



# Journal Lorr« Aînés »

Affilié au réseau FADOQ, Région des Laurentides

Automne 2023



**Mot du président**

**Yves Carrières**

<b>Sommaire</b>	
Mot du président	1
Bottin téléphonique	2
Calendrier des activités hebdomadaires	3
Quilles	3
Conditionnement et étirements	4
Vaccination	4
Conférence musicale	5
Journée des aînés	6
Souvenirs de voyages	6
Visite des Gerbes d'Angélica	7
Perles de sagesse	7
Club de lecture	8
Anniversaires	9
Textes d'Anne Diveu	10

À l'occasion de ce premier mot à titre de président, je voudrais d'abord adresser mes remerciements à ceux qui ont quitté la barre du conseil d'administration.

En tout premier lieu, je pense à Maurice qui, sans relâche, a consacré tant d'heures à ce Club que nous chérissons comme notre famille. Grâce à lui qui a su créer cette atmosphère empreinte d'amitié, de chaleur et de plaisir, notre Club a grandi.

Je ne voudrais pas oublier non plus Diane Foisy et Laurent Berthiaume qui, chacun dans leurs responsabilités, ont donné un solide coup de main au conseil d'administration.

L'année qui vient est, pour ceux qui ont repris le collier, un sérieux défi. Mais, nous l'entreprenons avec sérénité et surtout l'espoir que vous continuerez, par votre présence, à développer ce Club.

Les projets sont nombreux. Évidemment, nous maintiendrons les activités habituelles et récurrentes comme le conditionnement physique et les étirements, les jeux de table, le club de lecture et autres. De plus, nous prévoyons organiser des conférences, des sorties au cinéma et, possiblement, un ou deux voyages.

Pour rester informés, nous vous conseillons de consulter le journal, ainsi que les infolettres et notre site Internet Club Lorr «Aînés » dont Maurice a gentiment accepté de s'occuper.

Dès le 11 septembre, les activités reprendront. Vous lirez dans ce journal les détails de cette reprise d'activités.

# Journal Lorr « Aînés »

33, boulevard de Gaulle, Lorraine, QC J6Z 3W9  
 Édition et mise en page : Odette Lebert  
 Responsable des étiquettes : Solange Desormeaux

## Conseil d'administration du Club Lorr« Aînés »

Président :	Yves Carrières
Vice-présidente :	Clarisse Baillargeon
Secrétaire :	Lorraine Lebeau
Trésorier :	Bernard Rondeau
Administratrices :	Sylvie Lebeau Odette Lebert Danielle St-Germain



Administrateurs :	Louis Bastien Julien Duchesne
-------------------	----------------------------------

Dans l'ordre, à partir de la gauche : Odette Lebert, Clarisse Baillargeon, Danielle St-Germain, Louis Bastien, Sylvie Lebeau, Lorraine Lebeau, Yves Carrières, Julien Duchesne et Bernard Rondeau

### Pour plus d'informations, communiquer avec les personnes suivantes:

Anniversaires	Clarisse Baillargeon	450 621-3839
Ateliers de création artistique	Lucie Boulais	450 818-2300
Billard	Serge Blackburn	514 231-3593
Canasta (cartes)	Lise Asselin	450 965-0428
Club de lecture	Odette Lebert	450 951-3693
Conditionnement et étirements	Clarisse Baillargeon	450 621-3839
Train mexicain (Dominos)	Gilles Racine	450 965-0428
Cartes 500	Jean-Claude Brisebois	450 621-0252
Golf	Marcel Pépin Fernand Forest	450 965-0219 450 621-6107
Pétanque	Julien Duchesne	450 621-4159
Quilles	Raymond Descoteaux	450 435-8398
Renouvellement – cartes de membres	Clarisse Baillargeon	450 621-3839
Scrabble	Denise Magnan	450 275-3450
Whist militaire	Gilles Racine	450 965-0428

### Références

Action bénévole Solange Beauchamp	450 430-5056
Ambulance	911
Bibliothèque de Lorraine	450 621-8550 Poste 263
C.L.S.C. de Thérèse-De Blainville	450 433-2777
Centre antipoison	1 800 463-5060
Cité de la Santé Laval (urgence)	450 975-5500
Clinique médicale Lorraine	450 621-1444
Aide Chez Soi	450 979-2372
Hôpital Saint-Eustache	450-473-6811
Hôtel de ville de Lorraine	450 621-8550
Hydro-Québec (pannes)	1 800 790-2424
Info-Santé	811
Local Lorr« Aînés »	450 965-2247
Régie de police inter- municipale	450 435-2421
Société Alzheimer Laurentides	450 818-7136
Urgence	911

## CALENDRIER DES ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES – Automne 2023

JOUR	ACTIVITÉ	HEURE	RESPONSABLE	TÉLÉPHONE
LUNDI	Conditionnement	9 h	Clarisse Baillargeon	450 621-3839
LUNDI	Étirements	10 h 30	Clarisse Baillargeon	450 621-3839
LUNDI	Canasta	13 h	Lise Asselin	450 965-0428
LUNDI	Train mexicain	13 h	Gilles Racine	450 965-0428

MARDI	Atelier de création	9 h	Lucie Boulais	450 818-2300
MARDI	Billard	13 h	Serge Blackburn	514 231-3593
MARDI	Rencontres amitiés	13 h	Gisèle Dugal	450 621-7123

MERCREDI	Conditionnement	9 h	Clarisse Baillargeon	450 621-3839
MERCREDI	Étirements	10 h 30	Clarisse Baillargeon	450 621-3839
MERCREDI	Le 500	13 h	Jean-Claude Brisebois	450 621-0252
MERCREDI	Le Scrabble	13 h	Denise Magnan	450 275-3450
MERCREDI	Billard	13 h	Serge Blackburn	514 231-3593

JEUDI	Conditionnement	9 h	Clarisse Baillargeon	450 621-3839
JEUDI	Étirements	10 h 30	Clarisse Baillargeon	450 621-3839
JEUDI	Billard	13 h	Serge Blackburn	514 231-3593
JEUDI	Whist militaire	13 h	Gilles Racine	450 965-0428

### QUILLES

**Julien Duchesne**

Vous seriez intéressé(e)s à jouer aux petites quilles avec d'autres aîné(e)s?

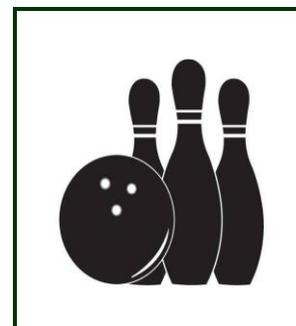
Nous vous informons qu'il y a quelques places disponibles pour l'année 2023-2024 dans la ligue **Les Voltigeurs**.

Il s'agit d'un groupe d'environ 100 joueurs de différents calibres qui jouent les vendredis à 12 h 45 à partir du 8 septembre.

Cette activité se déroule à la salle de quilles Ste-Thérèse située au 175, boul. Ducharme à Ste-Thérèse.

Le coût est de 18 \$.

Vous pouvez vous inscrire auprès du président de la ligue, monsieur Raymond Descoteaux au 450-435-8398.



## CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET ÉTIREMENTS

Les cours de conditionnement physique et d'étirements commenceront la semaine du 11 septembre 2023. Il reste quelques places pour le conditionnement physique des mercredi et jeudi et pour les étirements du jeudi.

L'inscription est valide lors du dépôt d'un chèque daté des premiers jours de septembre.

Horaire des séances :

### Le lundi

De 9 h à 10 h : conditionnement physique

De 10 h 30 à 11 h 30 : étirements

### Le mercredi

De 9 h à 10 h : conditionnement physique

De 10 h 30 à 11 h 30 : étirements

### Le jeudi

De 9 h à 10 h : conditionnement physique

De 10 h 30 à 11 h 30 : étirements



Responsable : Clarisse Baillargeon au 450-621-3839

## VACCINATION

Yves Carrières

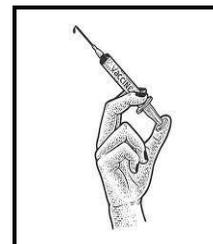
Les conditions pour tenir des séances de vaccination pour nos membres au Centre culturel Laurent G. Belley sont maintenant changées. Comme l'intérêt de ces séances était la gratuité et que la pharmacie nous a indiqué qu'elle devrait dorénavant nous charger des frais, le Club a décidé de ne pas tenir de telles séances cette année.

Par contre, il est possible pour nos membres d'obtenir gratuitement le vaccin pour la Covid-19 et la grippe/influenza en même temps et au même endroit.

Notez que les personnes de 80 ans et plus peuvent obtenir le vaccin contre le zona gratuitement.

Pour recevoir ces vaccins, vous prenez rendez-vous par Internet sur le site Clic-Santé en suivant les instructions. Vous pouvez également communiquer par téléphone au 1-877-644-4545, du lundi au vendredi de 8 h à 18 h.

Toute information complémentaire relative aux exceptions d'âge ou de conditions de santé apparaît sur les sites.



## CONFÉRENCE MUSICALE

### CHARLOT, LE MUSICIEN-VAGABOND

LE MARDI 24 OCTOBRE 2023

À 13 h 30

AU CENTRE CULTUREL LAURENT G. BELLEY



Doté d'une formation universitaire en musique et en gestion d'organismes culturels, animateur et conférencier, monsieur Maurice Rhéaume présentera l'une de ses mémorables conférences musicales intitulée « Charlot, le musicien-vagabond ».

Nous connaissons tous les grands talents d'acteur et de réalisateur de Charlie Chaplin, mais on passe souvent sous silence comment la musique fut un élément déterminant dans l'évolution de sa carrière. Non seulement il compose la bande sonore de plusieurs de ses grands films, mais son art unique de la pantomime et de la gestuelle est directement tributaire de sa connaissance et de son appréciation de la musique. Par le biais de plusieurs extraits de films, par sa musique, par ses textes, découvrons la profondeur du talent protéiforme de Charlot, le musicien-vagabond.

Cette conférence est présentée au coût de **5 \$ pour les membres et de 10 \$ pour les non-membres.**

Toute personne intéressée doit s'inscrire sur la liste disponible à cet effet dans notre local et en déposer le coût avant le 13 octobre prochain. Le cartable d'inscription y sera disponible à compter du 28 août 2023.

Information : Danielle St-Germain : 514-915-5292

### Perles de sagesse

« Comme jouer du violon ou du piano, penser exige une pratique quotidienne. » C. Chaplin

« La musique, c'est du bruit qui pense. » Victor Hugo

« La musique chasse la haine chez ceux qui sont sans amour. Elle donne la paix à ceux qui sont sans repos, elle console ceux qui pleurent. » Pablo Casals

« L'amour de la musique mène toujours à la musique de l'amour. » Jacques Prévert

## JOURNÉE DES AÎNÉS

Vous êtes invités à venir célébrer la journée des aînés le **mardi 3 octobre** prochain au Centre culturel Laurent G. Belley à partir de 11 h 30.

À cette occasion, un buffet froid et chaud vous sera servi vers midi. Par la suite, vous entendrez le trio **Les mémorables** interpréter des succès d'hier à aujourd'hui.

Le cartable d'inscription sera mis à votre disposition au local dès le 28 août. Vous pouvez ainsi former votre table de 8 personnes maximum. N'oubliez pas d'apporter votre vin.

La date limite d'inscription est le 28 septembre. Après cette date, aucune inscription ne sera acceptée.

Le coût pour les membres est de 40,00\$ et pour les non membres de 65,00\$. Paiement par chèque seulement, libellé au nom du club Lorr« Aînés ».

Au plaisir de vous rencontrer.

**Diane Foisy 450 965-2235**  
**Louis Bastien 450 975-3668**

## VISITE À LA ROUTE DES GERBES D'ANGELICA

**Odette Lebert**

Le mardi 25 juillet, 27 membres des Lorr« Aînés » ont profité de la belle température pour arpenter les merveilleux jardins de la Route gourmande d'Angelica, un endroit magique, rempli de poésie et de surprises.



Après notre promenade à travers les 14 sentiers thématiques, nous avons dégusté un délicieux repas, préparé avec les produits de la région.

Grâce à cette activité, nous avons bien apprécié cette véritable communion avec la nature, qui a réussi à nous faire oublier, pendant quelques heures, les tourments de notre planète Terre.



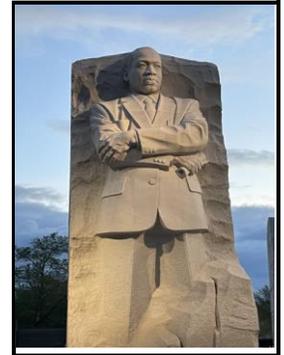
## Perle de sagesse

«Si nous prenons la nature pour guide, nous ne nous égarons jamais.» Cicéron

**Washington au temps des cerisiers**



Du 13 au 17 avril dernier, 16 joyeux membres du Club Lorr« Aînés » ont apprécié les bienfaits d'un printemps hâtif offerts par cette ville historique qui, avec son cachet très européen, ses mémoriaux et ses nombreux musées, a laissé à plusieurs un désir vif d'y retourner.



**Ottawa et une croisière sur le canal Rideau**



Le 19 mai, une quarantaine de membres s'est éblouie devant tant de beauté florale et a apprécié une vue inédite du centre-ville lors d'une croisière sur le canal Rideau, classé au patrimoine mondial de l'UNESCO.



Chaque année, la famille royale néerlandaise et l'association des producteurs de bulbes néerlandais expédient 10 000 bulbes de tulipes au Canada



**Perles de sagesse**

«C'est une triste chose de songer que la nature parle et que le genre humain n'écoute pas.»

Victor Hugo

«Pour pouvoir contempler un arc-en-ciel, il faut d'abord endurer la pluie.» Proverbe chinois

«On ne peut vaincre la nature qu'en lui obéissant.» Francis Bacon

« Le voyage est la seule chose qu'on achète qui nous rend plus riche. » Anonyme

« Une destination n'est jamais un lieu, mais une nouvelle façon de voir les choses »

Henry Miller

« Si vous ne savez pas où vous allez, n'importe quel chemin vous y mènera. » – Lewis Carroll

Les membres du club de lecture, qui n'ont pas chômé pendant la période estivale, désirent partager avec vous quelques titres de romans qui les ont particulièrement intéressé(e)s.

- ◆ **Été après été** d'Erin Hildebrand  
Printemps 2020. Quand Mallory Blessing meurt, c'est à son fils Link de s'occuper de ses dernières volontés. Il apprend qu'il doit convier Jake McCloud aux obsèques de sa mère. Link ne comprend pas pourquoi sa présence lui tenait tant à cœur.
- ◆ **La mariée portait des bottes jaunes** de Katherine Pancol  
India et Louis ont dix et huit ans et demi quand leur mère les dépose devant la grille du Château de Berléc en leur disant qu'elle reviendra.
- ◆ **Le culte** de Camilla Läckerg et d'Henri Fexeus  
Les talents exceptionnels de ces deux écrivains se conjuguent à nouveau pour mettre en scène la détective Mina Dahbiri et le grand mentaliste Vincent Walder - un duo hors du commun aux multiples névroses, mais étrangement complice.
- ◆ **Ce que je sais de toi** d'Éric Chacour  
C'est l'histoire d'un médecin marié qui vit au Caire où il a hérité de la clinique de son père. Une fois par semaine, il va dans un quartier défavorisé pour y soigner des gens. Un jour, un jeune homme vient le chercher, car sa mère est malade. Cette rencontre va changer sa vie...
- ◆ **La rêveuse d'Ostende** d'Eric Emmanuel Schmitt  
Il s'agit de cinq nouvelles passionnantes et très bien écrites, où l'amour et le suspense se côtoient.
- ◆ **La patience des traces** de Jeanne Benameur  
Quête initiatique qui contient aussi tout un roman d'apprentissage bâti sur le feu et la violence. C'est un livre de silences et de rencontres, un livre d'une grande sagesse.
- ◆ **Noir Montréal** Nouvelles de seize auteurs de romans policiers ou d'intrigues tels Martin Michaud, Patrick Sénécal, Johanne Seymour, etc.  
Chaque écrivain situe son intrigue dans un quartier différent de Montréal, ce qui permet au lecteur de s'y reconnaître ou de s'y perdre... Le style personnel de chacun nous permet une lecture divertissante et courte comme l'exige le format.
- ◆ **Le moineau domestique** de Serge Bouchard  
Premier livre de l'auteur qui s'interroge sur tout... Une soixantaine de courts textes sur des sujets éclectiques : la chansonnette, le plat du jour, le rire, l'insoluble... pour n'en nommer que quelques-uns. Ceux-ci nous amènent à une réflexion personnelle parfois et qui, de par sa prose, nous émerveille. Un cadeau à se faire à soi-même.



Chaque troisième mardi du mois, les membres du club de lecture se réunissent à la bibliothèque de Lorraine à 13 h 30. Si cette activité vous intéresse, vous pouvez me rejoindre en composant le 450 951-3693.

### Perle de sagesse

« Un livre a toujours deux auteurs : celui qui l'écrit et celui qui le lit. » Jacques Salomé

## SEPTEMBRE

1 Auger, Jean-Guy  
1 Leclerc, Martin  
1 Renaud, Philippe  
2 Larouche, Marie-Josée  
2 Pilon, Carol  
3 Boulianne, Diane  
5 Lemire, Danielle  
5 Prigent, Claudette  
5 Arbour, André  
7 Leduc, Francine  
8 Duchesne, Guy  
10 Milcik, Michael  
12 Ducharme, Carmen  
12 Lapierre, Lucie  
13 De Matos, Benvinda  
15 O'Keefe, Madeleine  
16 Delorme, Lise  
17 Vaillancourt Choquette, Yolanda  
18 Charbonneau, Liette  
18 Milot, François  
18 Turcotte, Paul-Henri  
19 Préfontaine, Edouard  
19 Verret, Micheline  
21 Hamel Hivon, Jacqueline  
21 Jacques, Wilfrid  
23 Bourcier, Bibiane  
23 Fortin, Louis  
23 St-Germain, Danielle  
24 Lebel, Claude  
24 Lussier Charrette, Francine  
26 Lebert, Odette  
26 Taillefer, Denis  
27 Meunier, Josée  
27 Wanamaker, Steven  
29 Plante, Denise  
30 Dallaire, Céline



## OCTOBRE

1 Surprenant, Carole	14 Vallée, Michèle
2 Asselin, Gabriel	15 Cardinal, Pauline
3 Cousineau, Lise	15 Chalut, Denise
3 Milot, Francine	15 Rivest, Francine
3 Racine, Gilles	16 Lambert, Précylle
4 Deckers, Marie	19 Charron, Ronald
4 Taillefer, Claudette	21 Diebolt, Annie
4 Trudeau Pasquin, Mireille	21 Signori, Philippe
6 Thibeault, Chantal	22 Boisclair, Angèle
7 Dostaler, Julie	22 Hogue, Monique
7 Pasquin, Louis	23 Du Temple, Muriel
8 Lessard, Marie-Paule	23 Durling Bordeleau, Anne
8 St-Cyr, Suzanne	23 Laurin, Gérard
9 Legault, Claudette	23 Tanguay, André
10 Duchesne, Julien	23 Tanguay, Carolle
10 Miron, Alain	25 Coderre, Luce
12 Boyer Mercier, Claire	26 Leblanc, Céline
12 Coté, Nicole	26 Leblanc, Thérèse (Terrie)
12 Hince, Réjean	29 Leclair Duquette, Nicole
12 Painchaud, Nicole	29 Morin, Réal
13 Lapointe, Sylvie	30 Danis, Charles
13 Lorrain, Diane	30 Desjardins, Jean-Claude
14 Turcotte, Suzanne	31 Dessureault, Pierre
	31 Hogue, Michel
	31 Lagacé, Gilbert

### Perle de sagesse

«On ne peut pas s'empêcher de vieillir, mais on peut s'empêcher de devenir vieux.» H. Matisse

## Le temps d'un été

Anne Diveu

C'est le temps de l'été, le temps de l'amour et de l'aventure comme dit la chanson, mais c'est surtout le temps de retrouver son moi intime, le temps du lâcher prise, de l'authenticité, du retour au source.

Fi du paraître et du désir acharné d'être l'excellence dans tous les domaines, vie publique, vie privée.

Redevenir l'enfant heureux de retrouver ses amis d'été dans la maison des grands parents LA ROSE DES VENTS en direct sur la plage avec l'océan en plein écran.

Fermer les yeux et revivre les instants magiques du premier émoi avec ÉLISE la jolie petite voisine aux nattes blondes et aux yeux vert pistache. Nous avons huit ans, l'innocence, la joie pure, le cœur ouvert et le plaisir tout simple d'exister.

Retrouver des moments d'intimité avec son amoureuse, pieds dans l'eau, cheveux au vent, profitant de ce moment béni où nos cœurs sont en parfaite harmonie. Oubliés les soucis, juste se ressourcer, humer l'air iodé, offrir nos visages au dieu RÂ souverain du ciel d'été. Les paroles sont superflues on se reconnecte à la source de notre amour. Il est là, ici et maintenant le vrai temps de l'été. La rentrée déjà ! L'été s'enfuit doucement laissant dans son sillage la douceur de l'air encore chargé des ondes chaleureuses des heureux mois du mitan de l'année.



## Ainsi va le temps !

Anne Diveu



Les feuilles des arbres, si vertes hier, commencent à prendre les teintes des potimarrons et autres citrouilles qui poussent sous leurs larges feuilles annonçant l'imminence de cette saison rustique et flamboyante des tons ocrés que nous offre dame nature.

La forêt se fait plus silencieuse, cathédrale en gestation de couleurs jaune citronné, safran, ocre et rouille. Le temps est suspendu entre ces deux saisons été-automne. Nous aussi sommes en attente de la grande douceur automnale qui permet au corps et à l'esprit de se recadrer après le tumulte des vacances et avant le grand hiver d'Amérique du Nord.

Rentrer le bois, préparer la cheminée pour les grands feux des mois les plus rigoureux de l'année. Faire provision de plein air en de longues marches près de la rivière. Pédaler allégrement le long des sentiers du lac. Remiser bateau et kayak.

Quel plaisir de se retrouver entre amis autour des derniers repas en extérieur. Nous sommes en attente mais joyeux de cette saison apaisante qui nous apporte la sérénité nécessaire pour affronter l'hiver.

Joie de retrouver la douceur d'une écharpe, d'un bonnet, de mitaines. L'esprit est en apesanteur et cela fait du bien. Le souvenirs d'été nous réchauffent le cœur et la joie d'envisager la saveur des soupes de cucurbitacées est bien présente.

Chaque saison est une merveille : à nous d'en découvrir les arcanes pour en faire les bijoux de notre existence.

## Perle de sagesse

« Écrire, c'est traverser une saison qui n'est pas au calendrier. » Françoise Lefèvre