



PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS PRINTEMPS-ÉTÉ 2025



La Compagnie des Jeunes Retraités (CJR)
8815, avenue Jean-Paquin, Québec, QC G1G 4W7
418 626-2828

<https://www.cjrcharlesbourg.org/>

(Déménagée temporairement du 5 mai au 31 décembre 2025 au : 750, rue de la Sorbonne, QC, G1H 1H1)



RE/MAX HORIZON

AGENCE IMMOBILIÈRE | FRANCHISÉ INDÉPENDANT ET AUTONOME DE REMAX QUEBEC INC

J'AI GRANDI,
J'HABITE ET
JE ME SPÉCIALISE
DANS **NOTRE**
CHARLESBOURG!

CHOISIR UN COURTIER
EFFICACE ET PRÉSENT
DANS VOTRE SECTEUR,
C'EST: →

“Ma **PROXIMITÉ**
et ma **SIMPLICITÉ**
sont vos meilleures
alliées!”

- Sa crédibilité face aux acheteurs !
- Sa connaissance des services environnants !
- Sa connaissance approfondie du marché actuel !
- Son intérêt à bien défendre VOS intérêts !
- Sa proximité géographique pour bien vous servir !

→ **N'HÉSITEZ PAS À
COMMUNIQUER AVEC MOI**

B. 418 666.5050 | C. 418 806.9285

www.jslessard.com
jslessard_remax@hotmail.com

3333, rue du Carrefour, Local 250, Québec (QC) G1C 5B9

 **Suivez-moi sur Facebook**



Jean Sébastien Lessard
COURTIER IMMOBILIER

TABLE DES MATIÈRES

• LES MEMBRES DE L'ÉQUIPE DE DIRECTION	page 4
• PROCÉDURES POUR L'INSCRIPTION EN LIGNE	page 5
• RENSEIGNEMENTS PERSONNELS	page 5
• PROCÉDURES DE REMBOURSEMENT	page 6
• ADRESSES ET LIEUX DE NOS ACTIVITÉS	page 6
• TOUS AZIMUTS	page 8
• SORTIES D'UNE JOURNÉE AVEC AGENCE	page 11
• ACTIVITÉS SOCIALES	page 15
• ACTIVITÉS SANTÉ, PLEIN AIR ET SPORTS	page 16
• ACTIVITÉS DE VOYAGE	page 19
• CALENDRIER DES ACTIVITÉS	page 21

DATES D'INSCRIPTION

Inscription des membres :

L'inscription en ligne aux activités débutera le **mardi 6 mai 2025**, à compter de 9 h.

Inscription des non-membres :

Afin de privilégier nos membres, l'inscription pour les non-membres ne sera offerte que 5 jours plus tard, soit à partir du 11 mai 2025.

LA CJR DÉMÉNAGE ... temporairement

Pour continuer à bien vous servir, les bureaux administratifs seront relocalisés à l'Arpidrome de Charlesbourg du 5 mai au 31 décembre 2025. Ils seront ouverts du lundi au jeudi de 8 h 30 à 15 h 30. Le numéro de téléphone à contacter demeure le même soit le 418 626-2828.

À noter qu'en juillet et en août, il est préférable d'appeler ou de prendre rendez-vous avant de vous déplacer.

LES MEMBRES DE L'ÉQUIPE DE DIRECTION vous remercient et demeurent à votre disposition. Bienvenue et belle saison à vous tous !

CONSEIL D'ADMINISTRATION		DIRECTION GÉNÉRALE		
Céline Bédard	Présidente	Caroline Tremblay	Directrice générale	418 626-2828
		Claire Langevin	Bénévole	418 626-2828
Michel Guimond	Vice-président	COMITÉ DE LA PROGRAMMATION ET DU SUIVI DES ACTIVITÉS		
		Caroline Tremblay	Directrice générale	418 626-2828
Alain Demers	Trésorier	Renée Masson	Adjointe CPSA	418 634-5354
		COORDONNATEURS ET AUTRES COLLABORATEURS		
Pauline Jobidon	Secrétaire	Activités culturelles et éducatives		
		Michelle Nadeau	Coordonnatrice	418 624-8944
Jacques Thibault	Registraire	• Jocelyne Dupont	Adjointe	418 932-6195
		Sorties d'une journée avec agence		
Gaston Lafleur	Administrateur	Lise Dubé	Coordonnatrice	418 626-4501
		• Anne Picard	Adjointe	418 803-8130
Simonne Laforest	Administratrice	Activités sociales		
		Claire Levesque	Coordonnatrice	418 666-1940
Diane Pelletier	Administratrice	• Claire Langevin	Adjointe	418 955-1076
		Activités Santé, plein air et sports		
Marc Périard	Administrateur	Marie-Josée Dion	Coordonnatrice	418 998-4551
		• Poste vacant	Adjoint	
		Activités Voyages		
		Rose-Marie Cloutier	Coordonnatrice	418 653-3328
		• Joan Leclerc	Adjointe	418 651-3959
		Activités Tous Azimuts		
		Simonne Laforest	Coordonnatrice	418 622-1375
		• Hélène Lemelin	Adjointe	418 624-9594
		Comité Milieu de vie		
		Claude Charbonneau	Responsable intérim	418 623-2863
		Comité VAD (Vieillessement actif dans la dignité)		
		Jean-Guy Lebel	Responsable	418 626-2440
		Communications		
		Poste vacant	C. Bédard (intérim)	
		Activités corporatives		
		Gaétan Bourbeau	Coord. logistique	418 628-5791

Ombudsman : Rosaire Roy, 418 663-7332 – rosroy@videotron.ca

Pour envoyer un courriel à l'un des membres du CA : <http://www.cjcharlesbourg.org/contact>

Pour toute information au sujet de la CJR :

Caroline Tremblay, directrice générale, 418 626-2828 / coordcjr@gmail.com

Pour savoir si une activité est annulée, notamment en raison de la température, consultez notre **BOÎTE VOCALE** au 418 990-0863.

PROCÉDURES POUR L'INSCRIPTION EN LIGNE

Comme par les saisons passées, l'inscription en ligne est priorisée pour toutes les activités. En cliquant sur le lien suivant, vous serez dirigé vers notre plateforme. Vous pourrez renouveler votre carte de membre, si celle-ci est expirée, et vous inscrire aux activités que vous souhaitez : <http://www.cjrcharlesbourg.org/>. Si vous avez oublié votre numéro de compte (communément appelé numéro de membre), communiquez avec le registraire pour récupérer votre numéro de membre plutôt que d'en créer un nouveau.

Les coûts d'inscription aux activités offertes par la Compagnie des Jeunes Retraités (CJR) incluent la taxe sur les produits et services (TPS) et la taxe de vente du Québec (TVQ).

BESOIN D'AIDE : Pour ceux et celles qui ont de la difficulté avec la plateforme, nous vous invitons à consulter le guide en cliquant sur **AIDE** que vous retrouvez sur le site WEB ou vous pouvez communiquer avec nos ressources :

ADHÉSION, RENOUVELLEMENT ET INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS	UTILISATION DE LA PLATEFORME
<ul style="list-style-type: none">• Jacques Thibault, Registraire : 418 849-5693• Claire Langevin, Adjointe registraire : 418 955-1076• Caroline Tremblay, DG : 418 626-2828	<ul style="list-style-type: none">• Louise Giroux : 418 622-1093

RENSEIGNEMENTS PERSONNELS

L'adhésion des membres et l'inscription aux activités se font sur notre plateforme d'inscription, via notre site WEB (<http://www.cjrcharlesbourg.org/>). Le paiement se fait par **carte de crédit** grâce à un logiciel sécurisé, intégré à la plateforme. L'accès aux informations personnelles que vous inscrivez sur la plateforme (nom, adresse, téléphone ou courriel) est limité. Ces informations servent à communiquer avec vous pour vous informer ou vous transmettre une information spécifique concernant une activité à laquelle vous vous êtes inscrits.

Enfin, lors de nos activités, il y a occasionnellement prise de photos des participants. Celles-ci peuvent être diffusées sur le site WEB de la CJR, dans la section réservée aux membres.



Marie-Pierre Boucher
Conseillère municipale du district
de Louis-XIV
Membre du comité exécutif

Edifice René-Bédard
160, 76^e Rue Est
Québec (Québec) G1H 7H5
418-641-6411, poste 3404
marie-pierre.boucher@ville.quebec.qc.ca

VILLE DE QUÉBEC *l'accomplissement*



PIERRE PAUL-HUS
Député de
Charlesbourg - Haute-Saint-Charles

LIEUTENANT POLITIQUE POUR LE QUÉBEC
du Chef de l'Opposition officielle

8400, boul. Henri-Bourassa, bur. 204
Québec (Québec)
G1G 4E2
T. 418 624-0022

pierre.paul-hus@parl.gc.ca



PROCÉDURE DE REMBOURSEMENT

Le membre doit aviser le responsable de l'activité pour toute annulation de participation à une activité hebdomadaire ou ponctuelle.

La Compagnie des Jeunes Retraités accorde un remboursement complet lorsque :

- l'activité est annulée par la CJR ;
- le participant n'a pas les prérequis pour suivre le cours ou l'activité;
- le participant ne peut pas participer à l'activité à la date reportée par la CJR.

Si un participant abandonne une activité hebdomadaire après la 2^e semaine de l'activité ou durant la session, aucun remboursement ne sera accordé.

À l'exception de :

Si l'abandon résulte d'une raison majeure (exemple une maladie ou une blessure), un remboursement pourra être accordé au prorata des jours non utilisés (*il se peut qu'une pièce justificative soit exigée*). Un frais d'administration de 5 \$ sera retenu sur le remboursement.

Si un participant annule son inscription à une activité qui a lieu à une date précise dans une saison de la programmation :

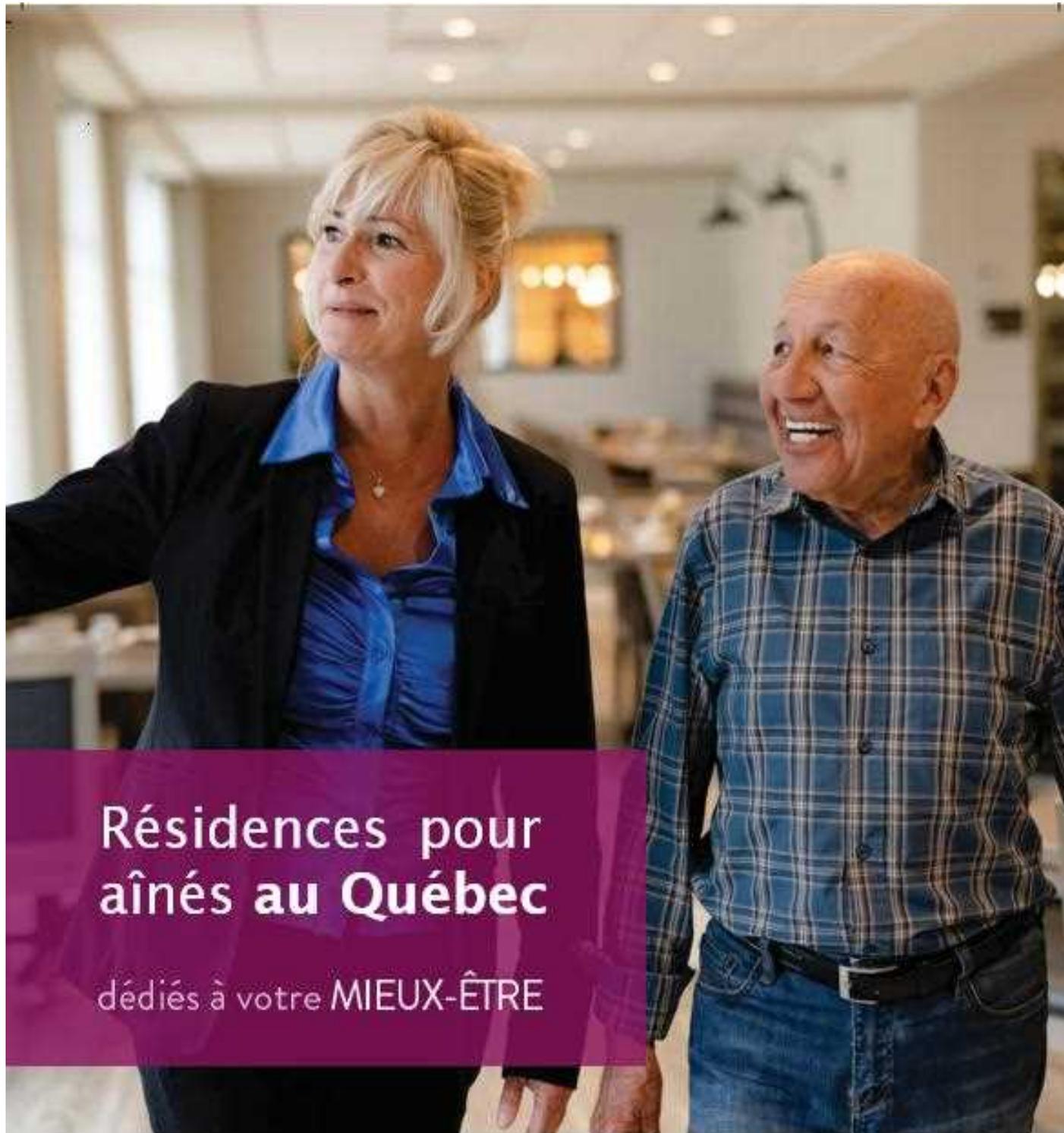
- un remboursement sera accordé lorsque le participant annule son inscription avant 10 jours ouvrables précédant la tenue de l'activité et un frais d'administration de 5 \$ sera retenu sur le remboursement ;
- un remboursement sera accordé si le membre annule son inscription et réussit à être remplacé prioritairement par un membre inscrit sur la liste d'attente.

Aucun remboursement n'est accordé sur la cotisation annuelle. De plus, il n'y a pas de remboursement pour les frais d'inscription à des activités de 5\$ et moins.

La présente procédure ne s'applique pas aux sorties d'un jour et aux voyages qui font l'objet d'ententes avec des agences ou grossistes de voyages. Cette procédure annule et remplace la Politique # 7.

ADRESSES DES LIEUX DES ACTIVITÉS

Centre communautaire Bon Pasteur	425, rue du Bienheureux-Jean-XXIII
Chartwell, Manoir et Cours de l'Atrium	545, rue Francis-Byrne (Chartwell demande de passer par la rue Francis-Byrne pour accéder à la passerelle qui donne accès au stationnement de la cour intérieure. Le plan est disponible sur le site de la CJR.)
Stationnement de l'église Sainte-Cécile	9150, avenue Jean-Paquin (face au Centre communautaire du Plateau)
La Scène Lebourgneuf	825, boul. Lebourgneuf
Parc Maurice-Dorion	8815, avenue Jean-Paquin (parc voisin)
Théâtre des aînés	Salle Pierre-Garon, 748, boul. Louis-XIV (coin 1 ^{ère} Avenue)
Restaurant Au Toit Rouge	12025, Boul. Henri-Bourassa
Restaurant Chez Harry	1190, boulevard Louis-XIV (Centre d'achat Bourg-Royal)
Camping La Roche D'Or	3005, Route-du-Président-Kennedy, Notre-Dame-des-Pins



Résidences pour aînés au Québec

dédiés à votre MIEUX-ÊTRE



Chez Chartwell, nous priorisons l'humain.
Nous veillons à la santé, au bonheur et au bien-être
des aînés au sein de nos résidences.

1 844-478-6473 | [Chartwell.com](https://www.chartwell.com)

TOUS AZIMUTS (Milieu de vie)

En ce beau mois de mai, aux couleurs d'été, voici la programmation offerte à **tous les membres de la CJR**. **TOUS AZIMUTS** vous a concocté un menu composé de multiples horizons qui vous fera découvrir sa nouveauté estivale 2025. SVP inscrivez-vous sur **notre site WEB** et **spécifier votre choix de conférences** pour profiter d'activités diverses qui vous feront du bien en apportant mille bienfaits.

LES CONFÉRENCES PRINTANIÈRES 2025

Quand : Les lundis
Endroit : Chartwell, Manoir et Cours de l'Atrium
Heure : 13 h 30 (Accueil à compter de 12 h 45)
Coût : Un forfait de **20 \$ membre / 25 \$ non-membre** pour **5 conférences**
Nombre de places : Maximum 80 par conférence

(Accessible aux personnes à mobilité réduite) - Apportez votre gourde s.v.p.

26 mai : L'insomnie et le sommeil avec Daniel Racine
2 juin : L'intelligence artificielle avec Alain Desbiens
9 juin : Signalisation routière, piétons, vélos, marques au sol avec Yvon Lapointe
16 juin : Délicatement, accompagner une personne en fin de vie avec Philippe Mercier

Important : **Chartwell demande de passer par la rue Francis-Byrne pour accéder à la passerelle qui donne accès au stationnement de la cour intérieure. Le plan est disponible sur le site de la CJR. [Clic plan Google Maps](#)**

Fête des mères - Pièce de théâtre : << Le droit d'être vieux >> Une nouvelle version

Date : Lundi 12 mai 2025
Heure : 13 h 30 (accueil 12 h 45)
Endroit : **Théâtre des Aînés**, Salle Pierre-Garon, 748, boul. Louis-XIV (Coin 1^{ère} Avenue)
Coût : 15 \$ membre / 20 \$ non-membre
Nombre de places : Maximum 80 / minimum 60

Accessible à tous !

Responsable : **Simonne Laforest**, 418 622-1375 / Adjointe : **Hélène Lemelin**, 418 624-9594

Spectacle Ferland dans la bouche d'une femme, Passion, Tendresse, Générosité avec Alexe Bay

Date : Samedi 31 mai 2025
Heure : 19 h (accueil 18 h 15)
Endroit : **La Scène Lebourgneuf**, 825, boul. Lebourgneuf – Stationnement gratuit
Coût : 40 \$ membre / 55 \$ non-membre
Nombre de places : Maximum 50

Ascenseur, accessible à tous !

Responsable : **Simonne Laforest**, 418 622-1375 / Adjointe : **Hélène Lemelin**, 418 624-9594

TOUS AZIMUTS (suite) (Milieu de vie)

Fête des pères – Souper spectacle – La Roche à Veillon à Saint-Jean-Port-Joli

Date : Jeudi 19 juin 2025
Heure : Accueil 14 h 30, départ 15 h du stationnement de l'église Sainte-Cécile
Coût : 165 \$ pour les membres seulement
Nombre de places : Maximum 56 / minimum 50

Responsable : **Simonne Laforest**, 418 622-1375 / Adjointe : **Hélène Lemelin**, 418 624-9594

Déjeuner estival

Date : Mercredi 20 août 2025
Heure : 9 h 30 (accueil 9 h)
Endroit : Restaurant Au Toit Rouge, 12025, Boul. Henri-Bourassa
Coût : 5 \$ membre / 10 \$ non-membre, chaque personne assume sa facture
Nombre de places : Maximum 60

Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Responsable : **Simonne Laforest**, 418 622-1375 / Adjointe : **Hélène Lemelin**, 418 624-9594

Services-conseils et accompagnement en recherche d'hébergement pour aînés



Les Ressources De Marie

**Un service gratuit,
personnalisé et rassurant
pour votre tranquillité d'esprit!**

Que vous soyez autonome ou en perte d'autonomie,
nous sommes là pour vous!

Choisir Les Ressources De Marie, c'est avoir l'assurance de trouver la bonne résidence, c'est être entouré, écouté, accompagné et conseillé, dans une relation de confiance totale, de respect, d'intégrité, pour que votre décision soit réfléchie et prise en toute sérénité.

7 jours sur 7, contactez-nous au 418 208-2741 ou au 581 741-7773
marie@ressourcesmarie.com www.ressourcesmarie.com





Jonatan Julien
Député de Charlesbourg



Jonatan.Julien.CHLB@assnat.qc.ca



Je suis très heureux de m'associer à la Compagnie des Jeunes Retraités (CJR).

J'appuie votre mission qui est de réunir des jeunes retraités pour partager des activités culturelles, sociales, sportives ainsi que des voyages, de développer un milieu accueillant et inclusif, favorisant les échanges avec de nouvelles connaissances et amis, de contrer l'isolement social et de contribuer aux mieux-être des aînés de la communauté. Les valeurs qui animent votre organisation visent à réunir les jeunes retraités grâce à l'effervescence de vos activités.

Félicitations pour vos valeurs : l'Accueil, le Respect, le Partage, la Solidarité, l'Équité, l'Entraide et l'Efficacité.

Félicitations à tous les membres du Conseil d'administration et à tous les bénévoles pour votre implication à la réussite de la Compagnie des Jeunes Retraités.

Jonatan Julien
Député de Charlesbourg

SORTIES D'UNE JOURNÉE AVEC AGENCE

Veillez prendre note que les inscriptions pour les sorties d'une journée avec agence de voyage se font en complétant un formulaire de réservation sur le site WEB. Ne pas tenir compte de la mention INSCRIPTION FERMÉE qui apparaît sur la plateforme. Par ailleurs, nous désirons vous informer que dorénavant, les participants recevront, à la suite de leur inscription, un formulaire d'informations complémentaires pour le paiement de leur sortie. Une fois rempli par le participant, ce formulaire sera envoyé directement à l'agence de voyage responsable afin d'éviter la manipulation ou la collecte d'informations personnelles. Ceci fait partie des mesures que la CJR met en place pour protéger ses membres et limiter les risques possibles de fraude.

Les sorties d'une journée au Casino de Charlevoix et Visite de la Maison Merry / Théâtre la Marjolaine Eastman sont effectivement programmées cet été, mais elles sont complètes. Vous pouvez toutefois vous inscrire sur la liste d'attente. Consultez régulièrement la section Sorties d'une journée sur le site WEB !

CASINO DE CHARLEVOIX : Responsable désignée par l'agence : **Lyne Trudelle**, 418 626-4619 / goubie@videotron.ca

VISITE DE LA MAISON MERRY / THÉÂTRE LA MARJOLAINE EASTMAN : Responsable : **Anne Picard**, 418 803-8130,
Courriel : annepicard007@gmail.com

LA PIÈCE QUI TOURNE MAL

(En collaboration avec Groupe Voyages Québec)

Date : Samedi 19 juillet 2025
Endroit : Drummondville
Départ : En matinée, du stationnement de l'église Sainte-Cécile, heure à confirmer
Durée : 1 jour incluant **le souper**
Coût : 239 \$ membre / 274 \$ non-membre
Nombre de places : Maximum 50 / minimum 32

Un meurtre a eu lieu dans un manoir de campagne et un inspecteur est chargé de l'affaire pour trouver le coupable. Cependant, lorsque cette intrigue est confiée aux comédiens maladroits de la Cornley Drama Society, tout ce qui peut mal tourner...tourne mal !

Les acteurs et l'équipe se débattent pour se rendre jusqu'au dernier rappel, avec des conséquences hilarantes ! Avez-vous déjà découvert qui a assassiné Charles Haversham ? Vous devrez venir voir par vous-même ! Vivez un chaos total et savourez cette comédie parfaite qui vous fera rire aux éclats !

Responsable : **Lise Dubé**, accompagnatrice désignée par l'agence, 418 626-4501 ou 418 570-2180
Agente de liaison : **Dany Garneau**

SORTIES D'UNE JOURNÉE AVEC AGENCE (SUITE)

VIRÉE EN BEAUCE À LA DÉCOUVERTE DE SES TRÉSORS

(En collaboration avec Groupe Voyages Québec)

Date : Jeudi 24 juillet 2025
Heure : En matinée, départ du stationnement de l'église Sainte-Cécile, heure à confirmer
Endroit : Sainte-Marie-de-Beauce
Coût : 199 \$ membre / 234 \$ non-membre (dîner inclus dans un restaurant de la région)

Venez découvrir avec moi les trésors de Sainte-Marie-de-Beauce ; même si je suis native de Beauce-Nord, je n'ai jamais eu l'occasion de visiter ces places touristiques...

D'abord à Sainte-Marie visite du **Village miniature Baillargeon** qui inclut 118 reproductions de bâtiments beaucerons. Ensuite, le groupe sera séparé en deux pour la visite de la **Maison du Major Dupuis** dont les terrains servaient pour les entraînements des pilotes avant et pendant la guerre ainsi que la visite du musée de l'aviation mettant en lumière sept supers pilotes de Sainte-Marie ayant contribué à l'évolution de l'aviation. Dîner dans un restaurant local. Nous nous rendrons ensuite à l'**Économusée Le Forgeron D'or** qui se distingue par ses créations originales. Finalement, on terminera par la **Maison Vachon** qui fut la demeure ancestrale où ont vécu Rosanna Vachon et son mari fondateur des fameux petits gâteaux Vachon. Nous reviendrons à l'église Sainte-Cécile (en fonction de l'heure, nous déciderons dans l'autocar si on fait un arrêt pour le souper).

Au plaisir de vous y rencontrer !

Responsable : **Rose-Marie Cloutier**, accompagnatrice désignée par l'agence, 418 653-3328

Courriel : cjrosemariecloutier@gmail.com

DÎNER CROISIÈRE SUR LE LAC MEMPHRÉMAGOG ET SPECTACLE<< CROONERS >>

(En collaboration avec Groupe Voyages Québec)

Date : Mardi 5 août 2025
Heure : En matinée, départ du stationnement de l'église Sainte-Cécile, heure à confirmer
Endroit : Magog
Coût : 259 \$ membre / 294 \$ non-membre (dîner inclus)
Nombres de places : Maximum 50 / minimum 32

Dîner-croisière suivi d'un spectacle sur le lac Memphrémagog, à bord du Grand Cru, le luxueux bateau d'Escapade Memphrémagog. Vous y dégusterez un excellent repas trois services tout en navigant sur l'un des plus beaux lacs du Québec. En après-midi, assistez au spectacle CROONERS; ces mélodies intemporelles qui vous feront chanter et danser! Plongez dans le plus beau des années de Frank Sinatra, Dean Martin, Nathalie Cole, Bobby Darin et The Supremes, chansons qui seront interprétées par des artistes talentueux. Venez donc vous amuser à bord de cette magnifique croisière !

Responsable : **Rose-Marie Cloutier**, accompagnatrice désignée par l'agence, 418 653-3328

Courriel : cjrosemariecloutier@gmail.com

SORTIES D'UNE JOURNÉE AVEC AGENCE (SUITE)

VIRÉE DES MURALES DE SHERBROOKE – UNE GALERIE D'ART À CIEL OUVERT

(En collaboration avec Groupe Voyages Québec)

Date : Samedi 16 août 2025
Heure : Stationnement de l'église Sainte-Cécile en autocar de luxe, heure à confirmer
Endroit : Sherbrooke
Coût : 169 \$ membre / 204 \$ non-membre
Nombre de places : Maximum 50 / minimum 32

Joignez-vous à moi pour débiter la journée par un dîner en route pour Sherbrooke. Nous aurons une journée qui nous permettra de découvrir la ville de Sherbrooke sous une facette différente soit celle sous forme de murales. Cette sortie se fait en autocar et le circuit sera commenté par une artiste qui incarnera Marie O'Malley, une Irlandaise haute en couleur tout droit débarquée du 19^e siècle. Retour en début de soirée !

Responsable : **Anne Picard**, 418 803-8130 / annepicard007@gmail.com

ZOO MILLER ET FRAMPTON BRASSE

(En collaboration avec Groupe Voyages Québec)

Date : Mercredi 10 septembre 2025
Heure : Stationnement de l'église Sainte-Cécile en autocar de luxe, heure à confirmer
Coût : 195 \$ membre / 230 \$ non-membre
Nombre de places : Maximum 50 / minimum 32

Nous commencerons notre escapade par un dîner dans un restaurant de la région ; en après-midi nous plongerons dans l'univers fascinant du Zoo Miller. Vous y retrouverez plus de 150 animaux représentant plus de 60 espèces différentes; chaque année de nouvelles vedettes s'ajoutent à la grande famille. Nous poursuivrons notre journée par une visite de la microbrasserie Frampton Brasse où vous découvrirez les secrets de la bière, du brassage à la fermentation. Dégustation de produits sur place. Sortie coup de cœur assuré !

Responsable : **Anne Picard**, 418 803-8130 / annepicard007@gmail.com

VISITE DE L'USINE PRÉVOST ET DE LA CABANE COMTOIS

(En collaboration avec Groupe Voyages Québec)

Date : Jeudi 25 septembre 2025
Heure : Stationnement de l'église Sainte-Cécile, autocar de luxe, heure à confirmer
Coût : 189 \$ membre / 224 \$ non-membre (dîner inclus)
Nombre de places : Maximum 50 / minimum 32

Je vous invite à vous joindre à moi pour la visite de la Cabane Comtois avec dégustation de produits d'érable et du terroir. Après le dîner, visite de la plus grande entreprise nord-américaine de fabrication d'autocars. Nous poursuivons avec la visite de la maison du Dr Chabot et la maison Eugène Prévost retraçant l'histoire de cette belle entreprise fondée en 1924. Un arrêt optionnel aux chutes Rouillard avant le retour vers Québec en fin d'après-midi.

Responsable : **Anne Picard**, 418 803-8130 / annepicard007@gmail.com

SORTIES D'UNE JOURNÉE AVEC AGENCE (SUITE)

MAGIE DES LANTERNES CHINOISES

(En collaboration avec Groupe Voyages Québec)

Date : Lundi 6 octobre 2025
Heure : Du stationnement de l'église Sainte-Cécile, en autocar de luxe, heure à confirmer
Coût : 159 \$ membre / 194 \$ non-membre
Nombre de places : Maximum 50 / minimum 32

Envie d'une escapade dans le Jardin de Chine au Jardin botanique de Montréal ? Cette sortie est pour vous ! Nous aurons l'occasion de nous y plonger dans un univers enchanteur. Le tout sera suivi d'un souper afin de poursuivre une soirée magique avec la visite de l'exposition Jardins de lumière. Les 600 lanternes sont confectionnées par des artisans de Shanghai et elles nous permettent de vivre une expérience visuelle hors du commun.

Responsable : **Anne Picard**, 418 803-8130 / annepicard007@gmail.com

AQUARIUM DE QUÉBEC ET CERCLE DE LA GARNISON DE QUÉBEC

(En collaboration avec Groupe Voyages Québec)

Date : Mardi 21 octobre 2025
Heure : En matinée, du stationnement de l'église Sainte-Cécile, heure à confirmer
Coût : 199 \$ membre / 234 \$ non-membre (dîner inclus)
Nombre de places : Maximum 50 / minimum 32

C'est une sortie qui sort de l'ordinaire, élaborée spécialement pour la CJR. Eh oui ! Vous allez à l' Aquarium où vous ferez la connaissance de plusieurs espèces de mammifères, de poissons exotiques, d'invertébrés, d'amphibiens et de reptiles. Vous participerez aux activités amusantes sur place. Dans le parc extérieur, vous ferez la connaissance des mammifères marins. Par la suite, vous serez reçus pour le dîner au **Cercle de la Garnison**. En après-midi, vous participerez à une visite guidée de cette institution, plus que centenaire, qui tire son origine d'une longue tradition de regroupement des officiers militaires anglais.

Responsable : **Lise Dubé**, 418 626-4501 ou 418 570-2180 / lise74@videotron.ca



Le Spécialiste Internet
ORICOM
INTERNET
À votre service
depuis 20 ans
INTERNET • TÉLÉ • TÉLÉPHONE
Forfaits adaptés à vos besoins
www.oricom.ca • 418 683-4557

**L'HÉBERGEMENT DE CE SITE WEB
EST UNE COMMANDITE DE :
ORICOM INTERNET.
IL EST UN FOURNISSEUR RÉPUTÉ
DE SERVICES INTERNET ET DE
TÉLÉPHONIE IP. PAR ALLIANCE
AVEC SHAW, IL OFFRE ÉGALEMENT
LE SERVICE DE
TÉLÉVISION PAR SATELLITE.**

ACTIVITÉS SOCIALES

BAL EN BLANC

Date : Samedi 7 juin 2025
Endroit : Centre communautaire Bon Pasteur
Heure : **Accueil 17 h 30, cocktail 18 h, souper 18 h 30, danse 19 h 45**
Coût : 40 \$ membre / 55 \$ non-membre
Inscription : Date limite 29 mai 2025
Nombres de places : 120 personnes (avec liste d'attente)

Possibilité de réserver votre table de 8 personnes, auprès de Claire Levesque.

SOIRÉE GRANDIOSE OÙ LE BLANC EST DE MISE, PANTALON PÂLE ET HAUT BLANC ACCEPTÉS.

Nous vous invitons à participer à notre BAL EN BLANC. Nous vous offrons un cocktail et un délicieux buffet froid. Après le souper, danse avec notre orchestre Les Légend'Air. Apportez votre vin ou votre breuvage préféré et votre verre pour la soirée. Bienvenue à tous !

Responsable : **Claudette Gauthier**, 418 977-3885 / Responsable adjointe : **Claire Levesque**, 418 666-1940

DÉJEUNERS MENSUELS

Tous les premiers jeudis du mois, vous avez le plaisir de partager un bon déjeuner entre amis au restaurant Chez Harry. Les rencontres continueront le 1er mai avec M. Bourbeau, puis les 5 juin et 3 juillet Mme Huguette Charpentier prendra la relève. Il est à noter que le restaurant sera fermé durant le mois d'août.

Bienvenue à tous !

Endroit : Restaurant Chez Harry
Heure : 9 h
Coût : Chaque participant assume sa facture.

Responsable : **Gaétan Bourbeau**, 418 628-5791 / Responsable adjointe : **Huguette Charpentier**, 418 623-9279



ACTIVITÉS SANTÉ, PLEIN AIR ET SPORTS

CLUB DE VÉLO CJR

Pour une raison exceptionnelle l'inscription pour le club vélo CJR a débuté le 1er avril via la plateforme de la CJR. Il est encore temps de vous inscrire au coût de 22 \$ pour 16 sorties sur les rives nord et sud de Québec. L'activité est limitée à 125 personnes, mais vous pouvez vous inscrire sur la liste d'attente si l'activité affiche complet.

Nous vous invitons à venir rouler dans un cadre bien organisé et sécuritaire, à découvrir de beaux endroits et de beaux paysages et à socialiser avec ceux qui partagent les mêmes passions que vous : le vélo et la nature.

Responsable : **Diane Bellavance**, 418 628-2301

CROQ'SENTIERS

Période d'activité : Du lundi 13 janvier au lundi 15 décembre 2025 de 9 h 30 à 11 h 30 (sauf exception)
Endroit : Sites naturels de la région de Québec
Coût : 20 \$ comprenant toutes les marches jusqu'en décembre 2025
Nombre de places : Maximum 200

Le club de marche Croq'Sentiers offre des randonnées guidées dans les sentiers naturels de la grande région de Québec. Les participant(e)s doivent être aptes à marcher durant 2 heures dans des sentiers plus ou moins aménagés. Trois niveaux sont disponibles à chaque randonnée, soit mollo, mezzo et rapido, sur une distance de 5 à 10 km. Le niveau de difficulté va de facile à intermédiaire.

Vous recevrez à chaque semaine un courriel vous indiquant l'endroit ainsi que les informations nécessaires.

Responsable : **Pierre Bolduc** / Pour informations : clubcroqsentiers@gmail.com

CROQUET - Conditionnel au recrutement d'un responsable avant le 2 mai 2025

Du 14 ou 15 mai au 10 ou 11 septembre, les mercredis et jeudis de 18 h 30 à 20 h 30 au Parc Chabot (1641, avenue de Colmar, Qc), au coût de 10 \$. Contacter Claire Langevin, en charge du recrutement des bénévoles, au 418 626-2828.

**Pour vos assurances,
ça vaut le coup de comparer.**

Assurances Isabelle Roy inc.*
Agence en assurance de dommages
418 622-2322, poste 2
isabelleroy.com
isabelle.roy@beneva.ca

* Partenaire autorisé de Beneva Inc, agence en assurance de dommages.

Partenaire autorisé | **beneva**

ACTIVITÉS SANTÉ, PLEIN AIR ET SPORTS (SUITE)

PÉTANQUE

Période d'activité : Semaines du 19 mai 2025 au 15 septembre 2025
Quand : Lundi, mardi et jeudi de 19 h à 21 h
 Mercredi 9 h 30 à 11 h 30
Endroit : Parc Maurice-Dorion, Centre communautaire du Plateau
Coût : 10 \$ pour la session pour une fois semaine
Participants : Maximum 56 par jour

La pétanque est de retour et nous sommes fiers de vous inviter à vous joindre à nous. Pratiquons ce sport dans un esprit non compétitif et dans un climat convivial.

Se présenter au moins 20 minutes avant le début de l'activité.

Responsable : **Denis Fortin**, 418 666-6350 / Adjoint : **Michel Bureau**, 418 628-0738

GOLF DU MARDI (9 trous)

Période d'activité : Dates de la première session (6 semaines) : Du 3 juin au 8 juillet 2025
 Dates de la deuxième session (6 semaines) : Du 15 juillet au 19 août 2025
Endroits : Différents terrains de golf de la région de Québec
Coût : 150 \$ par session
Nombre de places : Maximum 80 par session

Jouer au golf en vous amusant ! Les heures de départ peuvent varier.

Les terrains de golf seront : Lac-Sergent, Stoneham, Orléans, Donnacona, Beaurivage et Métropolitain.

Responsable : **Jacques Thibault**, 418 849-5693

GOLF DU 18 TROUS

Période d'activité : Les mercredis du 4 juin au 27 août 2025 (aux deux semaines)
Endroits : Différents terrains de golf de la région de Québec
Heures : Les heures de départ peuvent varier entre 11 h 30 et 13 h
Coût : 10 \$ par session + tarif selon les différents clubs de golf
Nombre de places : Maximum 60

Les terrains de golf seront : Mont-Tourbillon, Alpine, Royal Charbourg, d'autres terrains à venir.

Au plaisir de socialiser avec vous !

Responsable : **Sylvie Boulanger**, 418 999-7030 / sylviebou11@outlook.com

ACTIVITÉS SANTÉ, PLEIN AIR ET SPORTS (SUITE)

TENNIS EXTÉRIEUR

Période d'activité : Du 2 juin au 8 septembre 2025
Quand : Les lundis, mercredis et jeudis de 8 h 30 à 10 h 30
Endroit : Parc Maurice-Dorion, Centre communautaire du Plateau, 8815 avenue Jean-Paquin
Coût : 15 \$ pour la session (incluant 2 boîtes de balles)
Participants : Maximum 16

Encore cette année la CJR vous offre la possibilité de pratiquer votre tennis dans l'atmosphère agréable qui s'est développée au fil du temps. Les matchs se jouent en double et les équipes se forment lors de l'arrivée des participants sur le terrain (à 9 h pour les 2 premières semaines, afin d'éviter les matins trop frisquets, et à 8 h 30 pour les 11 autres semaines).

Nous profiterons cet été de deux surfaces de jeu complètement remises à neuf en août dernier. Le tout, c'est-à-dire 50 heures de plaisir (s'il ne pleut pas !), pour aussi peu que le prix d'entrée au cinéma.

Responsable : **Jean-Guy Lebel**, 418 626-2440

****VEUILLEZ NOTER QUE LE TENNIS POURRAIT ÊTRE RÉDUIT À 2 JOURS SI L'ACTIVITÉ PICKLEBALL N'EST PAS ANNULÉE, AFIN D'ASSURER UNE UTILISATION ÉQUITABLE DES TERRAINS.**

PICKLEBALL EXTÉRIEUR

Période d'activité : Du 12 mai au 18 septembre 2025
Quand : Les mercredis et vendredis de 8 h 30 à 10 h 30
Endroit : Parc Maurice-Dorion, Centre communautaire du Plateau, 8815, avenue Jean-Paquin
Coût : 20 \$
Participants : Maximum 20

L'activité se tiendra sur 4 terrains qui sont aménagés à cet effet. C'est une activité libre sous la supervision d'un responsable. Que vous soyez débutant ou expérimenté vous êtes tous les bienvenus. Un registre de présence sera tenu durant toute la saison. Nous favorisons un climat de perfectionnement, de camaraderie et de bonne entente où l'esprit de compétition sera secondaire.

L'équipement requis : une palette, des chaussures et des vêtements de sport. Nous recommandons le port de lunettes de protection. Les balles de pickleball extérieures sont fournies.

Responsable : **Roch Lauzier**, 418 622-5952

****IL EST IMPORTANT DE SAVOIR QUE LE PICKLEBALL POURRAIT ÊTRE ANNULÉ EN RAISON DE L'INDISPONIBILITÉ DES TERRAINS. SOYEZ ASSURÉ QUE LA CJR TRAVAILLE AFIN DE POUVOIR VOUS OFFRIR L'ACTIVITÉ COMME PRÉVUE. N'HÉSITEZ PAS À COMMUNIQUER AVEC LE RESPONSABLE POUR PLUS D'INFORMATIONS.**

ACTIVITÉS DE VOYAGE

Veillez prendre note que les inscriptions pour les voyages se font en complétant un formulaire de réservation sur le site WEB. Les paiements se font uniquement auprès de l'agence de voyage qui communiquera avec vous à la suite de votre inscription.

Les longs séjours au Portugal et en Espagne ont bien lieu ce printemps. La période d'inscription pour les courts voyages estivaux et les longs voyages de l'automne se déroulent bien ! Consultez régulièrement la section Voyages sur le site WEB !

NORD DE LA GASPÉSIE

(En collaboration avec Groupe Voyages Québec)

Dates : Du 24 août au 29 août 2025
Endroit : Nord de la Gaspésie
Départ : 7 h du matin, du stationnement de l'église Sainte-Cécile
Coût : 2 249 \$ occupation double / 2 999 \$ simple / 2 059 \$ triple et 1 959 \$ quadruple
Ajout de 35 \$ pour les non-membres (3 repas compris)
Nombre de places : Maximum 42 / minimum 32

Presque une semaine de vacances au Québec, dans cette belle province qui attire un nombre impressionnant de vacanciers. De belles visites entrecoupées de temps libre afin d'apprécier et de profiter de notre parcours, des repas avec poissons et fruits de mer ou autres mets régionaux à savourer et surtout, l'agréable compagnie des membres de la CJR pour partager nos découvertes !

Responsable : **Lyne Trudelle**, 418 626-4619 / goubie@videotron.ca

ESCAPADE EN ESTRIE

(En collaboration avec Groupe Voyages Québec)

Dates : 12 et 13 juillet 2025 (1 coucher)
Endroit : Estrie
Hébergement : Manoir des Sables
Départ : Du stationnement de l'église Sainte-Cécile, heure à confirmer
Coût : 525 \$ occupation double / 685 \$ occupation simple
Ajout de 35 \$ pour les non-membres (3 repas compris)
Exclusions : Assurance personnelle, repas ou boissons non mentionnés, pourboire au guide et au chauffeur.
Nombre de places : Maximum 30

Joignez-vous à nous pour une belle petite évasion en bonne compagnie ! Venez déguster le thé à l'anglaise à **Uplands** où nos guides en costumes d'époque se feront un plaisir de vous servir et de nous accompagner dans nos découvertes. Le vignoble **Cep d'Argent** et la **Distillerie Cherry River** nous ferons également découvrir leurs produits. Une visite du **Musée Bombardier** et une visite au **Domaine Bleu Lavande** sont prévues à Magog. De belles activités à vivre en période estivale. Au plaisir de les partager avec vous.

Responsable : **Carole Poirier**, agente de liaison, 418 657-8550 / binouneuse@1hotmail.com

ACTIVITÉS DE VOYAGE (SUITE)

À LA DÉCOUVERTE DE LA BAVIÈRE ET DE L'ALLEMAGNE (DÉPART GARANTI)

(En collaboration avec Voyages Plein Soleil)

Dates : Du 17 septembre au 4 octobre 2025
Inclusions : 33 repas dont 16 petits-déjeuners, 5 dîners dégustation et 12 soupers
Coûts : 8 399 \$ en occupation double pour les membres / 8 434 \$ pour les non-membres
Nombre de places : Maximum 25

Un circuit inoubliable et exclusif à la CJR vous permettra **d'explorer l'Alsace, la Forêt-Noire ainsi que la Bavière !** Vous y verrez des **paysages époustouflants** où se côtoient de nombreux canaux, de superbes maisons à colombage, d'anciennes villes médiévales et de nombreux châteaux. Plusieurs des endroits à visiter font partie du **Patrimoine mondial de l'Unesco**. De plus, vous aurez l'opportunité de déguster des plats typiques de ces régions et de participer à l'**Oktoberfest** à Munich! En prime, tous nos **hôtels sont situés au centre-ville !**

Ce forfait inclut aussi toutes les visites des villes avec leurs attraits touristiques avec **guide francophone local**.

Responsable : **Rose-Marie Cloutier**, accompagnatrice désignée par l'agence, 418 653-3328

Courriel : cjrosemariecloutier@gmail.com



CALENDRIER DES ACTIVITÉS

Date	Jour / Au	Activités	Responsable	Téléphone
2025-01-13	Lundi	Croq'Sentiers	Pierre Bolduc	Voir page 16
2025-05-01	Jeudi	Déjeuner mensuel	Gaétan Bourbeau	418 628-5791
2025-05-02	Vendredi	Bingo Chartwell	Claire Levesque	418 666-1940
2025-05-05	Lundi	Conférence Tous Azimuts	Simonne Laforest	418 622-1375
2025-05-05	Jeudi	Déjeuner mensuel Chez Harry	Huguette Charpentier	418 623-9279
2025-05-06	Mardi	Inscription en ligne	Corporatif	418 626-2828
2025-05-07	Mercredi	Club de vélo CJR	Diane Bellavance	418 628-2301
2025-05-12	Lundi	Tous Azimuts – Fête des mères - Théâtre des Aînés	Simonne Laforest	418 622-1375
2025-05-12	Variable	Pickleball extérieur	Roch Lauzier	418 622-5952
2025-05-13	2025-06-04	Séjour sur la Costa Del Sol	Doris Dorval	418 628-6526
2025-05-19	Variable	Pétanque	Denis Fortin	418 666-6350
2025-05-26	Lundi	Conférence Tous Azimuts	Simonne Laforest	418 622-1375
2025-05-28	Mercredi	Casino de Charlevoix	Lyne Trudelle	418 626-4619
2025-05-31	Samedi	Tous Azimuts – spectacle Ferland	Simonne Laforest	418 622-1375
2025-06-02	Lundi	Conférence Tous Azimuts	Simonne Laforest	418 622-1375
2025-06-02	Variable	Tennis extérieur	Jean-Guy Lebel	418 626-2440
2025-06-03	Mardi	Golf du mardi – 9 trous (première session)	Jacques Thibault	418 849-5693
2025-06-04	Mercredi	Golf 18 trous	Sylvie Boulanger	418 999-7030
2025-06-07	Samedi	Bal en blanc	Claudette Gauthier	418 977-3885
2025-06-09	Lundi	Conférence Tous Azimuts	Simonne Laforest	418 622-1375
2025-06-12	2025-06-19	Camping CJR / La Roche d'Or	Yvan Coats	418 564-4718
2025-06-16	Lundi	Conférence Tous Azimuts	Simonne Laforest	418 622-1375
2025-06-19	Jeudi	Tous Azimuts – Fête des pères - La Roche à Veillon	Simonne Laforest	418 622-1375
2025-06-28	Samedi	Visite Maison Merry / Théâtre de la Marjolaine	Anne Picard	418 803-8130
2025-07-03	Jeudi	Déjeuner mensuel Chez Harry	Huguette Charpentier	418 623-9279
2025-07-12	2025-07-13	Escapade en Estrie	Carole Poirier	418 657-8550
2025-07-15	Mardi	Golf du mardi – 9 trous (deuxième session)	Jacques Thibault	418 849-5693
2025-07-19	Samedi	Drummondville / La pièce qui tourne mal	Lise Dubé	418 626-4501
2025-07-24	Jeudi	Virée en Beauce	Rose-Marie Cloutier	418 653-3328
2025-08-05	Mardi	Dîner croisière Memphrémagog	Rose-Marie Cloutier	418 653-3328
2025-08-16	Samedi	Virée des Murales Sherbrooke	Anne Picard	418 803-8130
2025-08-20	Mercredi	Tous Azimuts – Déjeuner estival	Simonne Laforest	418 622-1375
2025-08-24	2025-08-29	Nord de la Gaspésie	Lyne Trudelle	418 626-4619
2025-09-10	Mercredi	Zoo Miller et Frampton Brasse	Anne Picard	418 803-8130
2025-09-17	2025-10-04	Découverte de la Bavière et de l'Allemagne	Rose-Marie Cloutier	418 653-3328
2025-09-25	Jeudi	Visite de l'usine Prévost et de la Cabane Comtois	Anne Picard	418 803-8130
2025-10-06	Lundi	Magie des lanternes chinoises	Anne Picard	418 803-8130
2025-10-21	Mardi	Aquarium de Québec et Cercle de la garnison	Lise Dubé	418 626-4501

Une journée porte ouverte aura lieu en début septembre. Une infolettre sera envoyée à ce sujet au cours de l'été. MERCI !

CHANGEMENT À LA STRUCTURE DE LA CJR

Afin d'assurer la pérennité de la CJR, le Conseil d'administration a décidé de réintégrer la fonction de « direction générale » à la structure organisationnelle. Il nous fait donc plaisir de vous annoncer **la nomination de madame Caroline Tremblay au poste de directrice générale**. Celle-ci se voit confier le mandat de la gestion opérationnelle de la CJR. Cette décision assure donc une structure permanente et dégage les administrateurs bénévoles composant le Conseil d'administration de plusieurs mandats opérationnels. Le CA pourra dorénavant se concentrer à ses responsabilités liées à la gouvernance.

Félicitations à Caroline et bon succès dans ce beau défi que tu as accepté de relever !

MERCI À TOUS NOS BÉNÉVOLES

La CJR réalise sa 31^e année d'existence grâce à sa belle équipe de membres bénévoles qui offrent du temps, déploient leurs talents et leurs expériences personnelles et professionnelles pour préparer et offrir des activités intéressantes, répondant aux besoins et intérêts des membres. **Merci à tous les bénévoles !**

Si vous souhaitez contribuer au succès de la CJR, faire partie d'une belle équipe pour la réalisation des activités ou pour les services aux membres.... FACILE :

- Contacter Claire Langevin, bénévole à l'administration, 418 626-2828
OU
- Se connecter à la plateforme CJR et remplir le formulaire disponible sur le site WEB, dans Accueil membre, « Devenir bénévole »

MERCI À NOS COMMANDITAIRES

Merci à tous nos commanditaires pour le soutien qu'ils apportent à la CJR. Nous soulignons la nouvelle publicité de Mme Marie-Pierre Boucher de la Ville de Québec ainsi que La Coopérative funéraire La Seigneurie, qui ont récemment accepté une entente de visibilité avec la CJR.

MERCI À TOUS LES MEMBRES CJR

Nous tenons à remercier tous les membres pour leur contribution et leur participation aux différents événements ou activités organisés en cours d'année. Votre engagement nous incite à poursuivre et à améliorer de façon continue les services et les programmations saisonnières.

En raison des changements qui bousculeront nos habitudes pour quelques mois, nous vous rappelons de consulter le site WEB et de bien lire nos messages et infolettres qui véhiculeront les informations nécessaires pour ne rien manquer! Nous vous souhaitons de bien profiter des activités offertes au cours de la saison printemps / été 2025.

Bon été !

Céline Bédard, Présidente

LA SEIGNEURIE

Coopérative funéraire

**Expérience
entièrement renouvelée !**

Grands espaces lumineux pour vivre doucement toutes
les étapes d'un service funéraire sous un même toit.



NOUVEAU
Bâtiment de deux
étages rattaché
au bâtiment
original.



*Condoléances, cérémonie dans
notre salle de recueillement,
goûter, tout au même endroit!*

2450, avenue Saint-Clément, Québec
cooperative-funeraire.com
418 663-4735

**Votre
épicerie
depuis
85 ans!**

COOP
Charlesbourg

IGA
extra



Toujours à l'écoute de sa clientèle, la Coop de Charlesbourg fait preuve d'innovation depuis 85 ans et propose plusieurs nouveautés en magasin. Elle demeure également présente dans sa collectivité et ne manque pas d'activités ou d'implications pour faire rayonner son milieu. Découvrez les avantages de notre Coop :

La Coop de Charlesbourg

 1233, boulevard Louis-XM,
Québec (Québec) G2L 1L9

 418 628-2525

 coopcharlesbourg.com

 IGA Extra
Coop de Charlesbourg

 Lundi au vendredi :
de 8 h à 22 h
Samedi et dimanche :
de 8 h à 21 h

- Service de **buffet-traiteur**
- **Mets préparés** (portions individuelles disponibles)
- **Desserts** personnalisés
- Personnel **courtois** et attentionné
- **Caisses libre-service** et caisses avec **service d'emballage**
- Programme de récompenses avec la carte **Scène +**
- Boutique **Rachelle-Béry**
- Comptoir **Yuzu** sushi express
- Produits **Keto**
- Service **FoodHero**
- Pour les **membres de la Coop**, rabais chez 24 marchands participants