vous êtes invités à apporter des bonbons à distribuer aux enfants lors de leur défilé. **Judi 31 octobre en matinée**



Anniversaires du mois

1er octobre :

Lise Maltais
Monique Comeau
Christiane Primeau
Thérèse Linteau
Daintry Asbury

2 octobre :

Carole Roy
Linda Lau Yeung Yum
Huguette Lobjoie
Margaret Mullins

3 octobre :

Diane Beaulieu
Irène Cannuth
Gloriette Baril
Francine Moisan

4 octobre :

Thérèse Mousseau
Ginette Quenneville
Ghislaine Dubuc
Patricia Chalupa
Ginette Brisson
Hélène Dumas
Caryn Brown

5 octobre :

Violet May Munroe
Laurette Lauzon

6 octobre

Manon Lefebvre
Raymonde Guitard

7 octobre

Louise Trudeau
Armande Marceau
François Goulet
Suzie Rodrigue

9 octobre :

Josephine Simon
Robert Choquette
Rita Crépeau
Rolland Tremblay
Marcelle Duquette
Emelda Phipps

10 octobre:

Gilles Loiseau
Suzanne Courtemanche

11 octobre :

Jacques Populus
Daniel Turcotte
Denise Varennes

12 octobre :

Alain Pilon
Olivia Mendonça
Marie-anne Richer

Suzanne Denis

13 octobre:

Francine Deschênes
Michelle Lalonde
Marie-Majella Hudon

14 octobre :

Pamphile Germain
Phyllis Scantlebury
Jeannine Leroux
Hélène Hamel
Colette Demers
Carole Brassard
André Taillefer

15 octobre :

Lise Desgroseillers
Lise Tessier

16 octobre:

Richard Séguin

17 octobre :

Ghislaine Hamel
Francine Trépanier
Pierrette Lasalle

18 octobre :

Ghyslaine Pelland
Micheline Bacon

19 octobre :

Doreen Layers

Marguerite Bissonnette
Claude Beauvais

20 octobre :

Jean-Paul Dussault
Jocelyne Labelle

21 octobre :

Reine Cossette
Angelina Trudel

22 octobre :

Denise Arseneau
Francoise Gilbert

23 octobre :

Micheline Demontigny
Claire Latour
Aline Maria Kuznicowa
Claire Cardinal
Réjean Larouche

25 octobre :

Gilles Roy
Ginette Lebrun

26 octobre :

Lucille Frenette
Monique Leduc-

Couturier

Suzanne Chartrand

27 octobre :

Lise Sénécal
Nicole Séguin

28 octobre :

Léonie Desrosiers
Marcel Bergevin
Marcelle Séguin
Marie Gagnon
Christian Côté

30 octobre :

Micheline Chaurest
Hélène Archambault

31 octobre :

Anne Samson

À vendre : Fauteuil

Fauteuil auto-souleveur de marque Pride, très bonne qualité, tissu brun avec housse lavable pour entretien facile. Bonne condition, moins de deux ans d'utilisation. Seulement 600\$
Contactez Raynald 514-710-6392



Fauteuil sur la photo à titre d'exemple seulement

Nos sincères condoléances

Le 26 août dernier Lucienne Lapierre, Mère de Sylvie Chiasson (employée au café des aînés) est décédée.

octobre 2019



Centraide

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



Québec

dim.	lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.
------	------	------	------	------	------	------

1 2 3 4 5

Semaine québécois des centres communautaires pour aînés

Complétez votre carte postale

6	7	8 <i>Diner com Spaghetti</i> <i>Ligue vieux poêle</i>	9 <i>Atelier végé</i>	10	11	12
13	14 <i>Féerie Action de grâce</i>	15	16	17	18	19
20	21 <i>Élection fédé- rale</i>	22	23 <i>Atelier végé</i>	24	25	26
27	28	29 <i>Discussion et con- férence</i> <i>Accompagnement en fin de vie</i>	30	31 <i>Halloween: distribution de bonbons</i>		