



# Au fil des ans

Mai 2018 Volume 9 Numéro 11

## Le bulletin au fil des ans

3225 rue Courchesne, secteur Tracy, 450 742-4144



Bonjour,

Nous voilà déjà rendus à la fin de ce court voyage annuel 2017-2018.

Avant de fermer totalement le livre, il reste un formidable moment, soit le souper de la fête des Mères le 12 mai avec du filet mignon. 4 jours plus tard, aura lieu l'AGA, moment important pour la bonne marche du Centre.

Nous vivrons un moment spécial le 26 mai avec le spectacle de Madeleine Dutremble qui nous avait charmés l'an dernier. De plus, elle nous fait un cadeau en réduisant de 25% le prix de ses billets pour les membres du Centre.

Dans ce bulletin, vous aurez aussi des informations sur les heures d'ouverture et de fermeture du secrétariat et du centre ainsi que d'autres informations pertinentes, tel le moment d'arrêt du bingo.

Vous pourrez aussi prendre connaissance d'un gros projet d'été pour animer le Centre tout en restant actif... et les voyages organisés par Cécile...

Ainsi va la vie!

*Gilles Paradis*

### Table des matières

- 2- Souper de la fête des MÈRES
- 2- Spectacle de Madeleine Dutremble
- 3- Assemblée générale annuelle
- 3- Horaire d'été du secrétariat
- 3- Horaire d'été du Centre
- 3- Le bingo
- 4- Un été presque parfait
- 5- Vernissage Exposition FQDI
- 6- Party d baseball-poches
- 7- La page de Christiane
- 8- Voyages organisés en 2018
- 9- Tournois de "washers" en mai
- 10- Invitation Expo Duo "*Entre ciel et terre*"

par *Christiane Dormaels et Gilles Paradis*

Pour nous rejoindre: 450 -742-4144

Courriel: [info@aufildesans.ca](mailto:info@aufildesans.ca)

Site internet: [www.aufildesans.ca](http://www.aufildesans.ca)

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

le mercredi 16 mai  
à 19 heures

Soirée d'informations  
et d'élection pour  
les membres du Conseil  
d'administration

# Souper de la fête des Mères



*Le samedi 12 mai 2018*

## *Fête des Mères*

*18 h 00 Souper:*

*- Potage Cressy*

*- Brochetta*

*- Brochette de filet mignon*

*- Gâteau au fromage*

*par Mathieu Doré 19 h 30:*

*Musique: Mathieu Doré*

*Coût: 25\$ m. 30\$ non-m,*

*Il reste une trentaine de billets disponibles. Il faut acheter son billet avant le 5 mai.*

# Spectacle de Madeleine Dutremble

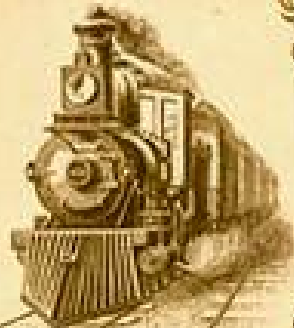
0900

**BIENVENUE À BORD**  
WELCOME ABOARD

**Madeleine Dutremble**  
Samedi le 26 mai 2018 à 19H30

A la salle du: Centre Récréatif Au fil des ans  
3225 rue Courchesne  
Sorel-Tracy (secteur Tracy)  
450-846-2522

~~\$20.00~~



*Merci de faire partie du voyage  
Thanks for being part of the trip*

ADMISSION

Billet  
d'embarquement  
Boarding pass

Première classe  
First class

26 mai 2018

| JAN | FEB | MAR | APR | MAY | JUN | JUL | AUG | SEP | OCT | NOV | DEC |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  | 11  | 12  | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

0060

Des billets sont disponibles au secrétariat du Centre au coût de 15\$ pour les membres; gracieuseté de Madeleine Dutremble

# **Assemblée Générale Annuelle**

## **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE**

le mercredi 16 mai à 19 heures

**Nous présenterons un rapport complet de l'année 2017-18.**

**Pendant cette assemblée, nous proposerons une modification  
à nos règlements dont**

**l'objectif sera de favoriser les échanges  
intergénérationnels.**

**Dans nos projections pour 2018-19, nous préciserons notre pensée  
sur un projet spécial d'été.**

## **L'horaire du secrétariat**

**Comme les dernières années,  
du lundi 22 mai au 15 août, le secrétariat  
sera ouvert les mardis, mercredis et jeudis avant-midi entre 9 heures et midi.**

## **Le centre récréatif : son horaire**

**Cet été, le centre récréatif Au fil des ans sera fermé les samedis et dimanches  
sauf exception.**

**Pendant la semaine, le centre sera ouvert entre 9 heures et 16 heures. Une  
seule porte sera débarrée, c'est celle du stationnement.**

## **Quand finira le bingo?**

**L'activité bingo arrêtera ses activités le 18 juin prochain.**

# Un été presque parfait!

Le centre récréatif aura un été presque parfait pour ceux qui ont le goût de vivre différentes activités physiques. La grande majorité de ces événements se dérouleront dans la cour. Du lundi au vendredi, à partir du 4 juin, entre 9h 30 et 11h 30 ainsi qu'entre 13h 30 et 15h 30, nous occuperons les membres et non-membres s'il y a suffisamment de personnes intéressées. Le coût pour l'été sera de 20\$ dont la moitié servira pour un party dans la semaine du 20 août prochain. Une carte de membre spéciale d'été sera disponible au secrétariat.

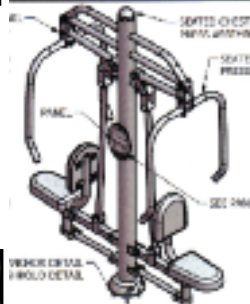
Les **lundis P.M.**, les joueurs de ping-pong pourront profiter des tables de tennis de table au local 301



**Lundis A.M.+P.M.**, nous pourrons apprendre et jouer au pickleball sur l'asphalte



Les **mardis A.M.** le jeu de **shuffleboard** sera installé dans la galerie d'art.



Les **mercredis de 9h 30 à 10h 30**, la **kinésiologue Christelle Dubois** donnera des cours pour mieux utiliser les appareils d'exercices extérieurs

Les **mardis P.M.**, nous pourrons jouer gratuitement à la **pétanque** si on ne veut pas participer aux autres jeux.



Vous êtes invités à essayer un nouveau jeu : le **KOOB**, jeu de quilles que les Vikings jouaient au 15e siècle  
**Mercredi A.M.+P.M.**



Les **jeudis A.M.**, la table de **tennis sur table** attend des joueurs

Les **jeudis P.M.**, nous pourrons jouer gratuitement à la **pétanque** si on ne veut pas participer aux autres jeux.



Les **jeudis A.M.**, le jeu de **poches babette** sera à la disposition des joueurs



Les **vendredis A.M., à 9 h.**, la promenade hebdomadaire sera relancée. Avis aux intéressés!



Les **vendredis P.M.**, Venez essayer ce jeu qui a été lancé lors de la journée des Bénévoles du 20 janvier 2018

# Vernissage : EXPO FQDI



Le 22 avril a eu lieu le vernissage des œuvres de Sylvie Demers multidisciplinaire et Pascal Poitras membre de l'ADIRS . Intitulée *Entre ciel et terre*.



Pour Pascal Poitras, c'était sa première exposition en duo. Et ce fut un succès. Super exposition, pleine de rêve, d'imaginaire, L'intuitif, le naïf et le figuratif se côtoyaient avec bonheur: moment d'envolée vers un autre monde.

*Photos: Christiane Dormaels*



Un grand bravo à Pascal Poitras et merci à Sylvie Demers pour cette super exposition

*Christiane Dormaels*



# Party baseball poches



*Tout le monde veut savoir!*



*Nicole et Denis Charpentier, grands responsables.*



*Denis Gauthier se prépare à lancer une poche.*



*Au baseball-poches, il faut des capitaines si on veut que tout baigne dans l'huile.*



**67 personnes** se sont prévalu du plaisir de participer au party de fin d'année organisé par les 2 responsables. Avant le souper gratuit, Denis Charpentier a donné de nombreux prix en argent suite à une série de défis que les joueurs devaient relever: **“washers, poches babette, Koob et pétanque** dans le boulodrome.



# La page de Christiane

Enfin le soleil et des températures qui nous invitent à retrouver le BC. Le petit rosé bien frais, les bonnes salades et je sais que vous avez de l'imagination .

## QUELQUES ASTUCES :

Si vous faites des brochettes mixtes, associez des viandes qui nécessitent le même temps de cuisson.

Une succulente idée d'accompagnement de l'agneau, du porc, et du bœuf grillé : l'ail et les échalotes au barbecue.

Épluchez très sommairement (laissez de la peau) les gousses d'ail et les échalotes. Selon la taille des échalotes, coupez-les en deux ou en

trois, mais laissez surtout les gousses d'ail entières.

Piquez-les dans le sens de la longueur sur des brochettes en les alternant et faites-les blanchir dix minutes dans de l'eau bouillante

Séchez-les, badigeonnez-les d'huile au pinceau. Déposez sur la grille haute du barbecue et laissez-les cuire pendant 10 minutes en les retournant. L'ail en chemise est un véritable délice.

Bon mois de Mai que je vous souhaite ensoleillé et aux mamans bonne fête des mères.

Et n'oubliez pas, aimez riez bougez...

*Christiane Dormaels*

## Offre de service pour un dépannage à domicile



Vous avez un problème récurrent avec votre ordinateur? Nous avons une solution pour vous : un membre du centre récréatif très connaissant et disponible peut vous aider.

Le centre des aînés offre à tous ses membres un service de dépannage informatique à domicile. Détenant un certificat de 2ième cycle en Affaires Électroniques, Normand Maletto offre un service de dépannage pour vos appareils informatiques (et non électroniques).

Le premier service se fera à votre résidence pour le coût de 15\$/hre. Les services suivants pourront se faire à distance au coût de 20\$/hre. Advenant que je ne puisse votre problème, le service sera gratuit.

Le déplacement sur place devra s'effectuer à l'intérieur des limites de la ville de Sorel-Tracy



par Gilles Paradis, coord.

**ACTIF + AUTONOME = HEUREUX**

# Voyages organisés par le Centre

Vous désirez voyager en 2018? Voici ce que votre responsable des voyages vous propose. Quatre voyages de découvertes au cours de l'été et de l'automne, quatre voyages intéressants pour tous ceux qui veulent mieux connaître les régions du Québec.

Pour plus d'informations ou pour vous inscrire, communiquez avec Cécile Lemire au numéro 450 808-2557 ou rejoignez le secrétariat au 450 742-4144

## St-Venant de Paquette

Le mercredi 15 août 2018

Embarquons et dirigeons-nous dans un secteur rural où respire la fraîcheur et le charme unique de l'endroit. Grâce à notre audio guide, découvrez le village par groupe de 6 personnes. Voyez 11 sentiers poétiques aménagés avec des sculptures de l'artiste Roger Nadeau. Le sentier poétique est né de l'idée de l'artiste RICHARD SÉGUIN. Notre dîner santé se fera à la maison de l'arbre, unique en son genre. Puis on reprend la route pour se diriger dans la belle région de Compton afin d'y prendre notre souper de choix. Retour

**Le voyage comprend :** Le transport en autocar de luxe + le repas complet à la maison de l'arbre + la visite avec l'audio guide + le souper repas complet + le pourboire au repas.  
à 15 km de Sherbrooke **Prix: 169\$**

---

## Spectacle musical avec pure laine Samedi le 15 septembre 2018

Offrez-vous le temps des cerises

**Le voyage comprend:** Le transport en autocar de luxe + les visites à Victoriaville et la région + deux succulents repas (dîner et souper) + le spectacle + le cadeau souvenir + le pourboire aux repas.

**Prix: 169\$**

---

## Je me souviens - Lac Mégantic

Mercredi le 10 octobre 2018

Venez découvrir le nouveau Mégantic. Vivez ce qui s'est passé et découvrez la beauté de cette nouvelle ville.

**Le voyage comprend:** Le transport en autocar de luxe + les (2) repas complets + la visite guidée avec Mme Claudette guide local + tournée guidée de Mégantic + la visite de l'exposition de l'hôtel de ville + promenade Papineau et le pourboire aux repas.

**Prix: 169\$**

---

## Noël enchanté et mémorable

Mercredi le 14 novembre 2018

**Le voyage comprend:** transport en autocar de luxe + temps libre au marché aux puces de St-Eustache + le souper du temps des fêtes + le spectacle de Noël + l'animation et la danse + le cadeau de Noël + le pourboire au repas.

**Prix: 169\$**



# Voyages organisés par le Centre

## TOURNOIS «WASHERS»

Samedi le 4 mai 2018  
et le samedi 19 mai incluant  
le party de fin d'année

Insc. 10 h30  
déb.: 11 h. 30

Coût: 5\$ par joueur, m. du Centre  
7\$ non-membre du Centre  
70% des mises en bourse  
Formule: 2 de 3  
Bienvenue à vous tous,

Pour s'inscrire ou informations:

**Pierre Gauthier**  
450 881-5747

**Secrétariat**  
450 742-4144

TOURNOI  
de pétanque  
de la St-Jean-Baptiste

**Dimanche le 24  
juin 2018**

**Insc. de 12h à 12 h30**

Coût : 5\$ par joueur,  
membre du Centre  
7\$ non-membre

Formule: selon le nombre  
d'équipes, tournoi A, B, C,  
ou 3 parties + une 4e pour tout le  
monde

Bienvenue à vous tous,  
Pour s'inscrire ou informations:  
Irène Lafrenière 450 742-7459



Invitation - Exposition duo

## Entre ciel & terre

du 22 avril au 4 mai 2018

vernissage **dimanche 22 avril à 14h00**

galerie d'art **Au Fil des Ans**

Sylvie Demers, artiste multidisciplinaire

et Pascale Poïtras, membre de l'ADIRS

vous invitent dans le temps et l'espace, sur la terre et ailleurs...  
 Laissez-vous surprendre par l'art intuitif, naïf et figuratif symbolique,  
 le genre artistique choisi par les 2 artistes. Ont donné naissance à  
 l'exposition **Entre ciel & terre** imagination, créativité, pluralité, complicité  
 Sylvie & Pascale ont hâte de vous rencontrer et de vous partager leur art.



Heures d'ouverture de l'exposition après le vernissage: lundi au samedi 13h à 16h.

Galerie d'art *Au Fil des Ans*, 3225 rue Courchesne, Sorel-Tracy (QC) J3R 3A7

Accès aux personnes à mobilité réduite - porte d'entrée adaptée et ascenseur (rue Laflèche).

Taxibus: arrêt 268 juste en face. Grand stationnement gratuit. Info galerie: 450-742-4144