



☀ *Programme conçu et réalisé*  
par *Francis Guillemette* ☀

<i>Autofinancement du Centre</i> .....	3
<i>Partenaires et collaborateurs</i> .....	4
<i>Message de la direction</i> .....	5
<i>L'équipe du Rendez-Vous</i> .....	6
<i>Mission du Rendez-Vous</i> .....	7
<i>Le bénévolat au Rendez-Vous</i> .....	8
☀ Le Rendez-Vous a besoin de vous !    ☀ Bénévole de l'année 2026-2027	
<i>Les 7 valeurs du Centre</i> .....	9
<i>Services spécialisés</i> .....	10 et 11
☀ Répît aux proches aidants    ☀ Repérage    ☀ Loisirs adaptés    ☀ Maintien des acquis	
<i>Centre d'information</i> .....	12
☀ Inscriptions    ☀ Horaire    ☀ Jours de fermeture    ☀ Nouvelle politique de remboursement	
<i>Aux alentours du Centre</i> .....	13
☀ Mise en forme dans les parcs    ☀ Art, nature et rencontres	
<i>Sorties organisées</i> .....	14 à 18
☀ Histoire et culture locales    ☀ Délices et musique dans Lanaudière    ☀ Plaisirs pour les 5 sens	
☀ Tournée gourmande à Bécancour    ☀ Souper théâtre à Beloeil    ☀ Découverte des Iles de Sorel	
☀ Club Med de Charlevoix, nous voilà !    ☀ Un circuit électrique à Beauharnois	
☀ Pommes et méchoui	
<i>Diners autour du monde</i> .....	19
☀ La Syrie    ☀ Le Portugal    ☀ Le Guatemala	
<i>Activités et événements</i> .....	20 à 27
☀ 40 <sup>e</sup> anniversaire du Rendez-Vous    ☀ Atelier de verre fusionné	
☀ Au rythme des Premières Nations    ☀ Assemblée Générale Annuelle    ☀ Bingo	
☀ Centre d'écoute de Laval    ☀ Chantez en chœur    ☀ Club de tricot	
☀ Dîner et spectacle de la St-Jean    ☀ Épluchette de blé d'Inde    ☀ Jardins de pluie	
☀ Jouez en groupe    ☀ Mandalas et coloriage zen    ☀ Marche au Parc Bernard-Landry	
☀ Marche annuelle pour la bienveillance    ☀ Pétanque d'extérieur    ☀ Préarrangements	
☀ Projection du film : Au pied du mur    ☀ Soutien informatique    ☀ Soirée viande fumée	
☀ Souper spaghetti    ☀ Vivre le deuil autrement	
<i>Dates à retenir</i> .....	28
<i>Devenir membre</i> .....	29
<i>Rendez-Vous en vrac</i> .....	30 à 32
☀ Accueil du nouveau membre    ☀ Certificats cadeaux    ☀ Politique d'annulation	
☀ Politique de remboursement    ☀ Réinscriptions aux cours	
☀ Appels « Un Rendez-Vous à l'écoute »    ☀ Diners du Rendez-Vous	
☀ Prêt de livres    ☀ Transport aux activités    ☀ Photocopies et télécopies	
☀ Vente de mets frais ou congelés    ☀ Location de salles    ☀ Sentinelles en vue !	
<i>Espace publicitaire</i> .....	33 à 36

# *Votre soutien est important !*

Chaque jour, au Centre communautaire le Rendez-Vous des Aînés (CCRVA), des liens se créent, des sourires naissent et l'isolement recule.

Derrière chaque activité, chaque diner partagé, chaque atelier ou conférence, il y a bien plus que des moments agréables : il y a un milieu de vie essentiel, un lieu où l'on se sent accueilli, reconnu et entouré.

Grâce à l'engagement du conseil d'administration, de l'équipe et des bénévoles, le CCRVA innove sans cesse pour vous offrir une programmation riche et stimulante. Mais surtout, nous avons à cœur de garder ces activités accessibles à tous, peu importe les moyens financiers.

Aujourd'hui, nous avons besoin de vous.

Votre contribution, quelle qu'elle soit, fait une réelle différence. Elle nous permet de :

- maintenir des couts abordables pour tous
- continuer à offrir des activités de qualité
- préserver ce lieu unique où tant de personnes trouvent réconfort, amitié et joie de vivre

En faisant un don, vous posez un geste concret pour briser l'isolement et soutenir une communauté qui vous ressemble.

**Ensemble, continuons de faire du CCRVA un endroit où il fait bon vivre et se retrouver.**

Au nom de tous les membres, **merci du fond du cœur pour votre générosité.**

**Avec toute notre gratitude,**

**L'administration du Rendez-vous des Aînés**



**Nous sommes votre friperie de quartier qui offre des vêtements et accessoires de qualité à petits prix**

*Vêtements pour hommes et femmes*

*Vêtements pour enfants*

*Grand choix d'accessoires*

*Nous acceptons les dons de livres et vêtements*

**Ouverte les lundis, mercredis, jeudis et vendredis de 9h à 16h**

*La friperie est fermée de 11h45 à 12h45 - 450-667-8836 #213*

## Un merci spécial à un partenaire de cœur !

Un immense et sincère merci à la Fondation Mirella & Lino Saputo pour sa généreuse contribution à l'occasion du 40e anniversaire du Centre. Grâce à ce soutien précieux, nous pourrions réduire près de 50% le coût réel du billet et offrir des places à prix abordable pour le Gala au Château Royal, permettant ainsi à un plus grand nombre de personnes de se joindre à la célébration. Fidèle à sa mission de soutenir le bien-être et la vitalité des communautés, la Fondation contribue à faire de cet événement un moment à la fois rassembleur, accessible et profondément inclusif.



## Merci à tous nos partenaires financiers !



Avec la participation de :



## Merci à tous nos précieux collaborateurs !





## Chers membres du Rendez-Vous des Aînés



*C'est avec grand plaisir que nous vous présentons notre programme printemps-été 2026. Avec l'arrivée des journées plus longues et du beau temps, la saison invite à sortir, bouger et profiter de belles occasions de rencontres. Notre programmation propose une variété d'activités favorisant la convivialité, les découvertes et le plaisir de se retrouver au Rendez-Vous des Aînés.*

*Plusieurs activités bien appréciées seront de retour cette saison. Vous pourrez notamment participer à : Chantez en chœur, Dîner de La Fête nationale du Québec, Jouez en groupe, La marche annuelle pour la bienveillance des aînés, ainsi qu'à nos populaires dîners et soupers thématiques. Pour rester en forme durant la belle saison, les séances de mise en forme dans les parcs permettront de bouger en plein air dans une ambiance conviviale.*

*Du côté des sorties, nos classiques seront encore au rendez-vous : souper théâtre, croisière, virée gourmande, découverte culturelle et plus encore. S'ajoute cette année une nouveauté toute spéciale : une sortie de deux jours et une nuit au Club Med de Charlevoix, une belle occasion de vivre une expérience dépaysante.*

*Cette saison marquera aussi le lancement du 40e anniversaire du Centre à la fin du mois de mai. Les célébrations culmineront avec le Gala du 40e anniversaire en septembre au Château Royal de Laval.*

*Nous vous souhaitons un printemps et un été remplis de découvertes, de rencontres et de beaux moments partagés au Rendez-Vous des Aînés.*

*Yolande Cormier*

Yolande Cormier

*Guy Lemieux*

Guy Lemieux

### ***Nouveauté à découvrir !***

**Cuisiner dans l'entraide et le plaisir : des ingrédients à partager.**



*Un nouvel atelier de cuisine collective est offert depuis février au CCRVA, grâce au soutien financier de la Fondation Grace Dart. Venez cuisiner en groupe des bons petits plats que vous pourrez rapporter à la maison. Places limitées.*

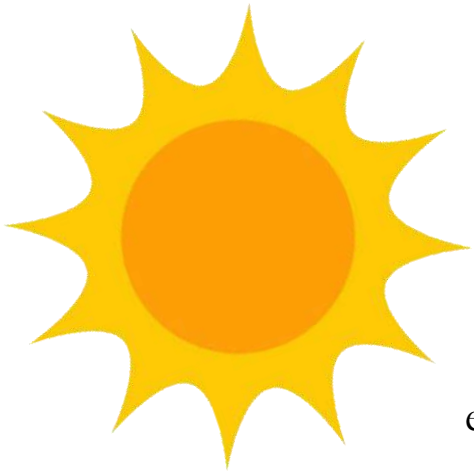
**Pour plus d'information, Caroline Sparks au poste 207**

## CONSEIL D'ADMINISTRATION

Yolande Cormier.....	présidente
Marie Grégoire.....	vice-présidente
Houda Ouchene.....	trésorière
Lorraine Blondin.....	secrétaire
Euloge Amoussou.....	administrateur
Maryse Roffi.....	administratrice
Michel Therrien.....	administrateur

## MEMBRES DU PERSONNEL

Guy Lemieux.....	directeur général
Isabelle Caron.....	technicienne en comptabilité
Francis Guillemette.....	coordonnateur des services • coresponsable des bénévoles
Lucrecia Scattolini.....	responsable des bénévoles
Gisèle Maheux.....	commis de bureau
Jacques Gonthier.....	chef cuisinier
Cherraz Oucible.....	aide-cuisinière
Jean-François Scheibenpflug.....	aide à la cuisine
Caroline Sparks.....	coordonnatrice : Répit, Loisirs adaptés et Maintien des acquis
Julie Ragusa.....	intervenante : Répit, Loisirs adaptés et Maintien des acquis
Molouk Lashaei.....	accompagnatrice au service de répit
Anne-Marie Ouimet.....	préposée et accompagnatrice au service de répit
Virginie Dufresne.....	coordonnatrice du service Repérage
Benoit Biron.....	responsable de l'entretien d'immeuble et du réseau informatique
Sylvie Chevanel.....	préposée à l'entretien • responsable des locations de salles
Jocelyne Dufresne.....	préposée à la Friperie



## *Notre mission*

Améliorer la qualité de vie des personnes de 50 ans et plus en créant un milieu de vie accueillant et chaleureux.

## *Notre vision*

Créer une communauté où les aînés sont engagés dans des modes de vie sains et actifs.

### *L'organisme poursuit les objectifs suivants :*

- ⚙️ Regrouper les 50 ans et plus dans un endroit chaleureux.
- ⚙️ Canaliser l'énergie et le potentiel d'action des personnes en bonne forme, pour aider au bon fonctionnement de l'organisme et à la prestation de services de qualité aux personnes moins alertes.
- ⚙️ Favoriser leur développement social, physique et culturel, dans le but d'améliorer leur qualité de vie.
- ⚙️ Aider les aînés à utiliser au maximum leur créativité et leur potentiel.
- ⚙️ Promouvoir une image positive des personnes aînées.
- ⚙️ Favoriser une meilleure adaptation à la retraite.
- ⚙️ Intégrer les aînés à la vie communautaire de façon à briser l'isolement.
- ⚙️ Développer des projets novateurs propres à améliorer la qualité de vie des aînés ainsi que leur environnement.
- ⚙️ Informer les aînés sur toutes les questions qui les concernent.
- ⚙️ Développer l'entraide sous toutes ses formes.

# Le Rendez-vous a besoin de vous!

## Devenir bénévole, ça vous intéresse ?

*Parlez-en à Lucrecia Scattolini (poste 209), responsable du recrutement et du suivi des bénévoles, et voyez en quoi votre contribution peut faire toute la différence !*

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

*Le Rendez-Vous des Aînés est reconnaissant envers ses bénévoles. Par de petits gestes concrets et dans la mesure du possible, le Centre démontre sa gratitude et remercie régulièrement ses bénévoles pour tout le travail accompli.*

## Bénévole de l'année 2026-2027

Monsieur Jean-François Bégin a été nommé **bénévole de l'année du Rendez-Vous des Aînés**



*Depuis plus de 6 ans, Jean-François s'implique avec constance dans plusieurs secteurs essentiels du Centre. Bénévole de l'ombre, rarement sous les projecteurs, il offre pourtant une aide discrète et profondément humaine. Par ses appels d'amitié, son soutien à domicile et l'accompagnement aux rendez-vous médicaux, il assure une présence rassurante auprès de nos membres, en plus d'effectuer des suivis téléphoniques attentionnés.*

*Il réalise également des visites à l'hôpital, participe aux activités de Moisson Laval, remplace au transport lors des activités et apporte son soutien à la permanence lorsque nécessaire. Toujours disponible et fiable, Jean-François contribue au bien-être de nombreux aînés. Son engagement constant et sa générosité font de lui un pilier précieux du Rendez-Vous des Aînés.*

*Merci et bravo Jean-François !*

## Le bénévolat, une histoire de cœur !

# Les 7 valeurs du Centre

## *Ambiance et accueil chaleureux*

Nous visons à faire en sorte que tous ses membres se sentent les bienvenus et accueillis avec chaleur et convivialité au sein de l'organisme. Cette valeur doit se traduire tant dans les relations interpersonnelles que dans l'organisation des lieux (propreté, décoration, etc.).

## *Entraide*

Nous valorisons l'esprit d'équipe, la coopération et l'entraide mutuelle. Le CCRVA favorise la solidarité entre tous les individus qui fréquentent ou qui travaillent au Centre.

## *Respect de soi et des autres*

Nous croyons en des relations harmonieuses entre les individus, motivées par le respect de soi et des autres. Cette valeur se traduit par le respect de soi et également par l'acceptation des particularités et des différences de chacun.

## *Attitude positive*

Nous croyons en l'effet bénéfique d'un Centre empreint de positivisme. En adoptant une attitude sereine et plaisante, les membres, les employés et les bénévoles contribuent à faire du Centre un endroit agréable à fréquenter.

## *Ouverture et écoute*

Nous désirons être un lieu où les gens se sentent acceptés, compris et appuyés. Cette valeur se traduit par la disponibilité des bénévoles du Centre ainsi que par l'ouverture et la sensibilité des membres aux réalités des autres.

## *Partage et générosité*

Cette valeur se traduit par des actions bienveillantes et indulgentes. Elle concerne à la fois la générosité personnelle des individus, comme le don de soi et de son temps, ainsi que le souci d'égalité et d'accessibilité au bien commun du Centre.

## *Souci du bien-être de chacun*

Nous accordons une grande importance au bien-être des individus. En ce sens, la considération des préoccupations et des besoins de chaque personne est privilégiée. Cette approche, basée sur l'individu et son bien-être personnel doit se manifester dans les relations entre employés, membres et bénévoles du Centre.



## Répit aux proches aidants

Avec la participation de :

Québec 

L'APPU POUR LES PROCHES AIDANTS  
LAVAL



Vous vivez avec une personne de 50 ans et plus en perte d'autonomie et prenez soin d'elle? Quelques heures de répit par semaine vous aideront à la garder plus longtemps à la maison.

Pendant votre pause, nous accueillons votre proche, afin de vous permettre de souffler un peu et de penser à vous. Nos services de répit offrent des activités stimulantes, dans une ambiance chaleureuse et familiale pour la personne aidée.

**Nos services sont offerts  
les mardis, mercredis et vendredis, de 9h30 à 15h.**

*Si vous connaissez un proche aidant qui a besoin de répit, parlez-lui de l'Escalier du Rendez-Vous.*

**Pour information, Caroline Sparks, poste 207 ou Julie Ragusa, poste 205**

## Repérage



Ce programme, mis en place et subventionné par le Ministère de la Famille et des Aînés, vise à bien cibler la clientèle d'aînés qui vivent de façon isolée, à les rejoindre et à les intéresser à participer à nos activités, afin de briser leur solitude ou de combler leurs besoins essentiels. Pour ce faire, nous pouvons :

- Établir un premier contact par téléphone avec la personne référée
- Accompagner cette personne dans son cheminement, en téléphonant régulièrement à son domicile pour, ensuite, lui offrir une première rencontre
- Encourager la personne à participer aux différentes activités du Centre, en s'assurant de bien évaluer ses intérêts et ses passions
- Référer au besoin aux bonnes ressources
- Service gratuit et confidentiel

*Vous connaissez une personne qui vit de façon isolée ?  
N'hésitez pas à nous en parler.*

**Pour information, Virginie Dufresne, poste 206**



## Loisirs adaptés



Ce service a comme objectif de rejoindre les personnes de 35 ans et plus qui :

- Ont une déficience physique, motrice, visuelle ou auditive
- Désirent briser leur solitude en participant à des activités de loisirs à l'intérieur d'un groupe
- Ont la capacité de se déplacer au Centre

**Nous vous proposons de venir vivre, en notre compagnie et celle des autres membres, des moments agréables, enrichissants et adaptés à vos besoins, le tout, dans une ambiance harmonieuse !**

*Nos services sont offerts dans la salle Thérèse-Beaudin les jeudis de 9h à 13h.*

Avec la participation de :



Pour information, Caroline Sparks, poste 207

## Maintien des acquis



Ce service, subventionné par la Fondation Grace Dart, vise à maintenir et à améliorer la santé physique et cognitive des personnes qui vivent à domicile.

Par des visites à domicile, les participants pourront briser la solitude tout en stimulant leurs fonctions cognitives et maintenir leur santé physique par le biais d'exercices et de jeux.



*Ce service a comme objectif de rejoindre les personnes de 50 ans et plus qui :*

Vivent à domicile et qui ont une légère perte d'autonomie  
Désirent briser la solitude en recevant des visites à domicile par une intervenante

Démontrent de l'intérêt à participer aux activités proposées qui seront adaptées aux intérêts et capacités de chaque personne visitée

Pour information, Caroline Sparks poste 207, ou Julie Ragusa au poste 205

## Inscriptions et début des cours

Début des inscriptions téléphoniques : à partir du mardi 12 mai à 9h

Appelez au 450-667-8836 #211

Laissez un message incluant seulement votre nom et votre numéro de téléphone.

Les messages laissés avant 9h, le jour du début des inscriptions, ne seront pas pris en compte. Nous traiterons les inscriptions en ordre d'appel.

*Nous vous rappellerons dans un délai de 24 à 48 heures suite à votre appel.*

*Merci de ne pas laisser plusieurs messages.*

Début des activités : Semaine du 25 mai

*Il est important d'apporter votre carte de membre. Si vous venez inscrire d'autres personnes que vous, il serait important d'avoir, en votre possession, leur carte de membre.*

## Modes de paiement acceptés

Argent comptant, débit, virement (*évite un rendez-vous*) ou chèque

## Horaire du Centre

La réception du Rendez-Vous est ouverte de 9h à 16h, et ce, du lundi au vendredi  
(Fermé de 12h à 13h)

La Friperie est ouverte les lundis, mercredis, jeudis et vendredis de 9h à 16h  
(Fermé de 11h45 à 12h45)

## Jours de fermeture

Lundi 18 mai ..... Fête des Patriotes  
Mercredi 24 juin ..... Fête de la St-Jean-Baptiste  
Lundi 29 juin ..... Fête de la Confédération  
Du lundi 27 juillet au vendredi 7 août ..... Vacances estivales

## Nouvelle politique de remboursement

Il est maintenant possible d'obtenir un remboursement pour les sorties, les activités payables et les cours déjà commencés, au prorata, sur présentation d'une preuve médicale. Pour les sorties, le remboursement demeure possible seulement tant que les frais complets n'ont pas été versés au commerçant (ex. repas ou activités). Dans toutes les situations, des frais d'administration de 15 % s'appliquent.

# Mise en forme dans les parcs

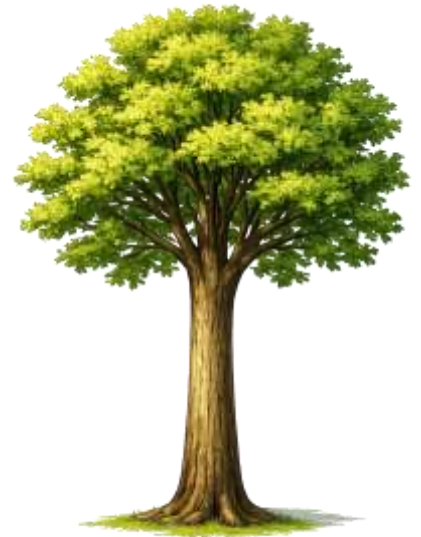
*Animée par Marie-Claude Renaud*

Gratuit pour tous – Aucune inscription requise  
Apportez votre crème solaire et votre bouteille d'eau !

*Vous souffrez de troubles liés au vieillissement et vous avez de la difficulté à bouger aisément ? Sachez que certains exercices, pratiqués de façon sécuritaire, peuvent vous aider !*

*Profitez de cette occasion unique de participer à ces séances gratuites d'exercices et maintenez votre forme cet été !*

En collaboration avec Ville de Laval



*Les Mardis*

Centre de la Nature  
(à côté du chalet nord)

*Les Jeudis*

Parc Bernard-Landry  
(à côté du chalet)

Action Santé Mobilité Plus 

Au cours des mois de juillet et août  
Du mardi 7 juillet au jeudi 27 août de 9h30 à 10h30

## Art, nature et rencontres

*une expérience inspirante*

*Vivez une expérience artistique immersive inspirée du travail de Khadija Baker, où l'art devient un espace de rencontre et de réflexion sur l'environnement et le vivre-ensemble.*

*L'activité débute par un atelier en bibliothèque, puis se poursuit par une courte marche vers une œuvre d'art public dans un parc de Laval, composée de tissus recyclés aux messages brodés.*

*Un moment riche en échanges, entre création, nature et découverte collective.*



**Jeudi 16 juillet de 13h30 à 15h30 - Inscription à l'accueil du Rendez-vous**  
*Activité à la Bibliothèque Émile-Nelligan - 325 boulevard Cartier Ouest*

**Gratuit pour tous – Bienvenue aux membres et non-membres**

## Histoire et culture locales

Vendredi 5 juin



### Le forfait comprend :

La sortie est de retour avec un diner à la Maison Grecque et un prix ajusté !

- Transport en autobus scolaire
- Visite guidée et commentée du « Lieu historique Marguerite-Bourgeoys »  
(*La vie et l'œuvre de Marguerite Bourgeoys, fondatrice de la Congrégation de Notre-Dame et de la première école de Montréal. Il comprend une chapelle, un musée et une crypte archéologique*)
- Diner à « **La Maison Grecque** » (*Apportez votre vin !*)  
(3 services : 3 choix de plats principaux)
- Visite guidée et commentée du « Château Ramezay »  
(*Construit en 1705 par le gouverneur Claude de Ramezay, ce lieu est un musée situé dans le Vieux-Montréal. Premier édifice classé monument historique au Québec*)

Membre : 99\$ Non-membre : 114\$ (taxes et pourboire inclus)

Départ du Centre : 8h Retour prévu : 16h45

Inscription au Centre avant le vendredi 29 mai - 45 places disponibles



Dû au peu d'espace dans l'autobus, utilisez une marchette et non un déambulateur

## Délices et musique dans Lanaudière

Vendredi 19 juin



### Le forfait comprend :

- Transport en autocar de luxe
- Visite guidée de « **La Seigneurie des Patriotes** » (*L'Assomption*)  
(*Élevage de sangliers et de daims*)
- Visite guidée et dégustation à « **La Microbrasserie L'Ours Brun** »  
(*Producteur de bières artisanales*)
- Souper à la Seigneurie  
(*Buffet champêtre, serveurs en costumes d'époque, vin et bière à vendre sur place*)
- Un billet pour le spectacle « **Hommage à Ginette Reno** »

Sylvie Héneault et ses trois musiciens rendent hommage à la grande Ginette Reno en revisitant ses plus grands succès. Un spectacle vibrant, porté par une interprète puissante ayant une riche présence musicale.

Membre : 169\$ Non-membre : 189\$ (taxes et pourboire inclus)

Départ du Centre : 13h15 Retour prévu : 23h15

Inscription au Centre avant le vendredi 12 juin - 53 places disponibles



## Plaisirs pour les 5 sens

Vendredi 26 juin



### Le forfait comprend :

- Transport en **autocar de luxe**
- Visite et dégustation au « **Jardin des 5 sens** » (Mirabel)  
(Un site exceptionnel proposant une expérience sensorielle à travers cinq jardins thématiques conçus pour éveiller les sens. Fleurs, plantes aromatiques et végétaux comestibles y stimulent la vue, l'odorat, le toucher, le goût et l'ouïe, dans une promenade éducative et apaisante au cœur de la nature)
- Dîner **boite à lunch** sur le site du Jardin  
(Inclus un sandwich gourmand au choix (trois options proposées à l'inscription), une salade d'accompagnement, fromage, raisins, biscuits, dessert, infusion et thé glacé)
- Arrêt marchand au « **Magasin de L'Abbaye d'Oka** » (Mirabel)  
(Boutique gourmande inspirée de la tradition monastique, offrant fromages, produits du terroir québécois et spécialités artisanales dans un cadre chaleureux et authentique)

Membre : **119\$** Non-membre : **139\$** (taxes et pourboire inclus)

Départ du Centre : **8h15** Retour prévu : **17h15**

Inscription au Centre avant le **vendredi 19 juin** - 53 places disponibles



## Tournée gourmande à Bécancour

Vendredi 10 juillet



### Le forfait comprend :

- Transport en **autocar de luxe**
- Arrêt marchand chez « **Les Folies de Rachel** » (Trois-Rivières)  
(Boutique colorée et ludique offrant pâtisseries artisanales, bonbons rétro, sucreries locales et ambiance joyeuse rappelant l'enfance)
- Dîner gastronomique à « **L'Auberge Godefroy** » (Bécancour)  
(4 services : 2 choix de plats principaux)
- Arrêt marchand chez « **David Choco** » (Trois-Rivières)  
(Chocolaterie artisanale raffinée offrant pralines, bouchées et tablettes créatives, fabriquées sur place avec passion et ingrédients de haute qualité à Trois-Rivières.)

Membre : **149\$** Non-membre : **169\$** (taxes et pourboire inclus)

Départ du Centre : **8h** Retour prévu : **18h45**

Inscription au Centre avant le **vendredi 3 juillet** - 53 places disponibles



## Souper théâtre à Beloeil

Vendredi 17 juillet



*Distribution : Marcel Leboeuf, Alex Perron, Myriam LeBlanc, Monika Pilon et Lucien Ratio*

### Le forfait comprend :

- Transport en autocar de luxe
- Souper au « **Restaurant des Hirondelles** » (*Buffet sur le terrain du théâtre*)
- Un billet pour la pièce « **Bienvenue à Saint-Déclin** » (*Théâtre des Hirondelles*)

*À Saint-Déclin, le maire Michel doit préparer la visite de la famille royale dans un hôtel de ville en ruine. Après la fuite de l'entrepreneur avec l'argent, les habitants tentent d'aider, mais enchaînent gaffes et catastrophes. Pour sauver la situation, Michel organise un spectacle bénéfique amateur. Une comédie humaine et déjantée sur la solidarité et l'importance de chaque membre de la communauté.*

Membre : **154\$** Non-membre : **174\$** (taxes et pourboire inclus)

Départ du Centre : **15h** Retour prévu : **23h45**

*Inscription au Centre avant le vendredi 10 juillet - 54 places disponibles*



## Découverte des Îles de Sorel

Vendredi 21 août



### Le forfait comprend :

- Transport en autocar de luxe
- Vivez l'expérience « **Statera** » (*Une attraction immersive à Sorel-Tracy offrant toutes les activités qui suivent*)
- Film sous « **Le Dôme** » (*Visionnement d'un film immersif animalier sur 360° dans le plus grand dôme extérieur au Canada*)
- Expérience de « **réalité virtuelle** » (*Enfilez vos lunettes de réalité virtuelle et visitez différents écosystèmes dans le confort de votre siège*)
- Dîner **boîte à lunch** sur le site de « **Statera** » (*Pain brioché au jambon ou dinde, croissant farci aux œufs, jambon ou poulet, salade de pâtes, salade du chef, raisins et fromages, dessert et boisson non alcoolisée. Choix de sandwichs à l'inscription*)
- Croisière dans « **Les Îles de Sorel** » (*2h30 dans l'archipel des 103 îles de Sorel, au lac Saint-Pierre et découverte d'îles préservées*)

Membre : **159\$** Non-membre : **179\$** (taxes et pourboire inclus)

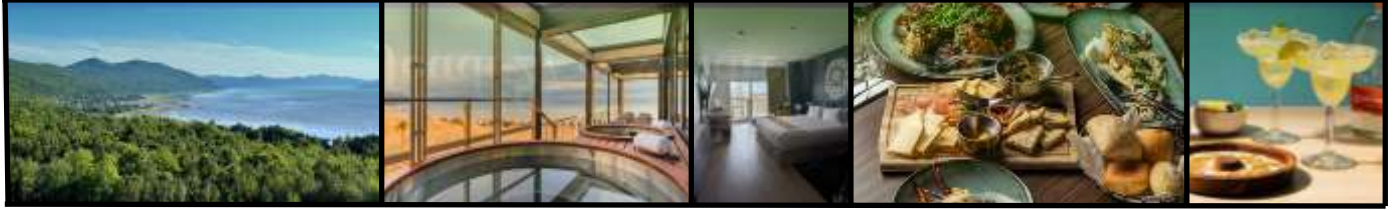
Départ du Centre : **7h45** Retour prévu : **18h45**

*Inscription au Centre avant le vendredi 14 août - 53 places disponibles*



# Club Med de Charlevoix, nous voilà !

Jeudi 27 & vendredi 28 aout



## Le forfait comprend :

- Transport en **autocar de luxe**
- Diner libre à l'aller (à vos frais) au « **Centre Les Rivières** » (*Trois-Rivières*)
- Souper au restaurant buffet « **Le Marché** » (*Sur le site du Club Med*)  
(Buffet gourmand avec plats chauds : viandes rôties, poissons, spécialités québécoises et desserts raffinés. Une nouvelle découverte culinaire vous attend.)
- Animation et spectacle  
(En soirée, les G.O. vous accueillent dans une ambiance conviviale avec spectacle, musique ou animation légère. Un moment festif et agréable pour bien finir la journée)
- Une nuitée en occupation double au « **Club Med de Charlevoix** »
- Déjeuner au restaurant buffet « **Le Marché** »  
(Petit-déjeuner généreux avec œufs à la demande, viennoiseries, fruits, charcuteries et boissons chaudes. Débutez la journée dans une salle lumineuse avec vue sur le fleuve)
- Diner au restaurant buffet « **Le Marché** »  
(Repas savoureux : bar à salades, soupes, grillades, pâtes, plats végétariens, etc.)
- Boisson à volonté  
(Vins, bières, cocktails et boissons sans alcool à volonté. Seuls les champagnes, vins à la carte et alcools haut de gamme sont en supplément)
- Bar à collations  
(Soupes chaudes, tapas, fruits, fromages et bouchées salées à savourer entre les repas)
- Activités sur le site  
(Piscine extérieure et intérieure chauffées, bain à remous, entraînement, yoga, pilates, marche et randonnée, minigolf, espace bien-être, terrasse panoramique, foyers extérieurs)
- Souper libre au retour (à vos frais) au « **Centre Les Rivières** » (*Trois-Rivières*)

Occupation double : Membre : **484 \$**    Non-membre : **504 \$**

Occupation simple : Membre : **574 \$**    Non-membre : **594 \$**

Départ du Centre : **27 aout à 9h**    Retour prévu : **28 aout à 21h**

*Inscription au Centre avant le vendredi 19 aout - 54 places disponibles*



UN MEMBRE AYANT SA MARCHETTE / DÉAMBULATEUR AURA PRIORITÉ LORS DE L'ENTRÉE DANS L'AUTOBUS

## Un circuit électrique à Beauharnois

Vendredi 11 septembre



### Le forfait comprend :

- Transport en autocar de luxe
- Visite guidée et commentée de « **La Centrale hydroélectrique de Beauharnois** »  
(Visite guidée immersive de 90 minutes à travers les installations de la centrale)  
(Inclus dans la visite : Salle d'interprétation, alternateurs géants et descente dans un puits de turbine)
- **Pièce d'identité avec photo et souliers fermés obligatoires**
- Dîner à « **La Terrasse du Lac** » (Richmond)  
(3 services : 2 choix de plats principaux)
- Visite guidée/commentée et dégustations chez « **Miel Nature** »  
(Visite guidée de 90 minutes avec découverte de l'apiculture, dégustation de 4 produits alcoolisés et possibilité de goûter aux autres produits de la ruche en boutique)
- Temps libre à la boutique de « **Miel Nature** »

Membre : 119\$ Non-membre : 139\$ (taxes et pourboire inclus)

Départ du Centre : 8h Retour prévu : 18h15

Inscription au Centre avant le vendredi 4 septembre - 53 places disponibles



## Pommes et méchoui

Mardi 22 septembre



### Le forfait comprend :

- Transport en autobus scolaire
- 5 lbs de pommes
- **Dîner buffet méchoui** sur place  
(3 choix de viandes, pâtes, pommes de terre, légumes, comptoir de salades, crudités, hors d'œuvre, fromages et raisins, table à pâtisseries, pain et beurre, thé et café)
- **Animation** avant et après le dîner

Dû au peu d'espace dans l'autobus, utilisez une marchette et non un déambulateur

Membre : 89\$ Non-membre : 104\$ (taxes et pourboire inclus)

Départ du Centre : 9h30 Retour prévu : 16h30

Inscription au Centre avant le vendredi 15 septembre - 45 places disponibles



Beaucoup de marche à pied



Peu de marche à pied



Très peu de marche à pied



Circuit adapté



Circuit semi-adapté (terrain dénivélé)



Circuit non adapté



# Diners autour du monde



*Un voyage gustatif vous permettant de découvrir ou redécouvrir des repas à saveur du monde !  
Des goûts, arômes et épices typiques, à la façon de notre chef*

## LA SYRIE

**Vendredi 22 mai**  
de 12h à 13h15

Membre : 15\$ Non-membre : 25\$



## LE PORTUGAL

**Mercredi 15 juillet**  
de 12h à 13h15

Membre : 15\$ Non-membre : 25\$

## LE GUATEMALA

**Vendredi 14 aout**  
de 12h à 13h15

Membre : 15\$ Non-membre : 25\$





# ANNIVERSAIRE du Rendez-Vous des Aînés

## DINER THÉMATIQUE - LANCEMENT DU 40<sup>E</sup>

Vendredi 29 mai de 11h à 13h30 - Salle Thérère-Beaudin

*Grand lancement des festivités du 40e anniversaire du Centre*

*Une étampe supplémentaire sur votre carte fidélité si vous êtes vêtus de vert (un morceau de vêtement visible)*

*Diner animé • Prix de présence • Chantez en chœur à 14h*

Membre : 25\$ Non-membre : 35\$



## GRAND GALA AU CHÂTEAU ROYAL

Vendredi 25 septembre de 11h à 16h

*Diner gourmet 3 services (3 choix de plats principaux)*

*Un cadeau par invité • Animation surprise*

*Une consommation alcoolisée ou non*

*Un spectacle en après-midi*

*Tenue de ville souhaitée*

Membre : 60\$

Non-membre : 80\$



*Possibilité de deux versements de 30 \$ (membre) ou 40 \$ (non-membre)*

**40 ANS DE BONHEUR PARTAGÉ**

# Atelier de verre fusionné

Mardi 1<sup>er</sup> septembre de 13h15 à 16h (Salle Thérèse-Beaudin)

*Animé par l'artiste verrière Sarrah Gagnon-Palin, qui cumule plus de 15 ans d'expérience, cet atelier initie à la technique du verre fusionné. Les participants manipulent et assemblent des morceaux de verre qui seront ensuite fondus en atelier pour créer une pièce unique, dans un cadre sécuritaire et encadré.*

*Les membres auront le choix de leur projet sur place, parmi différentes créations : ornements décoratifs, petite assiette, duo de bijoux, porte-savon ou sous-verres. Chaque réalisation sera ensuite cuite et remise, offrant un souvenir personnalisé et durable.*

Membre : 75\$ Non-membre : 90\$



## Au rythme des Premières Nations

Jeudi 7 mai de 13h30 à 15h (Salle Thérèse-Beaudin)



*Notre conférencière algonquine Michelle Fraser, membre du CCRVA, abordera les us et coutumes du peuple algonquin, profondément liés à la nature et transmise par la tradition orale. Elle met en lumière son organisation communautaire, ses valeurs de partage et le rôle essentiel des aînés. Les pratiques spirituelles, les cérémonies et l'importance du lien avec le monde vivant y sont expliquées.*

Membre : 5\$ Non-membre : 10\$



## Assemblée Générale Annuelle

Mardi 16 juin de 13h à 16h

(Salle Thérèse-Beaudin)



*Le rapport annuel vous informera de ce qui se passe au Rendez-Vous des Aînés. Toute personne, membre en règle, intéressée à se présenter au Conseil d'administration, doit compléter le formulaire adéquat avant le 1<sup>er</sup> juin.*

*Votez pour votre prochain Conseil d'administration*







6 jeux à  
**15 \$**

TOUS LES MERCREDIS  
DE 13H30 À 15H30  
2\$ / carte

**75 \$**  
Carte pleine

SURVEILLEZ LES PREMIERS MERCREDIS DU MOIS, UNE SURPRISE VOUS ATTEND !

## Centre d'écoute de Laval



Jeudi 20 aout de 13h30 à 15h (Salle Thérèse-Beaudin)

*Un atelier présenté par le Centre d'écoute de Laval, qui fera découvrir un service d'écoute gratuit, confidentiel et accessible en tout temps. Vous apprendrez comment ces échanges bienveillants peuvent aider à briser l'isolement, diminuer le stress et offrir un espace pour s'exprimer librement, sans jugement.*

*J'appelle, ça fait du bien.*

Activité gratuite - Bienvenue à tous  
Inscription requise



## Chantez en chœur !

*Animé par  
Jeanne d'Arc  
Angers*

Les vendredis de 13h15 à 15h  
22 mai au 28 aout (Salle Thérèse-Beaudin)

*Des livres de chants et de la musique suffisent pour vous offrir un moment de chant en groupe, simple et convivial. Ici, pas de performance : toutes les voix sont les bienvenues. Ce n'est pas une chorale, mais une occasion de s'évader et de partager le plaisir de chanter ensemble.*



Membre : 15 \$ / session    Non-membre : 25 \$ / session

## Club de tricot



*Vous aimez tricoter et vous appréciez le faire en groupe ?  
Alors, inscrivez-vous, sans plus tarder, à cette activité gratuite.  
Apportez votre matériel et joignez le club de tricot du Rendez-Vous!*

**Les lundis de 13h à 16h - Salle d'artisanat (1<sup>er</sup> étage)**

## Diner et spectacle de la St-Jean

Avec la participation de :

Québec 

**Mardi 23 juin de 12h à 15h (Salle Thérèse-Beaudin)**

*Pour souligner notre Fête nationale, rassemblez-vous entre amis  
autour d'un dîner à la bonne franquette !*

*Poursuivez la fête avec un spectacle de musique 100 % francophone.  
Laissez M. Jean-Pierre Tougas, chanteur et guitariste, vous faire  
redécouvrir vos grands classiques préférés.*

Membre : 20 \$ Non-membre : 30 \$



## Épluchette de blé d'Inde

**Diner avec animation musicale**

*Un repas estival  
accompagné de  
délicieux épis  
frais cueillis*



Membre : 19 \$ Non-membre : 29 \$



# Jardins de pluie

Mardi 9 juin de 13h30 à 14h30 (Salle Thérèse-Beaudin)

Apprenez comment aménager un jardin de pluie pour capter et infiltrer l'eau directement sur votre terrain. Cette approche réduit les risques d'inondation et favorise la biodiversité. Le CRE de Laval offre un accompagnement personnalisé incluant visite à domicile, diagnostic et recommandations adaptées à votre propriété.



Activité gratuite - Bienvenue aux membres et non-membres



## Jouez en groupe au Rendez-Vous

Pas d'activité le 29 juin



Les lundis de 13h15 à 16h  
Salle Thérèse-Beaudin



10\$ / session - Réservé aux membres - Du 25 mai au 24 août

Inscription à l'avance nécessaire - Les équipes seront déterminées au hasard

Responsables : Lorraine Laurin et Lise Mischia



## Mandalas et coloriage zen

Animé par  
Andrée Charpentier

Apportez crayons de couleurs et cahiers de dessins pour colorier des mandalas ou divers motifs dans une ambiance relaxante. Venez socialiser avec des membres sympathiques sous la supervision d'une animatrice responsable du groupe.



Les lundis de 13h15 à 14h45  
du 25 mai au 24 août  
Salle de Loisirs (1<sup>er</sup> étage)  
(Pas d'activité le 29 juin)



Membre : 15\$ / session    Non-membre : 25\$ / session

## Marche au Parc Bernard-Landry

Animé par  
Christian  
Pelletier

Une bonne façon de se garder en forme !

*Marchez à votre rythme !*

*Petits exercices avant et après l'activité*

**Les vendredis de 9h45 à 10h45**

**au Parc Bernard-Landry**

*Départ au bout de la 15e Rue*

*À partir du 15 mai, jusqu'aux premiers flocons*

Gratuit pour tous - Inscription à l'avance nécessaire



## Marche annuelle pour la bienveillance des aînés

**Lundi le 15 juin de 10h à 11h30**

*Maintenant une tradition du Rendez-Vous des Aînés,  
participez à la marche de 15 minutes qui partira de nos  
locaux en direction du parc St-Claude.*

*Une petite collation sera servie au parc*

*Le retour est prévu vers 11h30 au Centre*

**Activité gratuite - Bienvenue à tous**  
**Inscription requise**



Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval

Québec



## Pétanque d'extérieur

*Profitez de l'été entre amis avec nos joutes de  
pétanque en plein air. Activité conviviale ouverte  
autant aux mordus qu'aux débutants.*

**Les mercredis de 9h15 à 11h15**  
**Du 13 mai au 2 septembre Parc Saint-Claude**

*Activité gratuite réservée à nos membres*  
*Réservez votre place ! Animé par Roger Keddy*



# Préarrangements



COOPÉRATIVE  
FUNÉRAIRE  
DU GRAND MONTRÉAL

*(Arrangements préalables)*

**Jeudi 18 juin de 13h30 à 15h - Gratuit pour tous**

*Salle Thérèse-Beaudin*

*Dans le cadre d'une conférence informative, Caroline Cloutier vous dressera un portrait des origines de la coopération dans notre ère moderne.*

*Elle nous expliquera ce qu'est une coopérative funéraire et pourquoi on en devient membre.*

*Elle abordera le sujet des arrangements préalables et répondra à toutes vos questions en lien avec le sujet.*



Présentée par Caroline Cloutier, Coopérative funéraire du Grand Montréal



## Projection du film Au pied du mur de Alexandra Elkin



**Jeudi 23 juillet de 13h30 à 15h** *(Salle Thérèse-Beaudin)*

*Deux grimpeurs septuagénaires, Jack Lambert et Dierdre Wolownick, marquent l'histoire de l'escalade. À 71 ans, Dierdre devient la plus âgée à gravir El Capitan, tandis que Jack, 73 ans, transmet son savoir.*



Membre : 5\$ Non-membre : 10\$

## Soutien informatique

Rencontres  
individuelles

*Notre formatrice en informatique, Diane Charbonneau, vous offre la chance de perfectionner et d'approfondir les sujets qui vous intéressent le plus sur votre cellulaire, ordinateur portable ou tablette. Il ne s'agit pas d'un cours pour débutants, mais d'un service personnalisé pour déboguer, résoudre des problèmes précis ou optimiser vos compétences.*

**Courriel • Message texte • Facebook • Photos • Cloud • PDF • Etc.**

*Laissez votre nom à l'accueil et la formatrice vous rappellera pour vous proposer une date de rencontre.*

Horaire variable - Réservé à nos membres - 20\$/rencontre



# Soirée viande fumée

Un authentique sandwich à la viande fumée du Nickels



**Vendredi 12 juin**

Ouverture des portes à 17h - Souper servi à 17h30  
Danse en ligne de 19h à 21h30

Membre : 24\$ Non-membre : 34\$

Prix de présence - Danse en ligne avec Diane Jetté

Commanditée par



Centre Laval

Bière et vin  
à vendre sur place

# Souper spaghetti Soirée dansante



**Vendredi 3 juillet**

Ouverture des portes à 17h  
Souper servi à 17h30  
Danse en ligne de 19h à 21h30

Prix de présence  
Danse en ligne avec Diane Jetté

Membre : 19\$ Non-membre : 29\$



Bière et vin à  
vendre sur place

# Vivre le deuil autrement

**Jeudi 3 septembre de 13h30 à 15h (Salle Thérèse-Beaudin)**

Un atelier proposant une réflexion sur le deuil et ses impacts physiques et émotionnels. Il offre des outils pour mieux traverser cette épreuve, favorise les échanges bienveillants et présente les services de Lumivie, qui offre un accompagnement dans ces situations.

Membre : 5\$ Non-membres 10\$



## *Dates importantes à retenir*

# DATES À RETENIR

<i>Date</i>	<i>Activité</i>	<i>Page</i>	<i>Horaire</i>
Jeudi 7 mai	Au rythme des Premières Nations	21	13h30 à 15h
Mardi 12 mai	Début des inscriptions téléphoniques	12	9h à 16h
Jeudi 14 mai	Club : Inconnu à cette adresse	N/A	13h30 à 15h
Vendredi 15 mai	Route des saveurs printanières	N/A	8h30 à 17h15
Lundi 18 mai	Fête des Patriotes	12	Fermé
Vendredi 22 mai	Diner : La Syrie	19	12h à 13h15
Vendredi 29 mai	Diner : 40 <sup>e</sup> anniversaire du Centre	20	11h à 13h30
Vendredi 5 juin	Histoire et culture locales	14	8h à 16h45
Mardi 9 juin	Atelier : Jardins de pluie	24	13h30 à 14h30
Vendredi 12 juin	Soirée viande fumée	27	17h à 21h30
Lundi 15 juin	Marche annuelle pour la bienveillance	25	10h à 11h30
Mardi 16 juin	Assemblée Générale Annuelle	21	13h à 16h
Jeudi 18 juin	Atelier : Préarrangements	26	13h30 à 15h
Vendredi 19 juin	Délices et musique dans Lanaudière	14	13h15 à 23h15
Mardi 23 juin	Diner et spectacle de la St-Jean	23	12h à 15h
Mercredi 24 juin	Fête de la Saint-Jean-Baptiste	12	Fermé
Vendredi 26 juin	Plaisirs pour les 5 sens	15	8h15 à 17h15
Lundi 29 juin	Fête de la Confédération	12	Fermé
Vendredi 3 juillet	Souper spaghetti	27	17h à 21h30
Vendredi 10 juillet	Tournée gourmande à Bécancour	15	8h à 18h30
Mercredi 15 juillet	Diner : Le Portugal	19	12h à 13h15
Vendredi 17 juillet	Souper théâtre à Beloeil	16	15h à 23h45
Jeudi 23 juillet	Film : Au pied du mur	26	13h30 à 15h
Vacances estivales du 27 juillet au 7 août inclusivement			
Vendredi 14 août	Diner : Le Guatemala	19	12h à 13h15
Jeudi 20 août	Atelier : Centre d'écoute de Laval	22	13h30 à 15h
Vendredi 21 août	Découverte des Îles de Sorel	16	7h45 à 18h45
Jeu./ven. 27-28 août	Club Med de Charlevoix	17	9h (jeu) 21h (ven)
Mardi 1 <sup>er</sup> septembre	Atelier : Verre fusionné	21	13h15 à 16h
Jeudi 3 septembre	Atelier : Vivre le deuil autrement	27	13h30 à 15h
Vendredi 4 sept.	<b>Épluchette de blé d'Inde</b>	23	11h à 13h15
Vendredi 11 sept.	Un circuit électrique à Beauharnois	18	8h à 18h15
Mardi 22 septembre	Pommes et méchoui	18	9h30 à 16h30
Vendredi 25 sept.	Grand Gala du 40 <sup>e</sup> anniversaire	20	11h à 16h

## *Pour devenir membre*

Pour devenir membre du Rendez-Vous des Aînés, la personne doit avoir 50 ans et plus. Elle doit s'acquitter de la cotisation régulière en vigueur.

*La personne doit s'intéresser à la vie du Centre en participant aux activités, en respectant les règles établies, les lieux et l'ameublement, en prenant une part de responsabilité selon ses capacités.*

- 1) *La personne doit avoir un comportement qui convient à l'ensemble des membres : langage, tenue vestimentaire, propreté, etc. Toute personne aux prises avec un problème de drogues, de médicaments, d'alcool ou autre se verra interdire l'accès au Centre et sera orientée vers un endroit approprié pour son cas.*
- 2) *La personne doit avoir un esprit positif et constructif. Les fauteurs de troubles, les éternels mécontents doivent savoir que la joie, la bonne entente et le respect mutuel sont la marque de commerce du Centre, ce qui ne veut pas dire que la critique positive et constructive en soit bannie.*
- 3) *La personne devient membre pour répondre à ses besoins mais aussi pour être attentive aux besoins des autres. À bannir : le harcèlement de tout genre, les susceptibilités, les jalousies, les rancunes, les rumeurs méchantes, les vengeances ou toutes autres attitudes n'aidant pas à l'esprit chaleureux du Centre.*
- 4) *Le prix de la carte de membre est fixé à 20 \$ par année pour les personnes résidant ou non à Laval. 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 :

- *Un tarif préférentiel sur l'ensemble des activités.*
- *L'accès au prêt de livres.*
- *Les trois programmes d'activités.*
- *L'usage des services de soutien offerts par l'intermédiaire du Centre.*
- *Le droit de vote à l'AGA (Assemblée Générale Annuelle).*

Pour obtenir votre carte de membre, vous n'avez qu'à vous présenter au Centre du **lundi au vendredi, entre 9h et 16h.**

*Pour toutes nos activités, prenez note qu'une inscription constitue une autorisation de diffusion de photos et de vidéos, à moins d'avis contraire.*



## *Accueil du nouveau membre*

L'accueil fait au nouveau membre est essentiel au Rendez-Vous des Aînés. Il permet de faciliter son intégration et influe sur la perception qu'il aura du Centre. Un employé ou un bénévole prend le temps l'accueillir chaleureusement chaque nouveau membre et lui offre la possibilité de visiter les locaux du Centre.

## *Certificats cadeaux*

Vous êtes à la recherche d'un cadeau original? Procurez-vous des certificats cadeaux, au montant qui vous convient, auprès de nos bénévoles à l'accueil.

## *Politique d'annulation*

L'autofinancement des cours est requis. Si le nombre de participants est jugé insuffisant, les cours seront annulés et entièrement remboursés. Un membre peut annuler son inscription à un cours immédiatement après le premier cours et obtenir un remboursement des cours restants moyennant des frais d'administration de 15 %, aucun remboursement n'étant ensuite accordé. Il est aussi possible d'obtenir un remboursement pour les sorties, les activités payables et les cours déjà commencés, uniquement avec **une preuve médicale**. Pour les sorties, le remboursement demeure possible seulement tant que les frais complets n'ont pas été versés au commerçant (par exemple : repas ou activités).

## *Politique de remboursement*

Lors de l'achat d'un billet de fête ou de sortie, le montant complet est payable au moment de l'achat et celui-ci n'est pas remboursable. Il peut toutefois être revendu à un autre membre, par l'entremise du Centre, ou encore, d'un membre à un autre membre. En cas de conditions météorologiques difficiles, les billets ne sont pas remboursables si l'événement a lieu. Si l'événement est annulé, les frais seront remboursables, selon le prorata des dépenses encourues.

## *Réinscriptions aux cours*

Afin de fidéliser ses membres déjà inscrits à un cours, le Centre offre la possibilité de se réinscrire à un prochain cours du même type, en priorité, quelques jours avant la date officielle d'inscription. Par exemple, un membre en règle, inscrit dans un cours de danse de niveau débutant peut se réinscrire au même cours ou s'inscrire au cours de danse de niveau supérieur. Des dates spécifiques sont réservées à cet effet.

## Appels « Un Rendez-Vous à l'écoute »



Surnommé un « Rendez-Vous à l'écoute », ce service est disponible pour toute personne désirant recevoir un appel téléphonique tous les matins de la semaine, pour s'informer de son état de santé. La personne doit s'inscrire à ce service gratuit et établir elle-même les procédures à suivre en cas de non-réponse. Des bénévoles, en alternance, procèdent à ces appels.

## Diners du Rendez-Vous

Le Centre offre, à ses membres et usagers, quatre repas par semaine. Réservation nécessaire. Le cout d'un repas complet est de 8 \$. Ajout de 2 \$ pour les non-membres. Le premier repas est gratuit pour tous les nouveaux membres. **Diners : lundi, mercredi, jeudi et vendredi à 12h.**



## Prêt de livres



Les membres peuvent bénéficier d'un service de prêt de livres. Il suffit de passer à l'accueil et y inscrire vos choix. Trois livres sont disponibles pour une période d'un mois. Votre carte de membre doit être à jour pour bénéficier de ce service.

**Vous y trouverez plus de 1200 livres dont des romans et des biographies.**

## Transport aux activités

Le Centre offre à ses membres un service de transport aux activités, moyennant une contribution de 0,80 \$ par kilomètre (minimum de 6 \$ par déplacement). Un membre ou un bénévole qui désire s'inscrire à ce service, doit compléter un formulaire qui indique le prix fixe à payer et l'horaire des demandes de transport. Un chauffeur bénévole véhicule la personne, pour lui permettre de participer aux activités mises sur pied par le Centre.



**Pour en savoir plus, renseignez-vous à l'accueil du Centre.**

## Photocopies et télécopies

Un service de photocopies en noir et blanc ou en couleur, à des prix compétitifs, est mis à votre disposition. La liste de prix est affichée près du photocopieur. Des télécopies peuvent être envoyées localement, pour votre commodité.



## Vente de mets frais ou congelés



La vente de mets emballés, frais ou congelés, préparés par notre chef cuisinier et son équipe, est réservée aux personnes qui se déplacent au Centre pour les acheter. Le prix des mets congelés peut varier selon les ingrédients utilisés. Toutefois, le prix des mets emballés ou frais du jour, est fixé à **8\$**. Ce service est offert durant les heures d'ouverture du Centre.

## Location de salles

Vous pensez célébrer une fête en famille ou entre amis, ou vous désirez tenir une réunion intime ? Informez-vous de nos disponibilités ! Le tarif de location d'une salle au 1<sup>er</sup> étage est de 70 \$ / heure. Pour la Grande salle, le tarif est de 80 \$ / heure, pour un minimum de 3 heures, payable à la signature du contrat. Équipements multimédias disponibles sur demande. Un dépôt de garantie sera exigé.



## Sentinelles en vue !



Saviez-vous que le CCRVA fait partie d'un réseau de Sentinelles en prévention du suicide ? Si vous vous inquiétez pour un membre en détresse, une de nos bénévoles formées pour repérer et référer les personnes à risque suicidaire pourrait lui tendre la main. N'hésitez-pas à partager vos préoccupations avec nous.

Si vous possédez des qualités d'écoute et que vous aimez soutenir les autres, le **Réseau Sentinelles en prévention du suicide** du CCRVA peut vous accueillir comme bénévole. Ce qui est attendu d'une Sentinelle ? Qu'elle sorte ses antennes afin de repérer les gens en détresse psychologique, vérifie l'urgence suicidaire et les réfère aux ressources appropriées, s'il y a lieu. Devenir Sentinelle est peu exigeant mais peut être très valorisant !

Pour information, Virginie Dufresne, intervenante, poste 206



**BOIS-DE  
BOULOGNE**

RÉSIDENCE PRIVÉE POUR RETRAITÉS



**Pour profiter  
encore plus  
de la vie!**

**Promotion**

**Studios disponibles  
à partir de 1378 \$**

**Renseignez-vous sur nos  
promotions en cours au  
514-745-3414**

**3 ½ et 4 ½**  
rénovés disponibles  
dès maintenant



Sécurité



Repas en salle  
à manger



Loisirs variés



Unité de soins



Court séjour  
disponible



**Réservez une visite personnalisée  
dès maintenant!**

**ResidenceBoisDeBoulogne.ca** 10 005, avenue  
Bois-de-Boulogne, Montréal

**cogir**  
RÉSIDENCES

Vous sentir en sécurité  
Vous donner accès à plusieurs services  
Vous offrir du personnel attentionné  
C'est inestimable pour nous!  
[ResidencesCogir.com](http://ResidencesCogir.com)



Cecilia  
**MACEDO**  
CONSEILLÈRE MUNICIPALE  
DE HAVERST  
PRÉSIDENTE DU  
CONSEIL MUNICIPAL  
C.MACEDO@LAVL.CA  
514-944-6023

Stéphane  
**BOYER**  
Maire de Laval



Christine  
**POIRIER**  
CONSEILLÈRE MUNICIPALE  
DE SUVERNY-POINT-VAU  
C.POIRIER@LAVL.CA  
438-831-2100

Stéphane  
**BOYER**  
Maire de Laval



Seta  
**TOPOUZIAN**  
CONSEILLÈRE MUNICIPALE  
DE RENAUD  
S.TOPOUZIAN@LAVL.CA  
514-952-1492

Stéphane  
**BOYER**  
Maire de Laval



 COOPÉRATIVE  
FUNÉRAIRE  
DU GRAND MONTRÉAL

Joindre 30 000  
membres en  
coopération,  
*c'est multiplier  
l'entraide collective.*

Pour devenir membre • 1877 677-2230 • [cfgrandmontreal.com](http://cfgrandmontreal.com)



# La belle vie au bord de l'eau

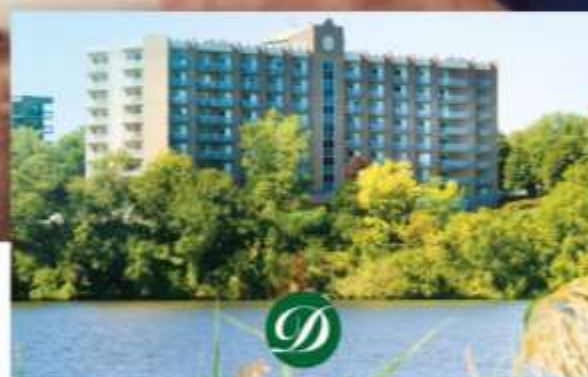


Résidences du Groupe  
**LONGPRÉ**



## RÉSIDENCE L'OASIS DE LAVAL

300, PLACE JUGE-DESNOYERS LAVAL  
(450) 669-2677 | [www.oasisdelaval.com](http://www.oasisdelaval.com)



## RÉSIDENCE LE DUVERNAY

1850, BOUL. LÉVESQUE E. LAVAL  
(450) 668-5186 | [www.leduvernay.com](http://www.leduvernay.com)

Nos résidences vous offrent de splendides studios, 3 1/2 ou 4 1/2 pour retraités autonomes. Situées à proximité de tous les services, elles proposent un environnement chaleureux, une ambiance familiale et un milieu de vie sécuritaire.

Si vous cherchez un endroit aux abords de la rivière des Prairies, nos résidences sont conçues pour vous offrir confort, repos et bien-être au bord de l'eau.

- Système de caméras de sécurité
- Clinique médicale et services pharmaceutiques
- Infirmiers(ères) auxiliaires 24 h sur 24
- Tirettes d'urgence reliées à la réception
- Salle à manger et dépanneur
- Chapelle et bibliothèque
- Salon Internet et cinéma maison
- Salon de coiffure et services bancaires
- Autres services spécifiques offerts selon la résidence

PROGRAMME DE CRÉDIT PROVINCIAL POUR LE MAINTIEN À DOMICILE



Chères citoyennes, chers citoyens,

Tranquillement la neige et les glaces fondent autour de nous et cèdent doucement la place à la chaleur du soleil. Je vous souhaite de profiter pleinement de cette lumineuse période en compagnie de vos proches.

Place aux plaisirs printaniers et estivaux à travers notre magnifique Québec avec ses grands espaces, son histoire et ses traditions.

Au plaisir de vous rencontrer ou de vous revoir au cours de cette belle saison!

Portez-vous bien.

Votre députée de Laval-des-Rapides,  
Céline Haytayan

**CÉLINE HAYTAYAN**

DÉPUTÉE DE LAVAL-DES-RAPIDES



450 668-6077



Celine.Haytayan.LDR@assnat.qc.ca