

## Le bénévolat

Grâce à de généreux bénévoles qui, chaque jour, donnent de leur temps pour le bien-être des membres, le Rendez-Vous réussit sa mission.

## Vous désirez devenir bénévole?

Venez nous voir,  
une place vous attend!

- ★ Accompagnement au Répit
- ★ Accueil aux dîners
- ★ Accueil et réception
- ★ Aide à l'animation
- ★ Aide à la cuisine
- ★ Aide au bingo
- ★ Aide aux buffets
- ★ Appels pour anniversaires
- ★ Appels Un Rendez-Vous à l'écoute
- ★ Approvisionnement
- ★ Bibliothèque et Salon du livre
- ★ Clinique d'impôts
- ★ Conseil d'administration
- ★ Donnez au suivant
- ★ Entretien ménager
- ★ Événements spéciaux
- ★ Formateurs et formatrices
- ★ Friperie du Rendez-Vous
- ★ Service aux tables
- ★ Soutien à l'administration
- ★ Soutien à la permanence
- ★ Transport aux activités
- ★ Travaux divers
- ★ Visites d'amitié

Pour information, communiquez avec  
Virginie Dufresne (poste 206)

## Les dîners du Rendez-Vous

*Une table d'hôte à partager entre ami(e)s*

Les lundis, mercredis,  
jeudis et vendredis à 12h00

### Le repas comprend :

- Soupe du jour
- Salade en entrée
- Repas principal
- Dessert maison
- Thé et café à volonté

*Une cuisine maison  
bien de chez nous!*

Membre : 6,00\$

Non-membre : 8,00\$

## On vous attend pour dîner ?



Centre Communautaire  
le Rendez-Vous des Aîné(e)s



### *Le Rendez-Vous des Aîné(e)s*

*est un lieu de rendez-vous et  
d'appartenance pour briser la solitude,  
développer l'entraide et favoriser  
l'autonomie des personnes de 50 ans et +  
de Laval. Le tout dans une ambiance  
chaleureuse et accueillante !*

#### Visitez-nous

10, rue Proulx Ouest  
Laval (Québec) H7N 1N3

#### Courriel

info@ccrva.org

#### Site Internet

www.ccrva.org

#### Téléphone

450-667-8836

#### Télécopieur

450-667-5810

## Cours

(automne et hiver)

- Aquaforme
- Chorale
- Danse en ligne
- Gymnastique en douceur
- Journal Créatif
- Muscler vos méninges
- Peinture
- Tai Chi Quan
- ViActive et prévention des chutes
- Yoga
- Zumba Gold

## Activités

- Ateliers informatiques
- Ateliers créatifs
- Bingo
- Bibliothèque (prêt de livres)
- Dîners du Rendez-Vous
- Encan et bazar
- Fêtes à thèmes
- J'ai de la suite dans les meninges
- Pétanque
- Pétanque-Atout
- Sorties organisées
- Soupers dansants
- Wii

## Services

- Location de salles
- Loisirs adaptés
- Mets congelés du Rendez-Vous
- Repérage de personnes vivant de la solitude
- Répét aux proches aidants
- Transport aux activités

## Visitez nos comptoirs de ventes

### *La Cuisine du Rendez-Vous*

De délicieux mets frais ou congelés préparés  
par nos cuisinières et bénévoles

### *La Friperie*

Vêtements, accessoires modes et bijoux  
à prix modiques

### *Le Salon du Livre*

Perles rares à découvrir à bas prix

### *Le Coin des trouvailles*

Articles ménagers, artisanat, bibelots, casse-tête  
électronique et décors pour la maison



## Vous désirez devenir membre?

*Vous êtes âgés de 50 ans et  
plus et vous résidez à Laval?  
Rien de plus facile!*

Le prix de la carte de membre est fixé à  
15\$ par année. Celle-ci est valide pour un  
an à partir de la date d'inscription. À tous  
ses membres en règle, le Centre offre les  
avantages suivants :

- Droit de vote à l'assemblée générale  
annuelle;
- Repas gratuit (1) à chaque nouveau  
membre;
- Tarif préférentiel sur l'ensemble des  
activités;
- Envois postaux (3) des programmes  
d'activités régulières;
- Droit aux prêts de livres;
- Accès à plusieurs services de  
soutien.

*Pour obtenir votre carte de  
membre ou pour vous inscrire à nos  
différentes activités, passez nous voir  
à l'accueil, du lundi au vendredi,  
de 9h00 à 16h00.  
(fermé de 12h à 13h)*