



Journal Lorr « Aînés »

Affilié au réseau FADOQ, Région des Laurentides

Avril 2025



Sommaire

Mot du président	1
Bottin téléphonique	2
Calendrier des activités	3
Convocation de l'Assemblée générale	3
Génies en gris	4
Pickleball	4
Pétanque	4
Dîner à la cabane à sucre	5
Conférence musicale	6
Attention - Fraude	6
Excursion en Outaouais	7
Les trésors de Kingsey Falls	8
Club de lecture	9
Ciel, océan et autre d'Anne Diveu	10

Mot du président

Yves Carrières

Hé oui, une année est presque écoulée au mandat de votre conseil d'administration. C'est le temps de réserver votre date pour l'Assemblée générale annuelle (AGA) du Club Lorr « Aînés ».

L'AGA aura donc lieu le jeudi 8 mai prochain à 13 h 30 au Centre culturel Laurent G. Belley.

Nous comptons que vous maintiendrez la tradition et que vous serez présents en grand nombre à ce jour important pour l'administration de votre Club. Votre présence est un encouragement pour les efforts et le travail des personnes qui vous représentent.

Cette année, il y a une nouveauté. Il n'y aura pas de mise en candidature lors de l'assemblée. Ceux qui souhaitent agir comme membre du conseil d'administration doivent se procurer le formulaire auprès de la secrétaire du Club, Lorraine Lebeau (téléphone : 514-914-2570). Une fois dûment rempli, il faut le remettre à Lorraine Lebeau au plus tard le 3 mai 2025 à 16 h, soit cinq (5) jours avant l'élection qui se tiendra lors de l'AGA. Cette nouvelle façon de faire est conforme à ce qui passe dans les autres clubs de la FADOQ.

La convocation pour l'AGA sera affichée dans le local du club et vous parviendra dans une infolettre avec l'ordre du jour.

Encore une fois, je compte sur votre présence et vous en remercie à l'avance.

En terminant, la fraude sur Internet se poursuit et plusieurs y succombent. Lisez l'article que j'ai rédigé sur le sujet dans le présent journal.

Perle de sagesse

« Je suis un de ceux qui croient que le but de la démocratie est de faire accéder chaque homme à la noblesse. » Romain Gary

Journal Lorr « Aînés »

33, boulevard de Gaulle, Lorraine, QC J6Z 3W9

Édition et mise en page : Odette Lebert

Correctrice : Clarisse Baillargeon

Responsable de la distribution du journal : Solange Desormeaux

Conseil d'administration du Club Lorr « Aînés »

Président : Yves Carrières
 Vice-présidente : Clarisse Baillargeon
 Secrétaire : Lorraine Lebeau
 Trésorière : Sylvie Lebeau

Administratrices : Johanne Gagnon
 Odette Lebert
 Danielle St-Germain

Administrateurs : Louis Bastien
 Julien Duchesne



À partir de la gauche : Yves Carrières, Lorraine Lebeau, Julien Duchesne, Danielle St-Germain, Johanne Gagnon, Sylvie Lebeau, Louis Bastien, Odette Lebert et Clarisse Baillargeon.

Pour plus d'informations, communiquez 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	Solange Desormeaux	514-792-4972
Train mexicain (Dominos)	Gilles Racine	450-965-0428
Golf	Marcel Pépin Fernand Forest	450-965-0219 450-621-6107
Pétanque - Pickleball	Julien Duchesne	450-621-4159
Quilles	Raymond Descoteaux	450-435-8398
Renouvellement - cartes de membres	Clarisse Baillargeon	450-621-3839
Scrabble	Denise Laurin Lise Mailloux	450-818-3790 514-268-6645
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 - printemps et été 2025

Avril 2025			
Mardi 22 avril	Génies en gris	13 h 00	Centre culturel
Dimanche 27 avril	Train mexicain	13 h 00	Centre culturel
Mai 2025			
Dimanche 4 mai	Train mexicain	13 h 00	Centre culturel
Mardi 20 mai	Rencontre du club de lecture	11 h 00	Bibliothèque
Du 25 au 27 mai	Escapade en Outaouais		
Août 2025			
19 août	Les trésors de Kingsey Falls		
Tout l'été			
Lundi	Canasta et train mexicain	13 h 00	Centre culturel

En ce qui concerne **la pétanque et le pickleball**, voir les articles de Julien Duchesne dans le journal.

Avis de convocation de l'Assemblée générale annuelle 2025

Le Conseil d'administration du Club Lorr « Aînés » a le plaisir d'inviter tous les membres à son Assemblée générale annuelle qui se tiendra le jeudi **8 mai à 13 h 30** au Centre culturel Laurent G. Belley, 4 boul. de Montbéliard, Lorraine.

L'ordre du jour de cette assemblée est affiché au local du club et sur notre site Web.

Les personnes intéressées à se présenter à un poste au sein du Conseil d'administration peuvent s'adresser à la secrétaire du club pour obtenir un formulaire de mise en candidature.

Le formulaire dûment complété doit être remis à la secrétaire du club cinq jours avant l'Assemblée générale.

Yves Carrières, président
Lorraine Lebeau, secrétaire 514 914-2570



Bonjour à toutes et à tous,

Pendant nos rencontres du dimanche après-midi, avons-nous enrichi nos mémoires, creusé nos méninges pour répondre à des quiz, cherché des réponses à des énigmes, rit de nos manquements et plusieurs fous rires lors de réponses farfelues ? Oui, car nos rencontres bihebdomadaires étaient enrichissantes, pleines d'échanges sur différents sujets à la fois anodins et sérieux mais surtout pleines d'humour.



Merci à tous les participants et participantes pour votre présence si motivante, votre bonne humeur, votre soutien et vos suggestions pour améliorer nos rencontres. Nous serons de retour assurément en septembre prochain. Soyez à l'affût de notre date de retour.

Pickleball - été 2025**Julien Duches-**

Il me fait plaisir de vous informer que le service des loisirs de la ville de Lorraine met encore une fois à la disposition des Lorr « Aînés » les quatre terrains de pickleball du parc Lorraine, tous les mardis, de 19 h à 21 h.

Bientôt, je vous informerai de la date d'ouverture.

Comme l'an passé, on créera des équipes de différents niveaux.

Pour les débutants, nous aurons quatre raquettes à votre disposition pour les premiers mardis. Nous vous expliquerons les règles de base de ce jeu et vous donnerons un cours d'initiation.

Venez vous amuser. Pour votre confort et votre sécurité, nous vous recommandons fortement de porter des souliers de pickleball ou de tennis.

Si vous êtes intéressé(e)s, faites-moi parvenir votre nom, prénom, numéro de téléphone et votre adresse courriel à ducdup@videotron.ca

Bon été à toutes et à tous !

Pétanque - été 2025**Julien Duches-**

Il me fait plaisir de vous informer que nous commencerons notre saison de pétanque, le mercredi 14 mai à 13 h. Les inscriptions se feront pour le mois de mai, à 12 h 45 et, pour le reste de l'été, à 18 h 45.

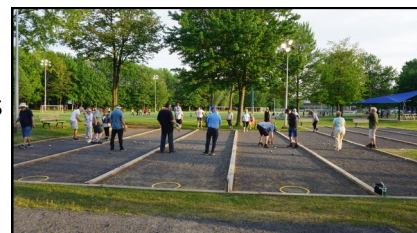
La dernière partie de la session aura lieu le mercredi 20 août à 10 h 45.

En cas de pluie, nous faisons confiance à votre jugement : on ne joue pas et il n'y aura pas de remise de partie.

La cotisation sera de 3 \$ et s'il vous plaît : pas de petites monnaies. Merci !

Pour vous inscrire, écrivez-moi à ducdup@videotron.ca et inscrivez : **pétanque**

Notez aussi qu'avant chaque partie, j'aurai besoin de l'aide de bénévoles pour préparer les allées et pour s'occuper des inscriptions et former les équipes. Merci.



Notre dîner à la Cabane à sucre Lalande, qui a eu lieu le 19 mars dernier à St-Eustache, a encore une fois remporté un grand succès avec 58 participants.



Nous avons dégusté un repas typiquement québécois que tout le monde a apprécié et qui fut suivi de la tire sur la neige.



Notre président, monsieur Yves Carrières, nous a souhaité la bienvenue et a fait tirer huit prix de présence. Quelle belle façon de débiter le printemps, d'échanger entre Lorr« Aînés » et de profiter d'une belle journée ensoleillée!



Merci à toutes les participantes et les participants.

Au plaisir de vous accueillir en grand nombre lors de notre prochaine activité.

Perles de sagesse

« La vie, c'est l'art de dessiner sans gomme à effacer. » J. W. Gardner

« Tous les arts contribuent au plus grand de tous les arts, l'art de vivre. » Bertolt Brecht

« Une vie est une œuvre d'art. Il n'y a pas de plus beau poème que de vivre pleinement. Échouer même est enviable, pour avoir tenté. » Georges Clémenceau

« Une partie de l'art de vivre dépend de notre capacité à combattre notre impuissance. » Marc Lévy

Encore une fois, notre fidèle et réputé conférencier, Maurice Rhéaume, nous a enchantés, sous la proposition « Hommage musical à la rose du Petit Prince d'Antoine de Saint-Exupéry.



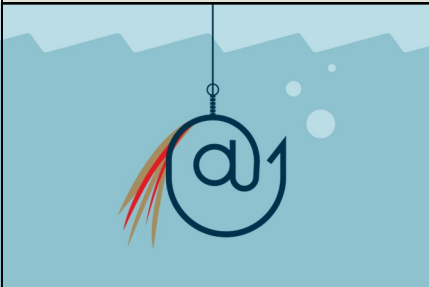
Nous avons ainsi pu saisir davantage l'intensité de la relation entre l'aviateur et le Petit Prince. Le cœur de la rose fut au centre de cette rencontre, entrecoupée d'extraits d'œuvres musicales finement choisies parmi *Les Chansons des roses* de Morten Lauridsen, *Die Rose – Romance* de Franz Liszt – de *Der Rosen, Cavalier* de Richard Strauss, *Meine Rose* de Robert Schumann ainsi que *La rose et le rossignol* de Rimsky Korsakov.



Nous avons donc revisité ce chef d'œuvre littéraire aux illustrations touchantes arrimées de grandes œuvres du répertoire de la musique classique.

Internet - Attention - Fraude

Yves Carrières



Un membre du Club Lorr « Aînés » a été victime d'un piratage de son courriel et de nombreux membres ont reçu un courriel qui semblait provenir de ce membre.

C'était en effet une arnaque !!!

Il est absolument important de ne pas donner suite à de tels courriels même s'ils semblent venir d'un proche et d'une relation.

Le truc c'est d'obtenir de vous de l'argent et vos coordonnées.

Comment réagir à de telles demandes d'aide ou de simples expressions d'un besoin quelconque ? Si vous n'êtes pas sûr que ce soit une demande réelle, communiquez par téléphone avec la personne concernée pour vérifier s'il s'agit bien de sa demande. **Surtout, ne répondez pas au courriel reçu** et détruisez-le sans y répondre. S'il s'agit d'une vraie demande, la personne concernée devra vous le confirmer personnellement. S'il est impossible de la rejoindre, effacez le courriel et oubliez-le. Mieux vaut faire cela que de vous mettre dans le pétrin.

Il est plutôt incroyable qu'un proche ait recours à un courriel pour vous demander de communiquer avec lui ou de l'aider.

Soyez donc très prudents.

L'automne prochain, le Club prévoit revenir sur le sujet avec une conférence. J'espère que vous y participerez en grand nombre. Surtout, ne croyez pas tout savoir sur le sujet.

Perle de sagesse

« Les écrivains doivent connaître la grammaire comme les escrocs le code. » Maurice Chapelain

DÉCOUVRIR LA BEAUTÉ DE L'OUTAOUAIS**Escapade 3 jours et 2 nuits, 5 repas inclus du 25 au 27 mai 2025**

Croisière sur la Rivière des Outaouais, Musée canadien de l'Histoire, Hôtel Hilton du Lac Leamy, crédit pour le Casino, Parc Oméga, Château Montebello avec souper gastronomique et déjeuner-brunch, pause gourmande dans une chocolaterie et une fromagerie...

Il y a de nombreuses places disponibles et le rabais de 25 % a été prolongé jusqu'au 30 avril prochain.

Agence : Expression Voyages

Coût : (Incluant un rabais de 25 % pour les inscriptions reçues avant le 30 avril 2025)

Occupation double :	785 \$
Occupation triple :	725 \$
Occupation quadruple :	695 \$
Occupation simple :	985 \$



Transport en autocar de 54 places disponibles ;

Embarquement assuré à Place Lorraine si au moins 35 personnes inscrites;

Heure prévue de l'embarquement pour le départ: 9 h 00 du matin;

Heure prévue du débarquement au retour: 17 h 00;

Si assurance-voyage souhaitée, veuillez communiquer avec madame France Diamond au 819-868-1421 les mardis et mercredis ou via son adresse courriel: france@expressionvoyages.com

Pour toute information supplémentaire et inscriptions, vous devrez communiquer directement avec Expression Voyages, auprès de Maylis, coordonnatrice ou Jasmine à la réservation. De plus, pour votre confort, nous vous invitons à discuter au préalable avec l'une d'elles de tous besoins particuliers (allergies, intolérance, mobilité réduite, etc.).

Danielle St-Germain : 514-915-5292

Pour vous inscrire : rejoindre Maylis ou Jasmine du lundi au vendredi chez Expression Voyages :

819-868-1421

Perle de sagesse

« Le plus beau voyage, c'est celui qu'on n'a pas encore fait. » Loïk Peyron

« Le monde est un livre et ceux qui ne voyagent pas ne lisent qu'une seule page. » St-Augustine

« Je ne perds jamais. Soit je gagne, soit j'apprends. » Nelson Mandela

« Le vrai tombeau des morts, c'est le cœur des vivants. » Jean Cocteau

Une journée à retenir : le 19 août 2025

Visite et dégustation à la Fromagerie du Presbytère;
Visite guidée des jardins du Parc Marie-Victorin;
Dîner sous forme de boîte repas;
Visite et dégustation à la Miellerie King;
Visite guidée de l'Usine Cascades;
Pourboires au guide et chauffeur inclus;
Toutes les taxes incluses et FICAV;
Prix : 219 \$



Guide accompagnateur;
Transport en autocar de 54 places disponibles ;
Embarquement assuré à Place Lorraine si au moins
35 personnes inscrites;
Heure prévue de l'embarquement pour le départ : 7 h 00 AM;
Heure prévue du débarquement à Lorraine : 19 h 30;
Dépôt de 100 \$ par carte de crédit à Expression Voyages au
moment de l'inscription;
Prélèvement automatique de la balance du paiement sur votre
carte de crédit par Expression Voyages 45 jours avant le départ;

Si assurance-voyage souhaitée, veuillez communiquer avec madame France Diamond au 819-868-1421 les mardis et mercredis ou via son adresse courriel: france@expressionvoyages.com

La période d'inscription du 15 avril au 15 mai 2025 est réservée aux membres du Club Lorr « Aînés ».
Les membres FADOQ-Laurentides pourront s'inscrire à compter du 16 mai 2025.

Pour toute **information supplémentaire et inscriptions**, vous devrez communiquer directement avec Expression Voyages, auprès de **Maylis**, coordonnatrice, ou ses assistantes au numéro de téléphone suivant : 819-868-1421.

De plus, pour votre confort, nous vous invitons à discuter au préalable avec l'une d'elles de tous besoins particuliers (allergies, intolérance, mobilité réduite, etc.).

Vous recevrez sous peu, en pièce détachée, une infolettre présentant l'itinéraire détaillé, les inclusions et exclusions.



Danielle St-Germain 514-915-5292

Rappel : Pour informations : Maylis ou Jasmine : 819-868-1421

Une fois de plus, des membres du club de lecture vous suggèrent quelques titres qui les ont particulièrement captivés.

◆ **Les filles qui mentent** de Eva Björg Áegisdóttir (polar islandais)

Elma, ancienne inspectrice de la brigade criminelle de Reykjavik, pensait mener une vie paisible à Akranes, un petit village au nord de la capitale. Mais le corps d'une femme est retrouvé dans un champ de lave. Elma et son équipe se retrouvent chargées de l'enquête. Cela fait sept mois que cette mère célibataire a disparu, ne laissant qu'un simple mot d'excuses sur la table de la cuisine.



◆ **Évangéline et Gabriel** de Pauline Gill (roman historique québécois)

Dans le village de la Grand'Prée, Évangéline et Gabriel vivent, en 1755, les premiers frissons d'un grand amour. L'innocence de leur jeunesse se heurte bien vite aux mouvements des troupes anglaises. C'est un roman bouleversant, une histoire d'amour tragique doublée d'une reconstitution historique qui n'est pas sans rappeler les conflits actuels qui sévissent à travers le monde.

◆ **Il ne se passe jamais rien ici** d'Olivier Adam (roman policier français)

Secrets de famille, secrets de village...La saison touristique touche à sa fin dans ce village niché sur les rives du lac d'Annecy. Comme souvent, Antoine passe la soirée au Café des Sports avec les habitués. L'atmosphère est à la fête. Mais quand, au petit matin, on découvre le corps d'une femme assassinée au bord de l'eau, c'est vers lui que se portent les regards. Qui a commis ce meurtre?

L'auteur place tour à tour comme narrateur, tous les protagonistes de l'affaire.

◆ **Ordures ! journal d'un vidangeur** de Simon Paré-Poupart (essai québécois)

En lisant ce journal d'un vidangeur, vous ferez la découverte d'un monde dont vous ne soupçonniez pas l'existence. Un rassemblement d'excentriques et de personnages plus ou moins intégrés à la vie normale qui travaillent sur la ligne de crête entre ce que notre société considère propre et ce qu'elle juge sale. Qui sont ces athlètes qui courent nos rues chaque semaine derrière des camions, peu importe la température ? Quelle est leur vision du compostage, du recyclage, de la récupération?

◆ **Des diables et des saints** de Jean Baptiste Andrea (roman français)

C'est l'histoire de Joseph, un jeune orphelin de 16 ans qui sera envoyé dans un orphelinat où la vie est très dure; le travail est harassant et les punitions pleuvent pour des brouillies. Il essaiera de s'évader à quelques reprises, mais sera repris et sévèrement puni. Va-t-il réussir à s'enfuir? Beau récit par l'auteur de **Veiller sur elle**.

◆ **La coupure** de Fiona Barton (polar anglais)

Dans un journal, un entrefilet signale la découverte d'un squelette de bébé sur un chantier de la banlieue de Londres. Trois femmes s'intéressent à ce fait divers. Il y a quarante ans, le bébé d'Angela a été enlevé à la maternité. Le secret d'Emma, jeune éditrice, risque d'être découvert. Quant à Kate, journaliste connue, elle compte écrire plusieurs articles sur le sujet.

◆ **Les enfants du large** de Virginia Tangvald (roman autobiographique français)

Sur les traces de son frère disparu en mer, Virginia Tangvald propose, avec **Les enfants du large**, une enquête captivante sur les sombres secrets de sa famille. Remettant en question la vie idyllique légendaire de son père, le navigateur Peter Tangvald, sa quête déboulonne le mythe de la liberté absolue et porte l'espoir d'avoir brisé un cycle toxique.

Bonne lecture !

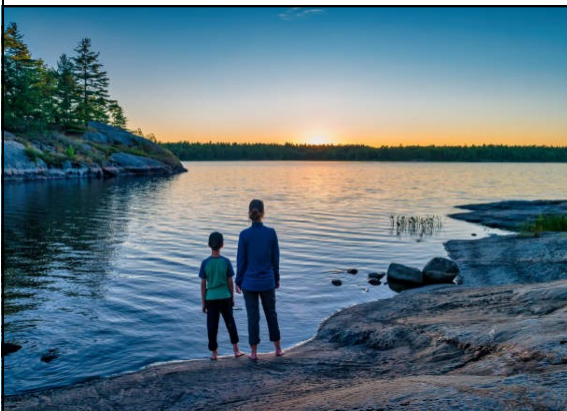
La contemplation du firmament qui promet une journée toute neuve est un rêve éveillé. Tout est possible pourquoi pas ? Je me trouve dans la disposition d'esprit d'un conquérant sur le chemin de la nouveauté.

Découvrir, aux premières lueurs de l'aube, un ciel emberlificoté dans une robe indigo parsemée de filaments violet et rose indien qui s'étirent et se diluent pour se transformer en doux coloris parme et rose poudre est bluffant.



Le ciel est une source à laquelle on peut s'abreuver car il est changeant comme notre humeur et notre état d'âme. Se fondre dans la beauté du ciel c'est ouvrir la porte à la déferlante de nos idées les plus lumineuses, à notre envie de bien faire, à la nouveauté d'une journée qu'on va construire à notre gré en suivant nos impulsions.

L'aube nous régénère en on se sent pousser des ailes même si on a conscience, aux tréfonds de nous, que le quotidien nous obligera à calmer nos ardeurs. Se bercer d'illusions n'est pas interdit.



Un soir d'été longer le rivage de la plage abandonnée avec, pour seule compagnie, le clapotis des vaguelettes qui s'enroulent amoureusement autour des chevilles est un vrai bonheur.

Se projeter dans l'océan aux entrailles mystérieuses enflamme l'Imagination. Pourquoi ne pas descendre dans les abysses jusqu'aux portes de l'Atlantide le rêve de notre adolescence ? L'heure bleue du crépuscule est envoûtante. Que de blessures réparées grâce à la sérénité de ce moment. C'est l'instant du lâcher prise, du vagabondage des idées.

L'océan est vie et splendeur, rêve et réalité. Ses vagues tantôt émeraude, tantôt bleu marine, tantôt jade ou bleu tendre, selon la force du vent qui court à sa surface, entraînent notre imagination pour surfer sur la crête de nos idées.

Perles de sagesse

« Nul ne peut atteindre l'aube sans passer par le chemin de la nuit. » Khalil Gibran

« La vérité, comme la lumière, est aveuglante. Les mensonges, en revanche, forment un beau crépuscule qui valorise chaque objet. » Albert Camus

« Dans le désert, au crépuscule, on s'assoit sur une dune, on ne voit rien, on n'entend rien et cependant quelque chose rayonne en nous. » Le Petit Prince d'Antoine de Saint-Exupéry

« Le monde n'a jamais été un océan de paix. » Françoise Giroud