

Qu'est-ce qu'on fait ?

Agenda des dîners-rencontres à la salle Roger-Lavoie

2 décembre : Récital de Noël de la Chorale **Les Voix d'Or**

9 décembre : Dîner de Noël avec l'animation de monsieur **Bertrand Fortin**

16 décembre : Bingo spécial Noël

23 décembre : Relâche

30 décembre : Relâche

**N'oubliez pas de réserver pour les dîners au plus tard
les lundis 15 h.**



Agenda des dîners-rencontres au Pavillon L'Héritage

4 décembre : Récital de Noël de la Chorale **Les Voix d'Or**

11 décembre : On bricole pour Noël

18 décembre : Récital de Noël de messieurs **René-Jean Banville et Lucien Poirier**

8 janvier : Dîner de la Fête des Rois du Club Lions de St-Anaclet en compagnie de monsieur **Gérald Proulx** à l'animation musicale

**N'oubliez pas de réserver pour les dîners au plus tard
les mercredis à 12 h.**



Pour nous rejoindre

Résidence Saint-Louis : 293, rue Saint-Louis Rimouski (Québec) G5L 9H2

centrepolyvalentdesaines@globetrotter.net

Administration : 418 722-0463

Services & Intervenante: 418 722-6834

Pavillon L'Héritage : 10, rue du Collège St-Anaclet (Québec) G0K 1H0

pavillonheritage@cgcable.ca

Administration : 418 725-5087

Salle à manger : 418 730-0380

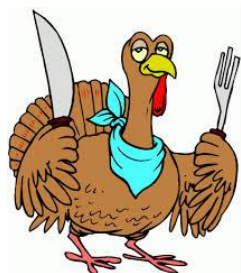
Centre polyvalent, organisme de bienfaisance

Le Centre polyvalent des aînés de Rimouski-Neigette est un organisme sans but lucratif de même qu'un organisme de bienfaisance enregistré. Cela signifie qu'il peut émettre des reçus pour dons de charité.

Je tiens à remercier chaleureusement les employés et retraités de TELUS grâce auxquels nous avons pu bénéficier d'un don de TELUS en retour du bénévolat de ces personnes dévouées. Ainsi, si vous et vos proches cherchez un organisme fiable à soutenir, sachez que le Centre polyvalent est là et que votre don sera utilisé à bon escient. Sachez aussi que vous avez jusqu'au 31 décembre pour effectuer un don de charité avec reçu applicable à l'année 2014.

Francine Julien, présidente

Dîner du temps des Fêtes à la Résidence Saint-Louis



Le mardi 9 décembre se déroulera le traditionnel dîner-rencontre du temps des Fêtes. Pour l'occasion, nous vous présenterons monsieur **Bertrand Fortin**, musicien-chanteur. **Les billets au coût de 10\$ (payable à l'avance)** sont maintenant disponibles au bureau de **Karin Levesque**. **Faites vite, le nombre de places est limité.**

Réveillons à la Résidence Saint-Louis



Il y aura **deux réveillons** à la salle Roger-lavoie de la **Résidence Saint-Louis**, le **mercredi 24 décembre après la messe** ainsi que le **mercredi 31 décembre après la messe**. Les billets pour les deux événements sont maintenant disponibles au coût de **8\$ par personne** au bureau de Karin Levesque.

Réveillon de Noël au Pavillon L'Héritage



Un réveillon de Noël se tiendra le mercredi 24 décembre. Pour l'occasion, nous vous proposons une Célébration de la Parole à 19 h 15 suivie à 21 h d'un récital de la chorale du Pavillon et nous poursuivrons notre soirée par un réveillon. Les billets sont disponibles auprès de Martine St-Pierre, au coût de 8\$/ personne.

Dîner des Rois d'antan au Pavillon L'Héritage



Le jeudi 8 janvier prochain, se tiendra au Pavillon L'Héritage le traditionnel dîner des Rois d'antan du Club Lions de St-Anaclet. Il s'agit d'un dîner du temps des Fêtes suivi de l'animation musicale de monsieur Gérald Proulx. Le coût du repas est de 13\$ par personne. Réservations avant le mercredi 7 janvier. Le nombre de places est limité.

Vœux de Noël

Que la magie de Noël apporte joie et gaieté dans vos foyers. Qu'elle soit le prélude d'une nouvelle année remplie de bonheur, de Paix et de sérénité pour vous et tous ceux qui vous sont proches.

Joyeux Noël et Bonne Année!

L'Équipe du Centre polyvalent des aînés et aînées de Rimouski-Neigette

Pensée

Je reconnais que les événements de mon passé qui m'ont blessé ont contribué à faire de moi une personne plus humaine. Si je sais reconnaître les leçons qui me sont données, je suis en mesure de confirmer que chaque événement contribue à me rendre meilleur.

Activités régulières au Pavillon L'Héritage

Viactive

Les activités de Viactive se déroulent les **lundis de 9 h 30 à 10 h 30** à la salle communautaire du Pavillon L'Héritage. On bouge en compagnie de mesdames Lise Brillant, Jacqueline Lévesque et Lucille Gagné. **L'activité fait relâche à compter du 9 décembre et sera de retour le lundi 12 janvier 2015.**

Messe



Une messe est célébrée par Laval Gauvin, prêtre-curé, tous les **mercredis à 16 h 30** à la salle communautaire.

Pétanque-Atout

L'activité se déroule les **jeudis à compter de 19h**. Messieurs Réginald Desjardins et Honorius Rioux vous y attendent. **L'activité se termine le 18 décembre pour reprendre le 15 janvier.**

Jeux de quilles sur la Wii

Rendez-vous les **mardis à compter de 19h** à la salle communautaire du Pavillon L'Héritage. **L'activité se termine le 16 décembre pour reprendre le 13 janvier.**

Console de jeux WII

Toujours disponible dans le salon communautaire. Venez pratiquer quilles, golf, etc.

Baseball poche

Le jeu est disponible pour ceux désirant y jouer.

Chorale

Nos choristes se réunissent les **mardis à 13 h 30**.

Si chanter dans une atmosphère de détente vous intéresse, joignez-vous au groupe. **L'activité se termine le 22 décembre pour reprendre le 20 janvier.**



Biblio

Un coin bibliothèque est aménagé dans la salle communautaire et vous pouvez y emprunter des livres et les ramener par la suite. De nouveaux volumes y ont été ajoutés régulièrement.

Ordinateur

Un ordinateur branché à internet est disponible à la salle communautaire. À noter que différents jeux dont ceux de type GYM pour les neurones y sont installés.



Bingo

Venez tenter votre chance les **vendredis à 19h**. Madame Rita Dufour vous y attend. **L'activité se termine le 19 décembre pour reprendre le 16 janvier.**

Chapelet

La récitation du chapelet se fait du lundi au samedi à 11h à la salle communautaire.

On rappelle aux résidents qu'il est possible d'utiliser la salle communautaire pour des activités comme les jeux de cartes, casse-têtes, jeux de société, rencontre familiale, etc.

Activités régulières à la Résidence St-Louis

Cribbage

L'activité se tient au Salon Marius-Morin **les lundis à compter de 19h**. Madame Gisèle Brisson vous y attend.

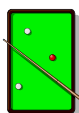
Pétanque intérieure

L'activité se tient **les mardis à 19 h à la salle Roger-Lavoie**. Les responsables, monsieur Salomon St-Laurent et madame Gabrielle Plourde se feront un plaisir de vous y accueillir.

Baseball poche

L'activité se tient **les mercredis soirs à 19 h à la salle Roger-Lavoie**. Madame Béatrice Loof secondée de madame Aline Berger, vous y attendent avec plaisir.

Billard



Une **table de billard** est à la disposition de tous les membres au **salon du 3^e étage**.

Vélo d'exercice

Un vélo d'exercice est à la disposition des résidents au **Salon Marius-Morin**.

Ordinateur

Vous avez accès à des ordinateurs branchés à Internet **à la bibliothèque**. À noter que des jeux de type GYM pour les neurones y sont installés.

Jeu de Wii

La console Wii est fonctionnelle à la salle Roger-Lavoie pour les gens désireux de jouer aux quilles, golf, tennis, boxe, etc.

Chapelet

Le chapelet se récite tous les après-midis à **16 h au salon du 3e, du lundi au vendredi inclusivement.**

Messe



Messe chantée à la Salle Roger-Lavoie tous les **samedis soirs à 19 h.**
Vous êtes les bienvenus !

Messes du temps des Fêtes à la Résidence Saint-Louis :

Mercredi 24 décembre à 20 h : la Messe de Noël

Mercredi 31 décembre à 20 h : la Messe du Jour de l'An

Vous êtes les bienvenus!

Bibliothèque



Prêt de livres disponible **les jeudis matins de 10 h 30 à 11 h 30.** Mesdames Gisèle Dubé-Bélanger et Rollande Roy vous y accueilleront avec joie. **La bibliothèque sera ouverte jusqu'au 11 décembre et rouvrira le 15 janvier.**

Jeudi-Viactive

L'activité se tient **les jeudis à 13 h 30 à la salle Roger-Lavoie.** Venez bouger en compagnie de madame Rollande Roy assistée de madame Gabrielle Bélanger. **La dernière Viactive avant les Fêtes aura lieu le 11 décembre pour reprendre le 15 janvier.**

Chorale Les Voix d'Or

La chorale tient ses répétitions **les jeudis à 19 h** à la salle Roger-Lavoie. Le comité responsable vous y attend assidûment. **Après sa série de récitals de Noël, la chorale prendra une pause pour la période des Fêtes après son souper le 18 décembre et reprendra ses activités le 8 janvier.**

Vendredis- cartes

L'activité cartes se tient **tous les vendredis à 13 h 30 à la salle Roger-Lavoie**. Madame Laura Gosselin vous attend en grand nombre. **La dernière activité avant les Fêtes aura lieu le vendredi 12 décembre pour reprendre le 16 janvier.**

Pétanque-Atout

L'activité se déroule **tous les vendredis soirs à compter de 19 h**. Mesdames Aline Berger et Gabrielle Dubé (substitut) vous y accueilleront avec plaisir. **La dernière activité avant les Fêtes aura lieu le vendredi 12 décembre pour reprendre le 16 janvier.**

Danse

Tous les mercredis à compter de 14h, il y a pratique de danse à la **salle Roger-Lavoie**. Mesdames Rollande Roy et Aline Berger vous y accueilleront chaleureusement. **La dernière activité avant les Fêtes aura lieu le mercredi 10 décembre pour reprendre le 14 janvier.**

Matière à réflexion

L'art de l'entraide

S'entraider : S'aider mutuellement

Entraide : Aide mutuelle; solidarité

Aider : Fournir un secours, une assistance

Il n'est pas rare que nous ayons eu comme éducation d'aider notre prochain. Aider les autres, s'entraider est une noble cause. L'entraide, c'est une aide **naturelle** et **gratuite** que des personnes se donnent pour surmonter leurs difficultés, faire face aux problèmes auxquels elles sont confrontées dans leur vie. C'est choisir de partager. Toutefois, pour le faire efficacement, il faut être bien outillé. Il faut connaître ses limites. Parmi les limites dont il faut tenir compte, on retrouve nos capacités physiques, notre santé psychologique ainsi que la vie privée des autres.

S'entraider doit se faire dans le respect de l'autre, dans ce qu'il peut être, ce qu'il peut vivre. Ce n'est pas vouloir à tout prix s'imposer, vouloir tout contrôler dans

sa vie. Il faut une bonne capacité d'écoute et une grande habilité à garder pour soi ce qui a pu nous être confié.

Des gens bien "intentionnés" peuvent s'immiscer dans votre vie privée sans que vous l'ayez voulu. Vous avez le droit de dire à quelqu'un que vous n'avez pas besoin de son aide et l'autre ne doit pas insister, ni se sentir offusqué.

Avoir quelqu'un de confiance avec qui partager ses émotions apporte un soutien qui peut nous aider à surmonter nos chagrins, à trouver nos propres solutions. Pratiquer l'entraide permet d'avoir accès au meilleur de nous-mêmes.



Anniversaires de décembre

Nous souhaitons une très belle journée d'anniversaire à :

6 décembre : Jeannine Pelletier
7 décembre : Oscar Dubé
8 décembre : Bibiane Hins-Labbé
9 décembre : Adrien Bélanger
10 décembre : Marguerite Canuel
12 décembre : Laurette Proulx
14 décembre : Denise Proulx
16 décembre : Fernande Bouffard
19 décembre : Cécile Bérubé
20 décembre : Simone Picard
23 décembre : Noëlla Lepage/ Andrée Gagné-Ruest
24 décembre : Louis-Claude Rioux/ Adeline Ross
29 décembre : Lionel Potvin/ Martine St-Pierre
30 décembre : Aline Bérubé/ Raymonde Durette

5 janvier : François Côté/ Bertrand Rioux
9 janvier : Hélène Gobeil-Boucher
10 janvier : Edmond Ruest
14 janvier : Pauline Ross
18 janvier : Aurise Castonguay/Georges-Henri Sirois
19 janvier : Benoît Bélanger
21 janvier : Roland Babin/Gisèle Dubé-Bélanger/Gisèle Lavoie/Conrad McKinnon
22 janvier : Lise Perron
23 janvier : Marcel Langlais
25 janvier : Gabrielle Banville/Gertrude Beaulieu
26 janvier : Léonard Bérubé
27 janvier : Jean-Luc St-Onge
30 janvier : Marie-Ange Raymond



JOYEUX ANNIVERSAIRE!

Joyeux Noël

