



Été 2017



Méga vente de garage
Kiosque Petite fringale IGA
Luc Côté, bénévole du Chez-Nous

Renouvellement de la carte de
membre

Dès maintenant

Inscriptions

23, 24 et 25 mai 2017

Début des activités

13 juin 2017

31^e Assemblée annuelle des membres

Jeudi 15 juin 2017

Pour les personnes de 55 ans et plus

7958, rue Hochelaga, Montréal

Téléphone : 514 354-5131

lecheznous@lecheznous.org

www.lecheznous.org

Suivez-nous sur Facebook, YouTube et LinkedIn



30 ans d'histoire

Fiers de notre passé

Résolument tournés vers l'avenir

Mot de bienvenue

L'été est à nos portes et encore une fois, le centre est heureux de vous offrir des activités durant la saison estivale. En parcourant le livret d'information, vous en saurez davantage sur les activités notamment celles qui se déroulent à l'extérieur, sur ce qui est à venir dans les différents secteurs ainsi que sur des sujets qui vous concernent.

Nous voulons souligner l'apport important de nos deux stagiaires au centre qui ont terminé leur mandat parmi nous. Merci à Roxanne Labrecque-Bergeron, stagiaire en sexologie et à Cloé Dumouchel, stagiaire en travail social.

La fête des bénévoles a été un vrai succès et nous voulons remercier tous les membres qui ont contribué à l'organisation de cette fête. Deux bénévoles ont été nommés « bénévoles de l'année 2016 » Nous félicitons Renée Beauchemin et Thérèse Lirette pour leur dévouement au centre. Les bénévoles sont au cœur du Chez-Nous et nous sommes tous très reconnaissants de leur précieuse contribution.

Nous publions le mot de remerciement de la présidente du Conseil d'administration, Mme Gaétane Touchette, lors de la fête de bénévoles.



Le 5 à 7 a été organisé pour souligner notre implication comme bénévole au Chez-Nous de Mercier-Est, que ce soit pour des activités courantes ou à l'entraide. Notre but était de nous réunir tous en même temps, pendant la Semaine des bénévoles. La formule était novatrice, mais, comme vous l'avez vu, elle était empreinte de surprises et d'émotions. Nous avons voulu, par cette remise de certificats, souligner l'apport des anciens bénévoles comme des nouveaux.

Ensemble, nous sommes un groupe important pour le centre, en nombre et en valeur. Sans nous et les événements que nous organisons chaque année, nous ne pourrions maintenir, de façon aussi marquée, notre visibilité dans le quartier. Il y aura au cours de l'année d'autres moments prévus par petits groupes et par secteur, où nous aurons différentes façons de vous exprimer notre reconnaissance. Nous espérons que vous avez apprécié votre soirée.

Sur ce, toute l'équipe vous souhaite un bel été rempli de soleil et bien du plaisir au Chez-Nous de Mercier-Est!

Documents importants

Nous vous invitons à prendre connaissance de documents suivant affichés au babillard :

la politique de remboursement

la procédure de plaintes qui est en révision pour ajouter un volet médiation

la procédure d'intervention

Modes de paiement

N'oubliez pas que vous pouvez payer le renouvellement de votre carte de membre et vos inscriptions **en argent ou par chèque** au nom du Chez-Nous de Mercier-Est.

Heures d'ouverture

Le secrétariat et l'accueil sont ouverts entre 9 h à 12 h et entre 13 h à 16 h.

Pendant l'heure de dîner, un membre de l'équipe est disponible au comptoir de l'accueil pour assurer le service et pour répondre à vos questions.

Jours fériés

Le centre sera fermé :

le 22 mai

Fête des patriotes

le 26 juin

Fête nationale du Québec

le 3 juillet

Fête nationale du Canada

Bénévoles recherchés

Le centre est toujours à la recherche de bénévoles désireux de s'impliquer dans la vie communautaire du Chez-Nous. Adressez-vous au secrétariat.

Boîte à suggestions

Si vous souhaitez aborder des sujets d'intérêt commun qui vous tiennent à cœur, n'hésitez pas à utiliser la **boîte à suggestions** qui se trouve à l'accueil.

Stationnement

Le stationnement arrière du centre est réservé exclusivement aux membres ayant des difficultés à la marche. Nous vous remercions de laisser ces places aux membres qui en ont vraiment besoin.

Journée d'essai

Si vous voulez essayer une activité, vous avez droit à une séance d'essai sans frais. Veuillez vous adresser au secrétariat.

Informations utiles

Procédures d'inscription et de préinscription revisitées

Suite à une décision du conseil d'administration, les inscriptions et les préinscriptions vont subir quelques modifications dans le but de rendre la formule davantage adaptée à la réalité du centre.

Depuis quelque temps, la préinscription à une activité est accordée aux membres ayant été inscrits à cette même activité à la session précédente. Autrement dit, à chaque début de session, de nombreux membres ont une place assurée pour leur activité de la session suivante, s'ils le souhaitent. Ce privilège est considéré pour plusieurs comme un frein imposé aux membres qui veulent pratiquer une activité particulièrement recherchée. Chaque session, plusieurs membres nous font part de leur mécontentement à l'égard de ce privilège, car ils doivent attendre parfois plusieurs années avant de pouvoir s'inscrire.

Afin de remédier à cette situation frustrante pour plusieurs, nous proposons de **préserver le privilège accordé, mais en réduisant sa portée sur une année seulement**. Ainsi :

- À l'automne, les inscriptions sont ouvertes à toutes et à tous, sans préinscriptions
- Les inscriptions à l'automne s'étalent sur trois jours
- Le privilège de la préinscription prévaut pour les sessions d'hiver, de printemps et d'été

Dans les rares cas où il y aurait plus d'inscrits que de places disponibles pour une activité, le nombre d'inscrits excédentaires seront retirés au hasard. Ceux et celles préinscrits seront toutefois assurés de leur place. Ainsi, on évite les files d'attente et la cohue provoquée par la règle « Premier arrivé, premier servi ».

Inscription à la carte pour l'été 2017 :

Cette été, nous mettons en place un projet pilote qui permettra aux membres ne pouvant pas participer tout l'été à leur activité, de s'inscrire au coût de 3 \$ à une séance d'une activité de socialisation. Les membres désireux de s'inscrire à la carte doivent être détenteur de la carte de membre.

Renouvellement de la carte de membre 2017-2018

Il sera possible de renouveler votre carte de membre dès août 2017! Renseignements au secrétariat.

Rubrique financement philanthropique Partenariat avec les donateurs

De la philanthropie pour enraciner le Chez-Nous de Mercier-Est :

Le Chez-Nous de Mercier-Est est riche de plus de 30 ans de présence remarquée dans le quartier. Au fil des décennies, le dynamisme de ses membres et l'engagement de ses bénévoles ont largement contribué à la qualité de vie de Mercier-Est. Pour poursuivre notre action, le Chez-Nous a mis sur pied un programme Partenariat avec les donateurs dont l'objectif est de se donner une force financière afin de continuer d'offrir des services d'entraide et d'engagement auprès des aînés.

Depuis avril dernier, le Chez-Nous a entrepris d'étendre sa complicité avec des partenaires en sensibilisant ces derniers à la mission de l'organisation. Avec la contribution du Conseil d'administration du centre, le programme Partenariat avec les donateurs élabore une nouvelle stratégie qui englobe différentes sources de financement : subventions, commandes, legs testamentaires, dons, événements-bénéfices et autres.

Régulièrement, nous vous communiquerons de l'information sur la recherche de financement. Mais déjà, les membres peuvent avoir la certitude qu'elle respecte les valeurs d'intégrité, de bienveillance, de démocratie et de liberté du Chez-Nous.

Origines grecques du mot philanthropie : Qui aime l'humain.

Pour information :

France Moreau

Conseillère, Partenariat avec les donateurs

Comité de socialisation

Afin de réfléchir et d'améliorer les fêtes de socialisation, le comité de socialisation prend une pause dans ses activités pendant l'été. Durant cette période, nous vous invitons à nous aider à améliorer ces activités en répondant un bref sondage qui vous sera envoyé par courriel prochainement et qui se trouvera aussi au secrétariat en format papier.

ACTIVITÉS ARTISANALES

ACTIVITÉ	JOUR	HORAIRE	SALLE	COÛT
Confection de cartes Responsable Johanne Chevrier	Mercredi Durée : 7 semaines Dates : Du 14 juin au 26 juillet	9 h 30 à 11 h 30	103	0 \$
Joyeuses tricoteuses, crochet et bijoux Responsables Renée Beauchemin, Céline Fortin, Pierrette Gendron, Diane Pépin et Gaëtane Touchette	Mercredi Durée : 11 semaines Dates : Du 14 juin au 23 août	13 h 30 à 16 h	104	0 \$

ACTIVITÉS DE SOCIALISATION

Durée : 11 semaines du 13 juin au 24 août 2017

ACTIVITÉ	JOUR	HORAIRE	SALLE	COÛT
Jeu de 500 Responsables Lise Carrier et Ginette Vallières	Mardi	13 h 30 à 16 h	103 104	13 \$
Bridge Responsables André Lemay et Henrielle Lapointe	Mercredi	13 h 30 à 16 h	114	13 \$
Scrabble Responsable Nicole Larivée	Mercredi	13 h 30 à 16 h	114	13 \$
Crible Responsables Caroll Gauthier et Serge Lapointe	Jedi	13 h 30 à 16 h	114	13 \$

ACTIVITÉS CULTURELLES

ACTIVITÉ	JOUR	HORAIRE	SALLE	COÛT
Peinture à l'huile Professeure Sylvia Paquette	Mardi Durée : 7 semaines Dates : Du 13 juin au 25 juillet	9 h à 11 h 30	104	65 \$
Techniques vocales Professeure Julie Beaulieu	Jeudi Durée : 4 semaines Dates : Du 15 juin au 6 juillet	13 h 30 à 15 h 30	103 104	Membres 60 \$ Non-membres 70 \$

ACTIVITÉS PHYSIQUES

Durée : 11 semaines du 13 juin au 24 août 2017

ACTIVITÉ	JOUR	HORAIRE	LIEU	COÛT
Pétanque jour Responsable Claudette Lalande	Mardi	13 h 30 à 15 h 30	Parc Liébert	0 \$
Pétanque jour Responsable Henrielle Lapointe	Mardi	13 h 30 à 15 h 30 * Une tente pour protéger du soleil sera installée	Parc Germaine-Pepin	0 \$
Pétanque soir Responsables Nicole Nolet et Hermance Charbonneau	Jeudi	18 h 30 à 21 h	Parc Liébert	0 \$

Secteur de l'entraide

Contribution financière de 5000\$ pour le secteur de l'entraide

Nous sommes très heureux d'annoncer que le **Conseil d'arrondissement de Mercier-Hochelaga-Maisonneuve** nous a accordé une contribution financière de 5000 \$. Cette somme servira à renforcer les services d'entraide durant l'année 2017-2018 et favorisera leurs bons déroulements. Le secteur favorise la socialisation et le maintien dans la communauté des personnes âgées de 55 ans et plus, soutient l'autonomie et la participation sociale, suscite l'entraide bénévole dans le quartier et contribue à briser l'isolement des aînés.

Le secteur offre des services de soutien alimentaire, d'accompagnement et de transport, des cliniques d'impôts et de vaccination ainsi que des activités visant la solidarité et le développement de liens d'amitié. Le secteur repose exclusivement sur le dévouement des bénévoles et compte environ 400 bénéficiaires.

Les Cousettes: tous les vendredis de 9 h 30 à 12 h

Les activités des Cousettes se poursuivent jusqu'au vendredi 2 juin. Pour le service d'été, informez-vous au secrétariat.

Les Cousettes effectuent des retouches sur mesure à prix modiques sur vos vêtements. Votre garde-robe est à modifier? Vous avez besoin de rétrécir des vêtements, de réparer un bouton cassé ou une fermeture éclair qui a lâché? Pas de soucis, les Cousettes sont là pour tout réparer.

Les prix sont les suivants :

- Fermeture éclair (jupe, jeans, pantalon) : 5 \$ (2 \$ supplémentaires pour la fermeture éclair)
- Bord de jupe/jean/pantalon/manche : 5\$
- Bouton 1 \$ (chaque bouton)
- Pose d'un velcro : 2\$
- Rétrécissement d'un vêtement : entre 5 \$ à 10 \$
- Pose d'un élastique : 5 \$

Remarque : les Cousettes peuvent refuser une réparation sur un vêtement sale ou douteux. Les vêtements doivent être lavés avant d'être réparés

Les petites douceurs

Les petites douceurs s'arrêtent pour l'été et reprendront en septembre prochain.

Ces activités permettent de passer un moment agréable : discussions, activités physiques douces et ateliers ludiques.

Elles s'adressent aux aînés qui ne peuvent se déplacer seuls. Frais de 5\$ par participation. Renseignements et inscriptions au 514 354-5404.

Secteur de l'intervention

Intervention de milieu en HLM

- Un projet d'embellissement à l'habitation Pierre-Bernard en collaboration avec la Maison des familles et l'Antre-Jeunes sera en cours durant l'été et permettra d'enjo-liver leur milieu de vie.
- L'Habitation Pierre-Bernard soulignera son 35^e anniversaire au mois d'août et une grande fête sera organisée afin de célébrer cet évènement. La date sera dévoilée prochainement.
- Les locataires de Pierre-Bernard se joindront aux festivités des animations de rues, organisées par les intervenantes du petit garage de la Maison des familles. Cette activité sera ouverte aux voisins des deux HLM à partir du 29 juin entre 17 h et 19 h.
- Les aînés de l'habitation Honoré-Beaugrand, participeront à des pique-niques dans divers grands parcs de l'est de Montréal.
- Les bénévoles de l'habitation Honoré-Beaugrand tentent, auprès de l'Office municipal, de faire revivre leur terrain de pétanque.

Intervention de proximité

Le secteur de l'intervention a besoin de vous pour mener une activité porte-à-porte qui débutera dès le 1er juin.

En collaboration avec le CLSC, le SPVM et ALMAGE, nous tenterons de rejoindre le plus grand nombre d'aînés dans de la paroisse St-Victor dans le but de leur faire connaître les services qui sont à leur disposition dans le quartier.

Afin d'atteindre cet objectif, nous avons besoin de bénévoles pour faire la distribution de feuillets d'information, annonçant notre passage dans le quartier. Si vous souhaitez faire une petite marche santé, contactez Octavian, au 514 431-5348, ou Emmanuella, au 514 663-8190.

Activités ponctuelles

Dîners « Parle parle jase jase »

L'équipe des bénévoles est heureuse de vous convier au restaurant une fois par mois à 11 h 30. Les inscriptions se font au secrétariat au coût de 2 \$. Le repas est à vos frais. Nouveaux et anciens membres sont les bienvenus.

10 juillet 2017
14 août 2017

Ottavio au 6880, rue Jean-Talon Est
Industria au 7999, boulevard des Galeries-d'Anjou

Activités ponctuelles

31^e Assemblée annuelle des membres

Jeudi 15 juin 2017 à 9 h 30 à 12 h

Nous avons le plaisir de vous inviter à la 31^e assemblée annuelle des membres du Chez-Nous de Mercier-Est. Cette année, trois postes d'administrateur sont en élection. Si vous désirez soumettre votre candidature pour un poste d'administrateur au conseil d'administration, veuillez demander, remplir et remettre le formulaire au secrétariat du centre au plus tard le jeudi 1^{er} juin 2017 avant 16 h à l'attention de Serge Généreux, secrétaire-trésorier du Conseil d'administration.

Veuillez confirmer votre présence à l'assemblée au secrétariat avant le jeudi 1^{er} juin prochain, cela afin de bien vous accueillir. Les documents seront projetés sur écran et le rapport annuel sera disponible en version papier le jour même de l'assemblée et sur notre site Internet après l'assemblée.

Nous vous attendons en grand nombre. Votre présence est importante afin de faire de cet évènement un succès démocratique.

Café-causerie sur le rôle d'administrateur au Conseil d'administration

Trois postes à combler au Conseil d'administration

L'Assemblée annuelle du centre arrive à grands pas et la date limite de mise en candidature pour se présenter comme administrateur est le 1^{er} juin 2017. Avez-vous des questions sur le conseil d'administration du Chez-Nous? Peut-être même avez-vous pensé vous présenter comme administrateur?

Venez nous rencontrer et discuter avec nous **le jeudi 25 mai de 14 h à 15 h.**

C'est avec plaisir que nous répondrons aux questions sur :

- La durée des mandats
- Les rôles et pouvoirs
- Les devoirs et responsabilités
- Les droits
- Les qualités requises
- Les liens avec la direction générale

Gaëtane Touchette
Présidente du CA

Léo Fortin
Directeur général

Activités ponctuelles



Réplique mauve sur la rue Hochelaga

Le 15 juin prochain lors de la 31^e Assemblée annuelle des membres, Le Chez-Nous de Mercier-Est soulignera la Journée mondiale de lutte contre la maltraitance des aînés, en lien avec le Secrétariat aux Aînés du ministère de la Famille, par l'opération **Réplique mauve** sur la rue Hochelaga .

À partir du lundi 22 mai, nous vous invitons à participer à ce grand événement mondial en attachant un **ruban mauve** à la clôture donnant sur la rue Hochelaga. Sur votre ruban, laissez un message sur les gestes abusifs que vous voulez voir cesser à l'égard des aînés ou les comportements sécuritaires et allumés que vous adopterez afin de contrer toute situation de victimisation.

Cette **Réplique mauve**, à l'instar du forum « *Contrer l'intimidation entre aînés* » tenu en mars dernier par le centre, fait partie des actions de dénonciation de l'intimidation. Plus d'une centaine de membres et d'intervenants de Mercier-Est étaient présents à ce forum, tous motivés par leur détermination à bâtir une culture de bienveillance pour les aînés de la communauté.

Diners communautaires avec les employés

Le troisième mardi du mois, nous vous invitons à venir partager votre repas avec les employés afin de discuter de tout et de rien. Apportez votre lunch!

Voici les dates à venir :

Les mardis 16 mai, 20 juin, 18 juillet et 15 août 2017 à midi.

Merci à nos commanditaires



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DU GRAND MONTRÉAL

9480, rue Notre-Dame Est
Montréal (Québec) H1L 3N9
514 303-4888
cfgrandmontreal.com

BMR
Quincaillerie de L'Est

8240, rue Hochelaga
Montréal (Québec) H1L 2L1

téléphone : 514.353.0030
télécopieur : 514.353.8871
courriel : quinc.de.lest@videotron.ca
www.quincailleriedelest.ca

Éric Tessier
propriétaire

Merci à nos partenaires



Maka Kotto

Député de Bourget

6070, rue Sherbrooke Est
Bureau 105
Montréal (Québec) H1N 1C1
514 251-8126
maka.kotto.bour@assnat.qc.ca



**MARIO
BEAULIEU**

Député de La Pointe-de-l'Île
12500, boulevard Industriel, Montréal, Québec, H1B 9P5
514 645-0101 Mario.beaulieu@parl.qc.ca



Réal Ménard
Maire d'arrondissement
Mercier-Hochelaga-Maisonneuve

6854, rue Sherbrooke Est H1N 1E1 (514) 872-8759 Langellier

real.menard@ville.montreal.qc.ca



Me Karine Boivin Roy

Conseillère de ville - District de Louis-Riel
Conseillère associée à l'habitation - Comité exécutif

6854, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec) H1N 1E1

Téléphone 514 872-7123 poste MHM
Télécopieur 514 872-7125 poste MHM
Téléphone 514 872-0714 poste HDV
karine.boivin.roy@ville.montreal.qc.ca



Richard Celzi
Conseiller de ville - District de Tétreaulville

6854, rue Sherbrooke Est
Montréal (Québec) H1N 1E1

Téléphone 514 872-9899
Télécopieur 514 872-7125
richard.celzi@ville.montreal.qc.ca



Laurence Lavigne Lalonde

CONSEILLÈRE DE VILLE
DISTRICT DE MAISONNEUVE-LONGUE-POINTE

laurence.lavigne.lalonde@ville.montreal.qc.ca
514-872-9899



Pour les personnes de
55 ans et plus

7958, rue Hochelaga
Montréal (Québec) H1L 2K8
514 354-5131
www.lecheznous.org

