



## PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS

### AUTOMNE 2025



La Compagnie des Jeunes Retraités (CJR)  
8815, avenue Jean-Paquin, Québec, QC G1G 4W7  
418 626-2828  
<https://www.cjrquebec.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  
En toute simplicité

## **TABLE DES MATIÈRES**

|                                          |         |
|------------------------------------------|---------|
| • MEMBRES DE L'ÉQUIPE DE DIRECTION       | page 4  |
| • PROCÉDURES POUR L'INSCRIPTION EN LIGNE | page 6  |
| • RENSEIGNEMENTS PERSONNELS              | page 6  |
| • PROCÉDURE DE REMBOURSEMENTS            | page 7  |
| • LIEUX ET ADRESSES DE NOS ACTIVITÉS     | page 8  |
| • CORPORATIF                             | page 9  |
| • TOUS AZIMUTS - Conférences             | page 10 |
| • TOUS AZIMUTS - Activités               | page 11 |
| • ACTIVITÉS CULTURELLES & ÉDUCATIVES     | page 12 |
| • ACTIVITÉS SANTÉ, PLEIN AIR ET SPORTS   | page 19 |
| • ACTIVITÉS SOCIALES                     | page 24 |
| • ACTIVITÉS – SORTIES D'UNE JOURNÉE      | page 28 |
| • ACTIVITÉS - VOYAGE                     | page 31 |
| • CALENDRIER DES ACTIVITÉS               | page 33 |

| LES MEMBRES DE L'ÉQUIPE DE DIRECTION vous remercient et demeurent à votre disposition. Bienvenue et belle saison à vous tous ! |                             |                            |                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------|----------------------|
| CONSEIL D'ADMINISTRATION                                                                                                       |                             |                            |                      |
| Céline Bédard                                                                                                                  | Présidente                  | Gaston Lafleur             | Administrateur       |
| Michel Guimond                                                                                                                 | Vice-président              | Simonne Laforest           | Administratrice      |
| Alain Demers                                                                                                                   | Trésorier                   | Diane Pelletier            | Administratrice      |
| Pauline Jobidon                                                                                                                | Secrétaire                  | Poste vacant               | Administrateur/trice |
| Jacques Thibault                                                                                                               | Registraire                 |                            |                      |
| DIRECTION GÉNÉRALE                                                                                                             |                             |                            |                      |
| Caroline Tremblay                                                                                                              | Directrice générale         | 418 626-2828               |                      |
| Claire Langevin                                                                                                                | Bénévole                    | 418 626-2828               |                      |
| Josée Roberge                                                                                                                  | Bénévole                    |                            |                      |
| COMITÉ DE LA PROGRAMMATION ET DU SUIVI DES ACTIVITÉS                                                                           |                             |                            |                      |
| Caroline Tremblay                                                                                                              | Directrice générale         | 418 626-2828               |                      |
| Renée Masson                                                                                                                   | Adjointe CPSA               | 418 634-5354               |                      |
| Josée Roberge                                                                                                                  | Adjointe à la programmation | josee.robergecjr@gmail.com |                      |
| COORDONNATEURS ET AUTRES COLLABORATEURS                                                                                        |                             |                            |                      |
| Tous Azimuts                                                                                                                   |                             |                            |                      |
| Simonne Laforest                                                                                                               | Coordonnatrice              | 418 622-1375               |                      |
| Hélène Lemelin                                                                                                                 | Adjointe                    | 418 624-9594               |                      |
| Comité Milieu de vie                                                                                                           |                             |                            |                      |
| Claude Charbonneau                                                                                                             | Responsable par intérim     | 418 623-2863               |                      |
| Activités corporatives                                                                                                         |                             |                            |                      |
| Gaétan Bourbeau                                                                                                                | Coordonnateur logistique    | 418 628-5791               |                      |
| Activités culturelles et éducatives                                                                                            |                             |                            |                      |
| Michelle Nadeau                                                                                                                | Coordonnatrice              | 418 624-8944               |                      |
| Poste vacant                                                                                                                   | Adjointe                    |                            |                      |
| Activités Santé, plein air et sports                                                                                           |                             |                            |                      |
| Poste vacant                                                                                                                   | Coordonnatrice              |                            |                      |
| Poste vacant                                                                                                                   | Adjoint                     |                            |                      |
| Activités sociales                                                                                                             |                             |                            |                      |
| Claire Levesque                                                                                                                | Coordonnatrice              | 418 666-1940               |                      |
| Claire Langevin                                                                                                                | Adjointe                    | 418 955-1076               |                      |
| Activités - Sorties d'une journée avec agence                                                                                  |                             |                            |                      |
| Lise Dubé                                                                                                                      | Coordonnatrice              | 418 915-4503               |                      |
| Anne Picard                                                                                                                    | Adjointe                    | 418 803-8130               |                      |
| Activités Voyages                                                                                                              |                             |                            |                      |
| Rose-Marie Cloutier                                                                                                            | Coordonnatrice              | 418 653-3328               |                      |
| Joan Leclerc                                                                                                                   | Adjointe                    | 418 651-3959               |                      |
| Comité VAD (Vieillessement actif dans la dignité)                                                                              |                             |                            |                      |
| Jean-Guy Lebel                                                                                                                 | Responsable                 | 418 626-2440               |                      |
| Communications                                                                                                                 |                             |                            |                      |
| Céline Bédard, par intérim                                                                                                     | Poste vacant                |                            |                      |
| Ombudsman : Rosaire Roy, 418 663-7332 – <a href="mailto:rosroy@videotron.ca">rosroy@videotron.ca</a>                           |                             |                            |                      |
| Envoyer un courriel à l'un des membres du CA : <a href="http://www.cjrquebec.org/contact">http://www.cjrquebec.org/contact</a> |                             |                            |                      |
| Pour toute information au sujet de la CJR :                                                                                    |                             |                            |                      |
| Caroline Tremblay, directrice générale, 418 626-2828 / <a href="mailto:coordcjr@gmail.com">coordcjr@gmail.com</a>              |                             |                            |                      |
| Pour savoir si une activité est annulée, notamment en raison de la température, consultez notre BOÎTE VOCALE au 418 990-0863.  |                             |                            |                      |



## Résidences pour aînés au Québec

dédiées 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)

## 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.cjrquebec.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 à utiliser 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"><li>• <b>Jacques Thibault</b>, registraire : 418 849-5693</li><li>• <b>Claire Langevin</b>, adjointe registraire : 418 955-1076</li><li>• <b>Caroline Tremblay</b>, directrice générale : 418 626-2828</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Louise Giroux</b> : 418 622-1093</li></ul> |

---

## RENSEIGNEMENTS PERSONNELS

L'adhésion des membres et l'inscription aux activités se font sur notre plateforme d'inscription, via notre site WEB (<http://www.cjrquebec.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 à une activité à laquelle vous vous êtes inscrit.

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

## **PROCÉDURES DE REMBOURSEMENTS**

**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<sup>e</sup> 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.

## LIEUX ET ADRESSES DES ACTIVITÉS

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Arpidrome                                                 | 750, rue de la Sorbonne<br><b>(Le plan est disponible sur le site de la CJR).</b>                                                                                                                                         |
| Bar laitier Fluo s'amuse                                  | 475, boulevard de l'Atrium, local 105                                                                                                                                                                                     |
| Campus Charlesbourg (CEGEP)                               | 7600, 3 <sup>e</sup> Avenue Est                                                                                                                                                                                           |
| Centre communautaire Bon Pasteur                          | 425, rue du Bienheureux Jean XXIII                                                                                                                                                                                        |
| Centre communautaire Du Jardin, salle Desjardins (BRIO)   | 4225, rue des Roses, Québec                                                                                                                                                                                               |
| Centre communautaire Du Plateau                           | 8815, rue Jean-Paquin (fermé - <b>en rénovation</b> )                                                                                                                                                                     |
| Centre communautaire Ferland                              | 1600, 8 <sup>e</sup> Avenue, Québec                                                                                                                                                                                       |
| Centre culturel et communautaire de Charlesbourg (CCC)    | 7575, boulevard Henri-Bourassa                                                                                                                                                                                            |
| Chalet des loisirs Maria-Goretti                          | 7475, avenue Paul-Comtois (salle de cours ou salle Paul-Eugène Comtois)                                                                                                                                                   |
| Chalet La Planque                                         | 8805, avenue Jean-Paquin                                                                                                                                                                                                  |
| Chartwell Manoir et Cours de l'Atrium                     | 545, rue Francis-Byrne<br><b>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).</b> |
| École secondaire St-Jean-Eudes                            | 650, avenue Bourg-Royal (ancien gymnase)                                                                                                                                                                                  |
| Gymnase Borgia du CEGEP de Limoilou (Campus Charlesbourg) | 7700, 3 <sup>e</sup> Avenue Ouest, Charlesbourg                                                                                                                                                                           |
| Maison Éphraïm Bédard                                     | 7655, Chemin Samuel (entre boutique Le Grenier et Volkswagen sur Henri-Bourassa)                                                                                                                                          |
| Patro le Pivot (Centre communautaire des Chutes)          | 4551, boul. Sainte-Anne, Beauport                                                                                                                                                                                         |
| Patro Roc-Amadour                                         | 2301, 1 <sup>ère</sup> Avenue, Québec                                                                                                                                                                                     |
| Restaurant Chez Harry                                     | 1190, boulevard Louis-XIV (centre d'achat Bourg Royal)                                                                                                                                                                    |
| Salle de quilles AGAM                                     | 773, boulevard Louis-XIV                                                                                                                                                                                                  |
| Stationnement église Sainte-Cécile (Côté nord)            | 9150, avenue Jean-Paquin (face au Centre communautaire du Plateau)                                                                                                                                                        |

### DATES D'INSCRIPTION

#### **Inscription des membres :**

L'inscription en ligne aux activités débutera mardi 9 septembre 2025, à compter de 9 h.

#### **Inscription des non-membres moyennant un frais supplémentaire :**

Afin de privilégier nos membres, l'inscription pour les non-membres ne sera offerte que 5 jours plus tard, soit à partir du 14 septembre 2025.

## CORPORATIF

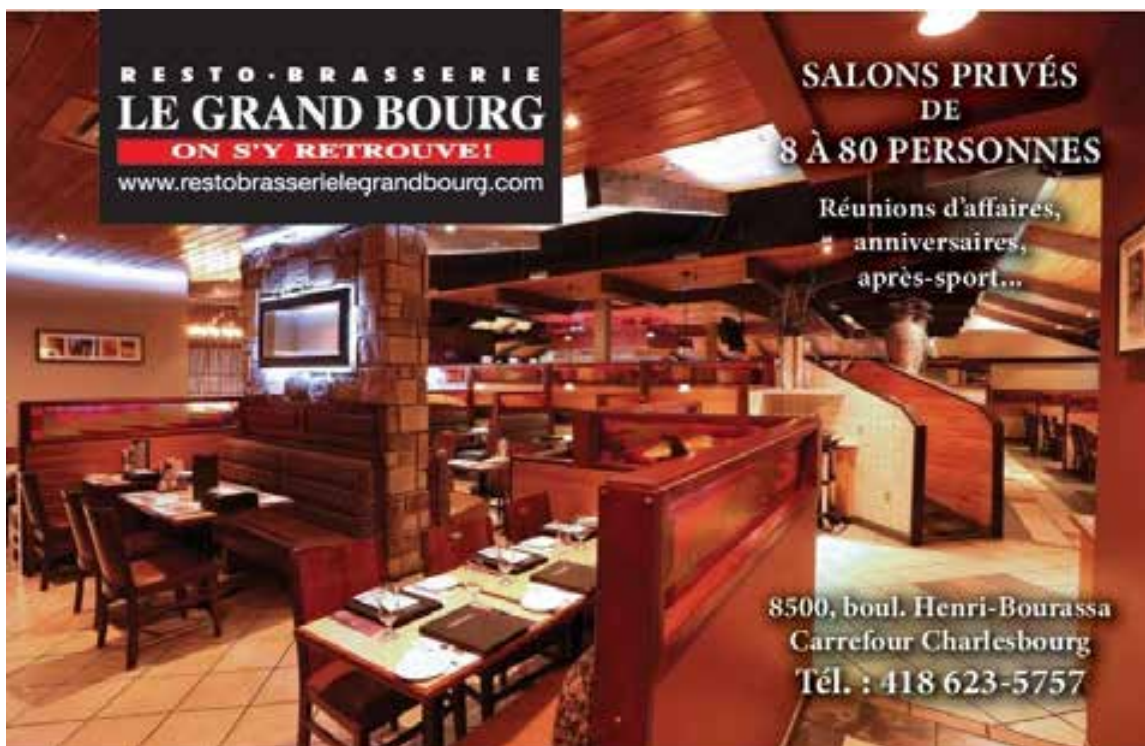
### **NE MANQUEZ PAS LE SOUPER DE NOËL DE LA CJR 2025 !**

C'est avec plaisir que nous vous annonçons notre souper de NOËL, le samedi 22 novembre au Patro le Pivotal de Beauport (Centre communautaire des Chutes). Les billets seront en vente à la fin de septembre et les informations au sujet de la soirée vous seront fournies à ce moment. Dès l'annonce, n'hésitez pas à réserver votre place le plus tôt possible puisque cette activité est très populaire.

Le comité organisateur sera très heureux de vous accueillir.

Responsable : **Claire Langevin**, 418 955-1076

---



## TOUS AZIMUTS

### **Venez vivre l'aventure Tous Azimuts !**

Depuis 14 ans, notre équipe n'a jamais cessé d'aller de l'avant. Alors, voici l'occasion de découvrir, explorer, s'amuser, où le plaisir et la convivialité se rencontrent en élargissant votre champ de connaissances. Tous Azimuts est plus beau, plus fort et plus uni que jamais dans sa diversité.

### VOLET - CONFÉRENCES

**15 septembre :** Sortie Société d'Histoire et de généalogie QC : Expo de Charlesbourg en miniatures avec guide et Lise Deschênes. Puis à 12 h, s'il fait beau, on peut pique-niquer sur place ; une terrasse avec des tables est située à proximité. AMENER VOTRE CHAISE, s.v.p. !  
Adresse : Maison Éphraïm Bédard  
Coût : 6 \$ membre et 11 \$ non-membre  
Nombre de places : 50 personnes

### FORTAIT 9 CONFÉRENCES

Quand : Les lundis PM  
Endroit : Chartwell, Manoir et Cours de l'Atrium (accessible à mobilité réduite)  
Heure : 13 h 30 (accueil à compter de 12 h 45)  
Coût : Un forfait de **25 \$** membre / 40 \$ non-membre, à partir du 22 septembre  
Nombre de places : Maximum 80 par conférence / \*\*\***Apportez votre gourde svp !**

**22 septembre :** Conserver ou corriger le plaisir d'entendre avec Groupe Forget, audio-prothésiste (Marie-Ève Bernier et David Sarrazin)  
**29 septembre :** Parc Montmorency / Les Récollets à aujourd'hui avec Jean-François Caron  
**6 octobre :** Artère ou l'accident vasculaire avec Dylan Dugas, agent aux familles  
**20 octobre :** Soins en fin de vie avec Marie-Andrée Laniel  
**27 octobre :** Fraudes diverses et zone neutre avec la Police de Québec  
**3 novembre :** Causerie sur sujets divers avec La Caisse de Charlesbourg  
**10 novembre :** Signalisation routière (piétons, vélos etc.) avec Yvon Lapointe  
**17 novembre :** Aider les familles à honorer et à se souvenir avec la Coopérative de la Seigneurie et Suzanne Savard  
**24 novembre :** On chante « ***les Fêtes*** » avec le duo Suzanne et Michel

**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).

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

## TOUS AZIMUTS (suite)

### VOLET - ACTIVITÉS

#### MINI-GOLF INTÉRIEUR

Période d'activité : Du mercredi 24 septembre au 26 novembre 2025  
Heure : 13 h 30 (goûter en fin de saison et souhaits des fêtes)  
Endroit : Bar laitier **Fluo s'amuse**  
Coût : 25 \$ membre / 40 \$ non-membre (pour la session d'automne)  
Chacun s'acquitte sur place des frais d'activité hebdomadaire au coût de 7 \$ pour la location du bâton, la balle et la carte de points.  
Nombre de places : Maximum 30 // **Choix de 2 parcours : 18 trous / Nombre de places : 20**

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

---

#### SOUPER GASTRONOMIQUE À LA GRAPPE D'OR

Date : Le mardi 7 octobre 2025  
Heure : 17 h 30 (ne pas arriver avant 17 h afin que les clôtures soient ouvertes)  
Endroit : Campus de Charlesbourg (stationnement gratuit en avant du resto)  
Coût : 38 \$ (taxes incluses) payable sur place (repas 4 services)  
Nombre de places : Maximum 60 / minimum 35 (facile d'accès)

*\*\*\*Inscription obligatoire sur le site de la CJR avant le mardi 30 septembre 2025 : 5 \$ membre / 10 \$ non-membre*

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



## ACTIVITÉS CULTURELLES & ÉDUCATIVES

### SCRABBLE

Période d'activité : Du lundi 15 septembre au 8 décembre 2025 (congé férié 13 octobre)  
Horaire : De 13 h à 15 h 30 (accueil à partir de 12 h 45 à **respecter svp**)  
Endroit : Chalet des loisirs Maria-Goretti (salle Paul-Eugène Comtois)  
Coût : 25 \$ membre / 40 \$ non-membre  
Nombre de places : Maximum 50 / minimum 40

Le Scrabble est un jeu de société très apprécié qui se joue en famille et entre amis. La CJR vous invite à vous joindre à son groupe.

Bienvenue à tous les membres du club ainsi qu'aux nouveaux membres intéressés qui seront chaudement accueillis. Au plaisir de vous revoir en grand nombre !

Responsable : **Sylvie Moisan**, 418 627-3418 ou 418 934-0490 cell. / [moisan.sylvie@gmail.com](mailto:moisan.sylvie@gmail.com)

---

### COURS D'ESPAGNOL

Période d'activité : Du 15 septembre au 3 décembre 2025  
Quand : **Conversation 1** : lundi de 13 h à 15 h (prérequis : intermédiaire 3)  
**Débutant 2** : mardi de 13 h à 15 h (prérequis : débutant 1)  
**Conversation 3** : mercredi de 13 h à 15 h (prérequis : conversation 2)  
Endroit : Chalet des loisirs Maria-Goretti (salle de cours)  
Coût : 125 \$ membre / 161 \$ non-membre  
Nombre de places : Maximum 12 par groupe

Plusieurs études le mentionnent : apprendre une langue nouvelle garde le cerveau en forme. Les cours d'espagnol peuvent donc vous aider !

Poursuivez vos cours et profitez de l'approche d'enseignement structurée et participative de notre excellent professeur, Dionisio Garcia.

**Inscrivez-vous !**

Responsable : **Ginette Levesque**, 418 849-6788 / [ginette.levesque5@gmail.com](mailto:ginette.levesque5@gmail.com)

## ACTIVITÉS CULTURELLES & ÉDUCATIVES (SUITE)

### GÉNÉALOGIE POUR TOUS

Période d'activité : Du lundi 15 septembre au 24 novembre 2025 (congé férié 13 octobre)  
Horaire : De 9 h 30 à 11 h 30  
Endroit : Chalet la Planque  
Coût : 20 \$ membre / 25 \$ non-membre  
Nombre de places : Maximum 10  
Matériel requis : Ordinateur portable ou tablette

La généalogie est la science auxiliaire de l'histoire qui a pour objet la recherche des ancêtres et l'étude de la composition d'un individu, d'une famille. Venez vivre avec nous une aventure de recherche passionnante. Venez découvrir vos ancêtres !

Responsable : **Léonard Masson**, 418 929-9436

---

### DO YOU SPEAK ENGLISH (Ateliers de conversation anglaise)

Période d'activités : Du 15 septembre au 4 décembre 2025

#### Présentiel

Quand : Le lundi de 13 h à 15 h, débutant (congé férié 13 octobre)  
Le mardi de 9 h 30 à 11 h 30, intermédiaire 1  
Le mardi de 13 h à 15 h, intermédiaire 2  
Le mercredi de 9 h 30 à 11 h 30, débutant  
Le jeudi de 13 h à 15 h, intermédiaire 1  
Endroits : Centre culturel et communautaire de Charlesbourg (CCC) / Arpidrome /  
Chalet La Planque

#### Virtuel

Quand : Le lundi de 9 h 30 à 11 h 30, intermédiaire 1  
Jeudi de 9 h 30 à 11 h 30, intermédiaire 1  
Coût : 35 \$ membre / 50 \$ non-membre  
Nombre de places : 60 (10 en présentiel et 6 en virtuel)

L'activité de conversation anglaise compte de plus en plus de participant(tes)s qui désirent parfaire leur anglais. Les ateliers se déroulent uniquement en anglais. Les moniteurs sont autonomes et choisissent l'approche qui leur convient.

Vous pouvez choisir un groupe en présentiel ou en virtuel, de même que le jour et l'heure.

\*\*\* *Aucun matériel requis*

Responsable : **Yvan Coats**, 418 564-4718 / [yvan\\_coats@hotmail.com](mailto:yvan_coats@hotmail.com)  
Adjoint : **François Vidal**, 418 844-3971 / [franvidal@hotmail.com](mailto:franvidal@hotmail.com)

## ACTIVITÉS CULTURELLES & ÉDUCATIVES (SUITE)

### LES LUNDIS CHANTANTS

Période d'activité : Du lundi 15 septembre au 8 décembre 2025 (congé férié 13 octobre)  
Horaire : De 9 h 30 à 11 h 15 (ne pas se présenter avant 9 h 15)  
Endroit : Arpidrome (salle RC-36)  
Coût : 35 \$ membre / 50 \$ non-membre  
Nombre de places : Maximum 75 / minimum 60 (avec liste d'attente)

Prendre note que le maximum de places est de 75 et seulement pour la session de l'automne, compte tenu du changement de salle.

*Chanter, c'est s'entendre vivre !*

Dans notre groupe, on ne chante que des airs populaires en français, avec l'accompagnement d'une pianiste professionnelle. Un cartable de paroles est fourni. Il n'y aura pas de concert, car ici, on chante juste pour le plaisir de chanter. **À noter que chaque nouveau participant doit faire l'achat de son cartable de chansons au coût de 15 \$ payable en argent à la réception du cahier.** Joignez-vous à nous !

Responsable : **Francine Jalbert**, 418 951-1604

---

### CLUB DE LECTURE : « LA BOÎTE À LIVRES »

Période d'activité : Du mardi 16 septembre au 9 décembre 2025  
Horaire : De 13 h 30 à 15 h 30 (aux 2 semaines)  
Endroit : Chalet La Planque  
Coût : 20 \$  
Nombre de places : Maximum 15 / minimum 10  
Matériel : Calepin, crayon, une bouteille d'eau, un livre lu à présenter et une petite laine.

### **PAPOTER, PLACOTER, PARCOURIR, PARTAGER**

Après une visite des cinq continents, nous reprenons le cours de notre vie pour apprécier le havre de paix de notre chez soi, un livre à la main. Quelle nouvelle aventure allons-nous partager? Que nous proposera Plume d'argent? Cette fois-ci, que nous réserve sa boîte-mystère?

Un livre pour voyager, discuter, se rencontrer, oserez-vous l'aventure? Venez, entrez, il y a du feu dans la cheminée pour vous accueillir.

Responsable : **Plume d'argent** (Pauline Jobidon), 418 667-5297 / [jobidonp@gmail.com](mailto:jobidonp@gmail.com)

## ACTIVITÉS CULTURELLES & ÉDUCATIVES (SUITE)

### CLUB DE WHIST CJR

Période d'activité : Du jeudi 18 septembre au 4 décembre 2025  
Horaire : De 12 h 45 à 17 h  
Endroit : Arpidrome (salle RC-36)  
Coût : 4 \$ chaque semaine pour les membres / 5 \$ pour les non-membres  
Nombre de places : Maximum 68

Le Whist est un jeu d'équipe de 4 joueurs dans lequel des partenaires compétitionnent. Un capitaine est désigné pour chaque table. Les trois autres joueurs sont choisis au hasard. C'est agréable, intéressant, convivial et pas compliqué. L'équipe de Whist CJR, composée de Lise Dubé, Sonia Leclerc, Kathleen O'Malley, Diane Pageau et Claude Charbonneau, vous attend pour que l'on puisse s'amuser ensemble et avoir du plaisir.

Tournoi et Souper : le 4 décembre 2025

Responsable : Claude Charbonneau, 418 623-2863 / [claudefcharbonneau39@gmail.com](mailto:claudefcharbonneau39@gmail.com)

---

### « SOYONS ALERTES »

Période d'activité : Du vendredi 19 septembre 2025 au vendredi 5 juin 2026  
Horaire : De 9 h 15 à 11 h 15  
Endroit : Chalet la Planque  
Nombre de places : Maximum 20

En vertu d'une entente avec le Centre Louis-Joliet, la CJR offre à ses membres une formation gratuite qui permet à des personnes âgées d'améliorer leur mémoire, leur attention, de mieux s'adapter au changement et, surtout, de se regrouper dans un milieu d'échange instructif et ludique. Le groupe est actuellement complet.

Les absences seront comblées progressivement au cours de l'année à partir de la liste d'attente. Plusieurs personnes qui y figurent ne peuvent plus participer. **Veillez donc à nouveau vous inscrire sur la plateforme CJR.**

Responsable : **Ginette Levesque**, 418 849-6788 / [ginette.levesque5@gmail.com](mailto:ginette.levesque5@gmail.com)

## ACTIVITÉS CULTURELLES & ÉDUCATIVES (SUITE)

### **BRIDGE**

Période d'activité : Du vendredi 19 septembre au 28 novembre 2025 (relâche obligatoire le 26 septembre)  
Horaire : De 13 h à 16 h 30 (**ne pas se présenter avant 12 h 45**)  
Endroit : Centre communautaire du Jardin (salles Desjardins A - B)  
Coût : 4 \$ par rencontre pour les membres et 5 \$ pour les non-membres (payable à la fois)

*Tournoi suisse Claude Charbonneau : Vendredi 14 novembre, suivi d'un cocktail*

L'activité bridge est une activité conviviale et inclusive. Elle est pour beaucoup de participants un lieu de rencontre, d'échange et de partage. Cela leur permet aussi de développer un sentiment d'appartenance.

*N.B. Jouer au bridge en salle nécessite une connaissance suffisante du bridge duplicata. Se présenter en salle avec un partenaire serait indiqué : si vous n'en avez pas, veuillez communiquer avec le responsable qui se fera un plaisir de vous en trouver un (e).*

Responsable : **Yves Lemay**, 418 655-3708 / [yves.lemay33@gmail.com](mailto:yves.lemay33@gmail.com)

---

### **GROUPE INSTRUMENTAL LES LÉGEN'D'AIR**

Période d'activité : Du vendredi 19 septembre au 5 décembre 2025  
Horaire : De 12 h 30 à 17 h  
Endroit : Chalet La Planque  
Coût : 20 \$  
Nombre de places : Maximum 8

Pour une dixième année, le groupe instrumental Les Légend'Air tiendra son activité hebdomadaire à la CJR. Vous êtes violoniste ou accordéoniste et vous désirez vous joindre au groupe ? Vous êtes les bienvenus, que vous jouez à la note ou à l'oreille.

Venez vivre avec les membres du groupe de bons moments de plaisir et de détente tout en faisant revivre ces airs du passé qui nous ont tant fait danser.

Responsable : **Martin Chouinard**, 418 628-7417 / [cnitram51@gmail.com](mailto:cnitram51@gmail.com)  
Adjoint : **Denis Paquet**, 418 561-3423

## ACTIVITÉS CULTURELLES & ÉDUCATIVES (SUITE)

### CLUB DE TRICOT LA VIE-LAINE

#### ***TRICOTER... UN PEU... BEAUCOUP... PASSIONNÉMENT...***

Période d'activité : Du mercredi 24 septembre au 10 décembre 2025  
Horaire : De 9 h 30 à 11 h 30  
Endroit : Arpidrome (salle SS-120)  
Coût : 30 \$ membre / 45 \$ non-membre  
Nombre de places : Maximum 40  
Matériel : Vous apportez la laine, les aiguilles ou le crochet requis pour votre projet.

Encore cet automne, le Club de tricot LA VIE-LAINE de la CJR vous donne la chance de rencontrer chaque semaine des personnes accueillantes et d'échanger tout en tricotant. Que vous soyez experte tricoteuse ou que votre expérience du tricot remonte à plusieurs décennies, les portes vous sont ouvertes pour une activité agréable dans une atmosphère sereine et chaleureuse. Avec le soutien des conseillères ou des autres membres du Club, vous pourrez commencer votre apprentissage (même apprendre à monter des mailles...), décoder un patron, résoudre une difficulté particulière ou échanger des patrons et différentes astuces de tricot.

Responsable : **Martine Frenette**, 418 847-9274

---

### THÉÂTRE LA BORDÉE : « Un nouveau jour »

Date : Le mardi 4 novembre 2025  
Endroit : Théâtre La Bordée  
Départ : 18 h 45 en autobus du stationnement de l'église Sainte-Cécile  
Coût : 60 \$ membre / 75 \$ non-membre  
Nombre de places : Maximum 47 / minimum 40

Pour l'automne, le théâtre la Bordée, nous propose une réflexion sur l'identité québécoise. " Un nouveau jour ", comédie politique écrite à partir de l'hypothèse de l'indépendance du Québec, réunit 4 cerveaux qui ont comme tâche de définir ce que nous sommes comme peuple. Or, les 4 réalisent qu'ils n'ont pas la même vision. Ce n'est pas simple!

Dans la situation actuelle du regroupement des forces vives canadiennes pour contrer l'impact des mesures commerciales imposées par les américains, une telle réflexion contribuera à la compréhension des enjeux actuels.

Dans le respect du droit fondamental des membres d'avoir leurs propres idées, opinions et convictions que je vous propose cette occasion de réflexion à partir des éléments soulevés par l'auteur.

Responsable : **Ginette Levesque**, 418 849-6788



**Jonatan Julien**  
Député de Charlesbourg



**ASSEMBLÉE  
NATIONALE  
DU QUÉBEC**

**Bureau de circonscription**

Carrefour Charlesbourg  
8500, boulevard Henri-Bourassa, bureau 213  
Québec (Québec) G1G 5X1  
Tél 418 644-9240

[Jonatan.Julien.CHLB@assnat.qc.ca](mailto: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

## ACTIVITÉS SANTÉ, PLEIN AIR ET SPORTS

### CROQ'SENTIERS

Période d'activité : Du lundi 13 janvier au 15 décembre 2025  
Quand : 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 de la marche ainsi que les informations nécessaires.

Responsable : **Pierre Bolduc** / Pour information : [clubcroqsentiers@gmail.com](mailto:clubcroqsentiers@gmail.com)

---

### LIGUE DE PETITES QUILLES

Période d'activité : Du mercredi 3 septembre 2025 à la fin d'avril 2026  
Quand : De 9 h 15 à 11 h 30  
Endroit : Salle de quilles AGAM  
Inscription : 10 \$ pour faire partie de la ligue de petites quilles CJR  
Coût : +15 \$ par semaine pour une période de 33 semaines avec une pause pendant la période des fêtes. Toutes les semaines sont payantes. Ainsi, si vous êtes absent(e) une semaine, il sera nécessaire d'assumer ce montant la semaine suivante (politique de toutes les ligues de quilles). Il y a possibilité de louer des souliers sur place.  
Nombre de places : Maximum 30 (avec liste de remplaçants)

***La ligue de petites quilles est à la recherche de joueurs remplaçant(e)s pour la prochaine saison (de septembre 2025 à avril 2026).***

Le but d'être membre d'une ligue de quilles est de rencontrer des personnes à chaque semaine et de passer de bons moments. De plus, c'est une excellente activité physique. Cette activité vous permet de mesurer vos performances par le biais de votre moyenne calculée semaine après semaine, ce qui devient un défi personnel. Toutefois rassurez-vous, il n'est pas question de performer en champion, c'est avant tout de « jouer pour le plaisir ». Pour éviter un déséquilibre dû à l'absence d'un couple, ils ne seront pas affectés à la même équipe.

Responsable : **Denis McCabe**, 418 627-1772 / [denis.mccabe@videotron.ca](mailto:denis.mccabe@videotron.ca)  
Adjoint : **Louis Bouffard**, 418 952-0914 / [louisbouffard@hotmail.com](mailto:louisbouffard@hotmail.com)

## **ACTIVITÉS SANTÉ, PLEIN AIR ET SPORTS (SUITE)**

### **SHUFFLEBOARD**

Période d'activités : Du 15 septembre au 17 décembre 2025 (Congé férié le 13 octobre)  
Quand : Lundi, mardi et mercredi de 15 h à 17 h  
Endroit : Centre culturel et communautaire de Charlesbourg (CCC)  
Coût : 10 \$ pour une fois semaine  
Nombre de places : Maximum 16 / minimum 12 (par journée)

Les activités de shuffleboard se déroulent chaque semaine avec des groupes différents selon le jour choisi par chaque joueur lors de l'inscription. Il n'y a pas de compétition, puisque nos rencontres se veulent sociales et amicales, respectueuses des habiletés de chacun.  
Au plaisir de vous revoir et bienvenue à tous !

Responsable : **Louise Tanguay**, 418 622-3536

---

### **CONDITIONNEMENT PHYSIQUE**

Période d'activité : Du 15 septembre au 4 décembre 2025  
(12 semaines et congé férié le 13 octobre)  
Horaire : De 7 h 45 à 8 h 45  
Jours : Les lundis, mardis et jeudis  
Endroit : École secondaire St-Jean-Eudes (ancien gymnase)  
Coût : 1 journée / semaine : 90 \$  
2 journées / semaine : 140 \$  
3 journées et plus / semaine : 160 \$

**Si vous manquez des séances, elles peuvent être reprises dans les semaines suivantes.**

Un moniteur (ou monitrice) très qualifié accompagne les membres à chaque séance, en proposant divers exercices au sol, étirements, musculation, cardio, etc. Le matériel nécessaire est fourni : tapis, haltères, ballons, élastiques, etc; deux vestiaires à la piscine (femmes et hommes) sont accessibles aux membres. Il est possible de prendre une douche après l'activité.

\*\*\*Un essai peut être fait lors des deux premières semaines.

Responsable : **Daniel Lebeau**, 581 491-9119

---

### **COURS HATHA YOGA ET YOGA SUR CHAISE**

Veuillez noter que pour la session d'automne 2025, nous **ne proposerons pas** de cours de Hatha yoga ni de yoga sur chaise, le professeur n'est pas disponible et nous n'avons pas les locaux nécessaires à la réalisation des activités. Nous espérons pouvoir les proposer lors de la saison d'hiver, nous vous tiendrons informer.

## ACTIVITÉS SANTÉ, PLEIN AIR ET SPORTS (SUITE)

### BADMINTON

Période d'activité : Du lundi 15 septembre au 15 décembre 2025 (Congé férié le 13 octobre)  
Horaire : De 19 h 30 à 21 h 30  
Endroit : Gymnase Borgia du CEGEP de Limoilou à Charlesbourg (accès par le Patro)  
Coût : 20 \$  
Nombre de places : Maximum 32

Le groupe est séparé en deux catégories : les débutants et les initiés. Chaque participant choisit le groupe avec lequel il désire jouer. C'est dans un bon climat de camaraderie et de bonne entente que se déroule l'activité et l'esprit de compétition devient secondaire. L'équipement requis : une raquette, des chaussures de sport intérieur (gymnase). Les volants sont fournis.

**\*\*\*Le port de lunettes de protection est fortement recommandé. Bienvenue à tous !**

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

---

### DANSE EN LIGNE

Période d'activité : Du mardi 16 septembre au 9 décembre 2025  
Horaire : **Débutant 1** : 13 h à 14 h  
*Pour ceux et celles qui n'ont jamais pris de cours*  
*Pour ceux et celles qui veulent avoir un rafraîchissement*  
**Il n'y aura pas de nouvelles inscriptions pour débutants 1, en janvier 2026.**  
  
**Débutant 2** : 14 h 15 à 15 h 15  
*Pour ceux et celles qui ont fait au moins une année complète débutant 1*  
  
**Intermédiaire/avancé** : 15 h 30 à 16 h 30  
Endroit : Chartwell, Manoir et Cours de l'Atrium  
Coût : 50 \$ pour 1 heure /session et 90 \$ pour 2 heures /session

Voici le regroupement pour les 2 heures de cours :

- Débutant 1 + débutant 2 .....**OU** Débutant 2 + intermédiaire/avancé

Invitation à la danse : ambiance, plaisir et amitié pour tous les goûts ! Le but est de vous faire rencontrer des personnes et de passer de bons moments. C'est une excellente activité physique.

**Une soirée de pratique pour les participants est prévue le samedi 1<sup>er</sup> novembre 2025 aux salles Desjardins A-B au Centre Communautaire du Jardin à 19 h.**

**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.)**

Professeur : **Michel Morin**

Responsable : **Marie Simard**, 418 929-8870 [m.simard@cjrcharlesbourg.org](mailto:m.simard@cjrcharlesbourg.org)

## **ACTIVITÉS SANTÉ, PLEIN AIR ET SPORTS (SUITE)**

### **PICKLEBALL**

Période d'activité : Du mercredi 17 septembre au 10 décembre 2025  
Horaire : De 9 h à 11 h 30  
Endroit : Patro Roc-Amadour  
Coût : 112 \$ payable au Patro Roc-Amadour (Inscription en ligne seulement)  
Nombre de places : Maximum 45 joueurs

**Les inscriptions s'effectuent exclusivement en ligne, sur le site du Patro Roc-Amadour, le 14 août, à compter de 12 h. Le Patro nous mentionne que si les inscriptions ne sont pas effectuées sur internet, une inscription sur place n'est pas assurée.**

Vous souhaitez faire de l'exercice, bouger tout en vous amusant ? Le pickleball du mercredi matin au Patro Roc Amadour de Limoilou est ce qu'il vous faut, nous offrons 6 terrains intérieurs, nous acceptons SEULEMENT les joueurs déjà formés soit de niveau 2.0-2.5 et 3.0-3.5.

Matériel requis : une raquette, des souliers de sport, des lunettes de sécurité ou les lunettes que vous portez normalement et une bouteille d'eau pour un deux heures et demie de plaisir assuré. N'hésitez pas, la demande pour jouer est forte. Inscrivez-vous directement sur le site du Patro.

Responsable : **Denis Massicotte**, 418 262-3003  
Adjoint : **Marc Angers**

---

### **COURS D'AQUAFORME**

Période d'activité : Du vendredi 19 septembre au vendredi 5 décembre 2025  
Horaire : De 14 h 30 à 15 h 15  
Endroit : La piscine du Parc Ferland  
Coût : 75 \$ (incluant le stationnement)  
Nombre de places : Maximum 25 / minimum 20

L'activité, donnée par un moniteur expérimenté, se déroule dans une piscine en eau peu profonde dont la température se situe à environ 80°F. C'est une mise en forme énergisante qui favorise aussi la relaxation.

Le 19 septembre, prévoir d'arriver plus tôt et vous présenter à la réception du centre pour recevoir votre billet de stationnement pour la session.

**Prendre note que contrairement à ce qui avait été annoncé, les travaux de rénovation du centre Ferland seront retardés de plusieurs mois.**

Responsable : **Gaétan Bourbeau**, 418 628-5791

## ACTIVITÉS SANTÉ, PLEIN AIR ET SPORTS (SUITE)

### TAI CHI /Qi GONG

Période d'activité : Du vendredi 19 septembre au 5 décembre 2025  
Horaire : De 9 h 15 à 10 h 45  
Endroit : Arpidrome (salle SS-120)  
Coût : 70 \$  
Nombre de places : Maximum 22

Le Qi Gong, c'est l'apprentissage de mouvements doux et simples qui amènent souplesse, équilibre, concentration, calme et vitalité; c'est une nouvelle façon de bouger qui procure un grand bien-être physique et mental. Le cours s'adresse tout autant aux débutants qu'aux initiés.

Professeur : **Louise Déziel**, 418 628-5282  
Responsable : **Johanne Parent**, 418 717-4419

---



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

**Édifice René-Bédard**  
160, 76<sup>e</sup> Rue Est  
Québec (Québec) G1H 7H5  
**418-641-6411, poste 3404**  
[marie-pierre.boucher@ville.quebec.qc.ca](mailto:marie-pierre.boucher@ville.quebec.qc.ca)

VILLE DE  
**QUÉBEC**

*l'accent  
d'Amérique*

## ACTIVITÉS SOCIALES

### CRIBLE

|                    |                                                                       |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Période d'activité | Du lundi 15 septembre au 15 décembre 2025                             |
| Horaire :          | De 13 h 15 à 16 h (svp, <u>présentez-vous 20 minutes à l'avance</u> ) |
| Endroit :          | Arpidrome (salle RC-36)                                               |
| Coût :             | 10 \$ pour la session                                                 |
| Nombre de places : | Maximum 68 (avec liste d'attente)                                     |

Le crible est une occasion de se regrouper dans une atmosphère conviviale et de plaisir. Venez-vous joindre à un beau groupe qui désire passer de bons moments ensemble et s'amuser tout en gardant le sourire.

Responsable : **Denis Fortin**, 418 623-8900  
Adjoint : **Michel Bureau**, 418 628-0738

---

### SOIRÉE PIZZA PIZZA

|                    |                                                |
|--------------------|------------------------------------------------|
| Date :             | Le samedi 27 septembre 2025                    |
| Endroit :          | Centre communautaire Bon Pasteur               |
| Horaire :          | Accueil 17 h 30, repas 18 h 15 et danse à 20 h |
| Coût :             | 20 \$ membre / 35 \$ non-membre                |
| Nombre de places : | Maximum 120 (avec liste d'attente)             |
| Inscription :      | Date limite, le 18 septembre 2025              |

Pour débiter notre programmation d'automne, nous vous invitons à notre troisième soirée PIZZA PIZZA en collaboration avec **Pizza Salvatore**, qui s'avère être très populaire auprès des membres. Le restaurateur fournira des ustensiles jetables. Nous vous suggérons d'apporter vos ustensiles en métal. N'oubliez pas d'apporter votre verre, votre vin et breuvage pour la soirée. Vous danserez au son de notre orchestre Les Légend'Air. Au plaisir de vous recevoir et nous vous souhaitons une excellente soirée.

Bienvenue à tous !

Responsable : **Claire Levesque**, 418 666-1940  
Adjointe : **Johanne Petit**, 418 663-4789

## ACTIVITÉS SOCIALES (SUITE)

### DÉJEUNERS MENSUELS

Période d'activités : Les jeudis 2 octobre, 6 novembre, 4 décembre 2025  
Endroit : Restaurant Chez Harry  
Heure : 9 h  
Coût : Chaque participant assume sa facture

Cette activité de rassemblement a lieu les premiers jeudis de chaque mois. C'est une excellente occasion de fraterniser et de se rencontrer, particulièrement pour les personnes seules et les nouveaux membres. Aucune réservation n'est nécessaire. Vous n'avez qu'à vous présenter sur place. Inscrivez ces dates à votre agenda. Bienvenue à tous !

Responsable : **Gaétan Bourbeau**, 418 628-5791

---

### SPECTACLE MUSICAL ET DANSE

Date : Le vendredi 10 octobre 2025  
Endroit : Centre communautaire Du Jardin, salles Desjardins A-B  
Heure : Accueil 19 h / fin 22 h  
Coût : 15 \$ membre / 20 \$ non-membre  
Nombre de places : Maximum 100 (avec liste d'attente)  
Inscription : Date limite, le 2 octobre 2025

Il nous fait plaisir de vous convier à un spectacle musical. Les artistes invités, le duo « **LES COMPLICES** », leur répertoire : des chansons des années 50-60-70. Avec eux, vous pourrez chanter et danser si le cœur vous en dit. Ils se feront un plaisir d'interpréter vos demandes spéciales. Vous pouvez apporter votre breuvage préféré pour la soirée. Une collation vous sera offerte. Nous vous promettons une belle soirée. Bienvenue à tous !

Responsable : **Claire Levesque**, 418 666-1940  
Adjointe : **Claire Langevin**, 418 955-1076

## **ACTIVITÉS SOCIALES (SUITE)**

### **BRUNCH AUTOMNAL MUSICAL**

Date : Le dimanche 19 octobre 2025  
Endroit : Centre communautaire Du Jardin, salles Desjardins A-B  
Heure: De 9 h 30 à 12 h 30  
Coût : 35 \$ membre / 50 \$ non-membre  
Nombre de places : Maximum 100 (avec liste d'attente)  
Inscription : Date limite, 12 octobre 2025

Notre brunch automnal est de retour cette année sous une nouvelle formule. Venez déguster un délicieux brunch continental, auquel s'ajoutera plateaux de viandes froides, de fromages assortis et de fruits. Le tout préparé par le traiteur Le Truffé. Un mimosa sera offert par Chartwell. Vous aurez le loisir d'entendre de jeunes violonistes de l'école d'Archets Suzuki. Un brunch musical exceptionnel et inoubliable ! Un dimanche qui commence en beauté.

Bienvenue à tous !

Responsable : **Claire Levesque**, 418 666-1940  
Adjointe : **Claire Langevin**, 418 955-1076

---

### **SOUPER ET SOIRÉE DE DANSE NOIR ET BLANC**

Date : Le samedi 8 novembre 2025  
Endroit : Centre communautaire Du Jardin, salles Desjardins A-B  
Heure : Accueil 17 h 30, repas 18 h 15 et danse 20 h  
Coût : 27 \$ membre / 42 \$ non-membre  
Nombre de places : Maximum 100 (avec liste d'attente)  
Inscription : Date limite, le 30 octobre 2025

Notre soirée de danse sous le thème « Noir et blanc » est de retour. Les vêtements noirs et blancs seront de mises pour cette soirée. Nous aurons comme repas du poulet de Benny & Co. (soit cuisse et poitrine). Après le souper, nous danserons avec l'orchestre Les Légend'Air qui seront nos musiciens. N'hésitez pas à vous inscrire rapidement. Belle soirée en perspective !

Bienvenue à tous !

Responsable : **Claire Levesque**, 418 666-1940  
**Claire Langevin**, 418 955-1076

## ACTIVITÉS SOCIALES (SUITE)

### BINGO CHARTWELL

Date : Le vendredi 21 novembre 2025  
Endroit : Chartwell Manoir et Cours de l'Atrium  
Heure : Arrivée dès 18 h 15 / bingo à 19 h  
Nombres de places : Maximum 75 places CJR sur 200 personnes totales  
(Incluant les résidents de Chartwell)  
Coût : 4 cartes pour 15 \$ (remises en arrivant) et Jackpot 2 \$ par carte vendue sur place  
Inscription : Date limite, le 17 novembre 2025

Chartwell Manoir et Cours de l'Atrium, nous invite encore une fois à se joindre à eux pour jouer au **bingo**. Les cagnottes sont plus élevées, donc les prix à gagner plus intéressants. Il y aura aussi des prix de présence et une délicieuse collation. N'hésitez pas à vous inscrire sur la plateforme pour réserver votre place. Plusieurs membres ont déjà gagné de beaux montants. Belle soirée en perspective.

Bienvenue à tous!

Responsable : **Claire Levesque**, 418 666-1940

Adjointe : **Lise Dubé**, 418 915-4503

---



## **ACTIVITÉS – SORTIES D’UNE JOURNÉE AVEC AGENCE DE VOYAGE**

*Veuillez 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 et ainsi, évitera 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.*

---

### **ZOO MILLER ET FRAMPTON BRASSE**

(En collaboration avec Groupe Voyages Québec)

Date : Le mercredi 10 septembre 2025  
Départ : Du stationnement de l’Église Ste-Cécile en autocar de luxe  
(Heure à confirmer)  
Endroit : Frampton  
Coût : 195 \$ membre / 230 \$ non-membre  
Nombre de places : Maximum 50 / minimum 32

Nous débutons notre escapade par un dîner inclus dans un restaurant de la région. En après-midi, nous plongeons dans l’univers fascinant du Zoo Miller. Vous pourrez y observer plus de 150 animaux, représentant plus de 60 espèces différentes! Chaque année s’ajoute de nouvelles vedettes à la grande famille. Nous poursuivons notre journée par une visite de la microbrasserie Frampton Brasse où vous apprendrez tous les secrets de la bière, du brassage à la fermentation. Dégustation de produits sur place. Sortie coup de cœur assurée !

Responsable : **Anne Picard**, 418-803-8130 / [annepicard007@gmail.com](mailto:annepicard007@gmail.com)

---

### **CASINO DE CHARLEVOIX**

(En collaboration avec Groupe Voyages Québec)

Date : Le vendredi 19 septembre 2025 (heure à confirmer)  
Départ : 9 h 30 du stationnement de l’église Sainte-Cécile en autocar de luxe  
Dîner **libre** : 12 h 15 dans un restaurant à la Malbaie  
Coût : 60 \$ membre / 75 \$ non-membre incluant le transport et les taxes  
Repas non inclus. **Loto-Québec vous donnera un crédit jeu de 30 \$**  
Nombre de places : Maximum 48 / minimum 32

Enfin, elle est de retour notre sortie au Casino de Charlevoix. Quel plaisir de voir de beaux paysages, de faire de nouvelles connaissances et de pouvoir faire une belle marche. Pour vous prévaloir de l’offre promotionnelle, vous devez vous présenter au Casino avec votre carte privilège ou une pièce d’identité. **Les restaurants du Casino ouvrent à 17 h.**

Responsable : **Lise Dubé**, 418 915-4503, accompagnatrice désignée par GVO

## ACTIVITÉS – SORTIES D’UNE JOURNÉE AVEC AGENCE DE VOYAGE (suite)

### VISITE DE L’USINE PREVOST ET DE LA CABANE COMTOIS

(En collaboration avec Groupe Voyages Québec)

**ANNULÉE : REMISE À L’AN PROCHAIN**

Date : Le jeudi 25 septembre 2025  
Départ : Du stationnement de l’église Sainte-Cécile en autocar de luxe  
(Heure à préciser)  
Endroit : Sainte-Claire  
Coût : 189 \$ membre / 224 \$ non-membre (**dîner inclus**) *à confirmer en 2026*  
Nombre de places : Maximum 50 / minimum 32

Une visite de la belle région de Bellechasse vous tente ? Je suis native de la région de Bellechasse et n’ai jamais eu l’opportunité de visiter tant de joyaux de la région. Je vous invite à vous joindre à moi en débutant la visite de la Cabane Comtois avec dégustation de produits d’érable et du terroir. Après le **dîner inclus à Sainte-Claire**, visite de la plus grande entreprise nord-américaine de fabrication d’autocars. Le tout se poursuivra par la visite de la maison du Dr Chabot ainsi que celle de la maison Eugène Prevost retraçant l’histoire de cette belle entreprise fondée en 1924. Un arrêt optionnel aux chutes Rouillard avant le retour vers Québec prévu en fin d’après-midi.

Responsable : **Anne Picard**, 418 803-8130 / [annepicard007@gmail.com](mailto:annepicard007@gmail.com)

---

### MAGIE DES LANTERNES CHINOISES

(En collaboration avec Groupe Voyages Québec)

Date : Le lundi 6 octobre 2025  
Heure : À confirmer  
Endroit : Montréal, départ du stationnement de l’église Sainte-Cécile en autocar de luxe  
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 inclus, 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](mailto:annepicard007@gmail.com)

## ACTIVITÉS – SORTIES D’UNE JOURNÉE AVEC AGENCE DE VOYAGE (suite)

### AQUARIUM DE QUÉBEC ET CERCLE DE LA GARNISON DE QUÉBEC

(En collaboration avec Groupe Voyages Québec)

Date : Le mardi 21 octobre 2025  
Départ : À confirmer en matinée, du stationnement de l’église Sainte-Cécile  
Endroit : Québec  
Coût : 199 \$ membre / 234 \$ non-membre (**dîner inclus**)  
Nombre de places : Maximum 50 / minimum 32

Pourquoi pas ! C’est une sortie qui sort de l’ordinaire, montée spécialement pour la CJR. Eh oui ! Vous voulez aller à l’aquarium où vous ferez la connaissance de plusieurs espèces de mammifères, de poissons exotiques, d’invertébrés, d’amphibiens et de reptiles. Vous assisterez et participerez aux activités amusantes sur place. Par la suite, vous serez reçu 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**, 418 915-4503 / [lise74@videotron.ca](mailto:lise74@videotron.ca)



**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](mailto:marie@ressourcesmarie.com) [www.ressourcesmarie.com](http://www.ressourcesmarie.com)

## ACTIVITÉS - VOYAGE

*Veuillez 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 demande de réservation.*

*Le voyage en Allemagne du 17 septembre au 4 octobre 2025 est complet. Pour le Noël à l'automne au Manoir du lac William, qui se tiendra du 30 novembre au 2 décembre 2025, nous avons 2 autobus et plus de 85 participants de la CIR. Toutes les chambres du Manoir sont vendues et il ne reste que quelques places dans les chalets de l'autre côté de la rue.*

---

### ESCAPADE À RIVIERA NAYARIT AU MEXIQUE

(En collaboration avec Voyage Vasco Spatial)

Période d'activités : Du 7 au 14 février 2026 (forfait tout inclus 7 nuits) ou  
du 7 au 21 février 2026 (forfait tout inclus 14 nuits)  
Endroit : Mexique, à Riviera Nayarit, près de Puerto Vallarta  
Départ : De l'aéroport de Québec mais heures à confirmer  
Hébergement : Hôtel **GRAND DECAMERON COMPLEX BUCERIAS** (4\*)  
Coût : 2 199 \$ membre / 2 999 \$ non-membre (pour le 7 jours)  
3 449 \$ membre / 4 899 \$ non-membre (pour le 14 jours)  
Un supplément de 35 \$ pour les non-membres  
Nombre de places : 15 places en 7 nuits et 22 places en 14 nuits

Fort de notre expérience des dernières années où une trentaine de personnes s'envolaient loin des rigueurs de l'hiver québécois, nous vous proposons cette année une escapade au **Mexique** à prix très compétitif. Venez profiter d'une plage extraordinaire, d'un forfait boisson et repas à volonté, de divertissements en soirée, de la possibilité d'excursions facultatives (\$) et surtout des petits 5 à 7 organisés par votre accompagnatrice!

Nous pourrions également expérimenter un trajet **en autobus de ville pour aller au cœur du vieux Puerto Vallarta pour notamment faire une jolie promenade sur la célèbre Malecon!**

**Nouveauté :** Un plan d'annulation est offert par Transat (Groupe Flex) au prix de 99 \$ par personne. Voir avec l'agence pour les modalités!

Responsable : **Rose-Marie Cloutier**, accompagnatrice désignée par l'agence – 418 653-3328 / [cjrrosemariecloutier@gmail.com](mailto:cjrrosemariecloutier@gmail.com)

## ACTIVITÉS – VOYAGE (suite)

### LA PERLE DES BALKANS: CROATIE, SLOVÉNIE, BOSNIE ET MONTENEGRO

(En collaboration avec Voyages Plein Soleil)

|                       |                                                                                                                                                        |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Période d'activités : | Du 24 avril au 10 mai 2026                                                                                                                             |
| Endroits :            | Zagreb, Ljubljana, Opajita, Pula, Zadar, Trogir, Spit, Parcs Plitvice et KRKA, Neum, Korcula, Kotor...                                                 |
| Inclusions :          | 38 repas (15 PD-11 D-12 S) - Toutes les excursions et tours de bateau - Audioguides                                                                    |
| Départ :              | Du stationnement de l'église Sainte-Cécile (Heures à confirmer)                                                                                        |
| Coût :                | 8 299 \$ en occupation double (7 999 \$ si paiement Interac)<br>1 150 \$ de plus pour occupation simple<br>Un supplément de 35 \$ pour les non-membres |
| Nombre de places :    | Maximum 30 / minimum 25                                                                                                                                |

Venez découvrir les Balkans et tout le charme de la côte adriatique par ce fabuleux voyage exclusif à la CJR ! De Zagreb à Dubrovnik en Croatie, en passant par Ljubljana, capitale de la Slovénie, ainsi que les villes croates d'Opajita, de Pula, de Zadar, de la majestueuse cité médiévale de Trogir, de SPLIT. En route, on visitera aussi les fabuleux parcs de Plitvice et de KRKA, l'île de Korcula ainsi qu'une escale en Bosnie à Neum. Le voyage se terminera par le Montenegro, notamment au Kotor.

Toutes les excursions, visites guidées et entrées sont incluses, tels que visite du Château de Ljubljana, les grottes de Skocjan (Unesco), forteresse de Sokol Grad, Dubrovnik. De plus, sont inclus plusieurs tours en bateau dont un avec apéritif à Dubrovnik, un sur la rivière Ljubljana, un autre au Kotor, un sur le Lac Skadar à la frontière de l'Albanie et du Montenegro et finalement dans les parcs de Plitvice et KRKA.

Afin de rendre ce voyage inoubliable, un carnet voyage vous sera remis et nous aurons un guide francophone pendant toute la durée du circuit.

*\*\*Une présentation du voyage aura lieu le 9 septembre à 10h30 au Centre communautaire du Jardin (Brio).*

Responsable : **Rose-Marie Cloutier**, accompagnatrice désignée par Voyages Plein Soleil,  
418 653-3328 / [cjrrosemariecloutier@gmail.com](mailto:cjrrosemariecloutier@gmail.com)

## CALENDRIER DES ACTIVITÉS

| Date       | Jour / Au  | Activités                                                   | Responsable         | Téléphone    |
|------------|------------|-------------------------------------------------------------|---------------------|--------------|
| 2025-01-13 | Lundi      | Croq'sentiers                                               | Pierre Bolduc       | Voir page 19 |
| 2025-09-03 | Mercredi   | Ligue de petites quilles                                    | Denis McCabe        | 418 627-1772 |
| 2025-09-04 | Jeudi      | Journée portes ouvertes et distribution de la programmation | Corporatif          | 418 626-2828 |
| 2025-09-08 | Lundi      | Scrabble                                                    | Sylvie Moisan       | 418 627-3418 |
| 2025-09-09 | Mardi      | Inscription en ligne                                        | Corporatif          | 418 626-2828 |
| 2025-09-10 | Mercredi   | ZOO Miller et Frampton                                      | Anne Picard         | 418 803-8130 |
| 2025-09-15 | Lundi      | Tous azimuts : Conférence Histoire et généalogie            | Simonne Laforest    | 418 622-1375 |
| 2025-09-15 | Lundi      | Généalogie                                                  | Léonard Masson      | 418 929-9436 |
| 2025-09-15 | Lundi      | Cours d'espagnol / Conversation 1                           | Ginette Levesque    | 418 849-6788 |
| 2025-09-15 | Lundi      | Conversation anglaise / Débutant                            | Yvan Coats          | 418 564-4718 |
| 2025-09-15 | Lundi      | Conversation anglaise VIRTUEL / intermédiaire 1             | Yvan Coats          | 418 564-4718 |
| 2025-09-15 | Lundi      | Crible                                                      | Denis Fortin        | 418 623-8900 |
| 2025-09-15 | L-M-J      | Conditionnement physique                                    | Daniel Lebeau       | 418 573-0496 |
| 2025-09-15 | Lundi      | Badminton                                                   | Roch Lauzier        | 418 622-5952 |
| 2025-09-15 | L-M-M      | Shuffleboard                                                | Louise Tanguay      | 418 622-3536 |
| 2025-09-15 | Lundi      | Les Lundis chantants                                        | Francine Jalbert    | 418 951-1604 |
| 2025-09-16 | Mardi      | Danse en ligne                                              | Marie Simard        | 418 929-8870 |
| 2025-09-16 | Mardi      | Club de lecture La boîte à livres                           | Pauline Jobidon     | 418 667-5297 |
| 2025-09-16 | Mardi      | Cours d'espagnol / Débutant 2                               | Ginette Levesque    | 418 849-6788 |
| 2025-09-16 | Mardi      | Conversation anglaise / Intermédiaire 1 et 2                | Yvan Coats          | 418 564-4718 |
| 2025-09-17 | Mercredi   | Pickelball                                                  | Denis Marcotte      | 418 262-3003 |
| 2025-09-17 | Mercredi   | Cours d'espagnol / Conversation 3                           | Ginette Levesque    | 418 849-6788 |
| 2025-09-17 | 2025-10-04 | Suisse, Bavière, Allemagne                                  | Rose-Marie Cloutier | 418-653-3328 |
| 2025-09-17 | Mercredi   | Conversation anglaise / Débutant                            | Yvan Coats          | 418 564-4718 |
| 2025-09-18 | Jeudi      | Conversation anglaise / Intermédiaire 1                     | Yvan Coats          | 418 564-4718 |
| 2025-09-18 | Jeudi      | Conversation anglaise VIRTUEL / intermédiaire 1             | Yvan Coats          | 418 564-4718 |
| 2025-09-18 | Jeudi      | Club de Whist                                               | Claude Charbonneau  | 418 623-2863 |
| 2025-09-19 | Vendredi   | Soyons alertes                                              | Ginette Levesque    | 418 849-6788 |
| 2025-09-19 | Vendredi   | Bridge                                                      | Yves Lemay          | 418 655-3708 |
| 2025-09-19 | Vendredi   | Groupe instrumental Les Légend'Air                          | Martin Chouinard    | 418 628-7417 |
| 2025-09-19 | Vendredi   | Cours de Tai CHI/Qi Gong                                    | Johanne Parent      | 418 717-4419 |
| 2025-09-19 | Vendredi   | Aquaforme                                                   | Gaétan Bourbeau     | 418 628-5791 |
| 2025-09-19 | Vendredi   | Casino Charlevoix                                           | Lise Dubé           | 418 915-4503 |
| 2025-09-22 | Lundi      | Tous azimuts : Conférence Groupe Forget                     | Simonne Laforest    | 418 622-1375 |
| 2025-09-24 | Mercredi   | Tous azimuts : Mini-golf intérieur                          | Simonne Laforest    | 418 622-1375 |
| 2025-09-24 | Mercredi   | Club de tricot La Vie-laine                                 | Martine Frenette    | 418 847-9274 |
| 2025-09-25 | Jeudi      | Visite de l'usine Prévost <b>ANNULÉE</b>                    | Anne Picard         | 418 803-8130 |
| 2025-09-27 | Samedi     | Soirée Pizza Pizza                                          | Claire Levesque     | 418 666-1940 |
| 2025-09-29 | Lundi      | Tous Azimuts : Conférence Parc Montmorency                  | Simonne Laforest    | 418 622-1375 |
|            |            |                                                             |                     |              |
|            |            |                                                             |                     |              |

## CALENDRIER DES ACTIVITÉS - SUITE

| Date       | Jour / Au                   | Activités                                                     | Responsable         | Téléphone    |
|------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------|--------------|
| 2025-10-02 | Jeudi                       | Déjeuner mensuel                                              | Gaétan Bourbeau     | 418 628-5791 |
| 2025-10-06 | Lundi                       | Magie des lanternes chinoises                                 | Anne Picard         | 418 803-8130 |
| 2025-10-06 | Lundi                       | Tous Azimuts : Conférence Artère ou accident vasculaire       | Simonne Laforest    | 418 622-1375 |
| 2025-10-07 | Mardi                       | Souper gastronomique La Grappe d'Or                           | Simonne Laforest    | 418 622-1375 |
| 2025-10-10 | Vendredi                    | Spectacle musical et danse                                    | Claire Levesque     | 418 666-1940 |
| 2025-10-19 | Dimanche                    | Brunch automnal musical                                       | Claire Levesque     | 418 666-1940 |
| 2025-10-20 | Lundi                       | Tous Azimuts : Conférence Soins en fin de vie                 | Simonne Laforest    | 418 622-1375 |
| 2025-10-21 | Mardi                       | Aquarium de Québec et le Cercle de la Garnison                | Lise Dubé           | 418 915-4503 |
| 2025-10-27 | Lundi                       | Tous Azimuts : Conférence Fraudes diverses                    | Simonne Laforest    | 418 622-1375 |
| 2025-11-03 | Lundi                       | Tous Azimuts : Conférence Causerie                            | Simonne Laforest    | 418 622-1375 |
| 2025-11-04 | Mardi                       | Théâtre La Bordée                                             | Ginette Levesque    | 418 849-6788 |
| 2025-11-06 | Jeudi                       | Déjeuner mensuel                                              | Gaétan Bourbeau     | 418 628-5791 |
| 2025-11-08 | Samedi                      | Soirée spectacle Noir et Blanc                                | Claire Levesque     | 418 666-1940 |
| 2025-11-10 | Lundi                       | Tous Azimuts : Conférence Signalisation routière              | Simonne Laforest    | 418 622-1375 |
| 2025-11-17 | Lundi                       | Tous Azimuts : Conférence Honorer et se souvenir              | Simonne Laforest    | 418 622-1375 |
| 2025-11-21 | Vendredi                    | Bingo Chartwell                                               | Claire Levesque     | 418 666-1940 |
| 2025-11-22 | Samedi                      | Souper de Noël de la CJR                                      | Claire Langevin     | 418 955-1076 |
| 2025-11-24 | Lundi                       | Tous Azimuts : Conférence On chante les fêtes                 | Simonne Laforest    | 418 622-1375 |
| 2025-11-30 | 2025-12-02                  | Noël en automne au Lac William                                | Rose-Marie Cloutier | 418 653-3328 |
| 2025-12-04 | Jeudi                       | Déjeuner mensuel                                              | Gaétan Bourbeau     | 418 628-5791 |
| 2026-02-07 | 2026-02-14 ou<br>2026-02-21 | Riviera Nayarit au Mexique                                    | Rose-Marie Cloutier | 418 653-3328 |
| 2026-04-24 | 2026-05-10                  | La perle des Balkans, Croatie, Slovénie, Bosnie et Montenegro | Rose-Marie Cloutier | 418 653-3328 |
|            |                             |                                                               |                     |              |

*Merci à tous les membres pour votre engagement et votre participation, ainsi qu'à nos commanditaires. Ensemble, vous assurez le succès de notre magnifique organisation...la CJR !*

# 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](http://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