



Semaine  
des  
aînés  
de Longueuil

**Du 14 au 20 mai 2023**



[longueuil.quebec/aines](https://longueuil.quebec/aines)



311

longueuil

# Mot du comité

# **ORGANISATEUR**

## **Des activités pour tous**

Le comité organisateur de la Semaine des aînés de Longueuil est très heureux de proposer une programmation variée et inclusive. Vous y retrouverez des activités offertes par les organismes dédiés au bien-être des aînés et par la Ville

pour que vos corps et vos esprits restent actifs. Nous souhaitons de tout cœur que cette proposition vous permette de découvrir des activités qui vous feront vibrer, apprendre et créer des liens!

## **Le comité organisateur**

**Olmer Betancourth**, Centre communautaire des aînés et aînées de Longueuil

**Marie-Pier Boutin**, Maison le Réveil

**Marie-Lynne Brodeur**, Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Est

**Maude Boulay**, Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Centre

**James Burgess**, Répit aînés Montérégie

**Véronique Denis**, Centre communautaire Le trait d'union

**Maryse Lauzier**, Ville de Longueuil, Direction de la culture, du loisir et du développement social

**Marie-Claude Richer**, Maison Tournesols

**Alexandra Valle**, Maison Tournesols

Dans la présente brochure, le masculin est utilisé dans le seul but d'alléger le texte.

# ACTIVITÉS GRATUITES



## LÉGENDE



Activité culturelle



Activité en action



Activité récréative



Activité informationnelle



Activité virtuelle

## DIMANCHE 14 MAI



### RUCHE D'ART - SPÉCIAL MUSIQUE



13 h à 15 h

**Bibliothèque Raymond-Lévesque**  
7025, boulevard Cousineau  
**Saint-Hubert**

Moment d'exploration artistique, de création libre et de rencontres, bercé par la performance musicale d'artistes de la relève.

Il est recommandé d'apporter votre tablier.

**Réservation obligatoire**  
**(places limitées)**

**ovation.ca**

450 463-7181

# LUNDI 15 MAI

## **PORTES OUVERTES DU CERCLE DES FERMIÈRES DE LONGUEUIL**

**10 h à 15 h**

**930, rue Saint-Jacques**

**Vieux-Longueuil**

La Maison Le Réveil

450 670-5268

514 220-3133



## **TOURNOI 13-BRASSES**

**10 h 30 à 12 h**

**1720, rue De Gaulle**

**Saint-Hubert**



Grand défi du tournoi de cartes 13-brasses, ouvert à tous pour déloger nos champions.

Jeu de cartes enlevant où celui qui fait le moins de points gagne!

## **CONFÉRENCE - PRÉVENIR L'ÉPUISEMENT DES AIDANTS**

**10 h à 12 h**

**1688, rue Gustave-Désourdy**

**Saint-Hubert**



**Inscription requise auprès de Catherine Moreau**

Maison Tournesols

**maisonournesols.org**

450 445-9290

Présentation du portrait de la réalité des aidants, des stratégies pour prévenir l'épuisement, du compte en banque énergétique ainsi que des services et ressources pour soutenir les aidants dans leur rôle. Par Jonathan Bolduc.

**Inscription requise**

Centre de soutien entr'Aidants

**centredesoutienentraidants.com**

450 465-2520, poste 204

## **BRIDGE**

**12 h 45 à 16 h**

**930, rue Saint-Jacques**

**Vieux-Longueuil**



**Inscription requise**

La Maison Le Réveil

reception@maisonlereveil.ca

**maisonlereveil.ca**

450 670-5268

## **PORTES OUVERTES AGADOUCE TRICOT, TISSAGE ET COUTURE**

**13 h à 16 h**

**2485, Terrasse Georges-Jutras  
Saint-Hubert**

Pour les femmes de 55 ans et plus. Venez échanger afin de briser l'isolement tout en tricotant, crochétant, tissant ou faisant de la couture.

[agadouce@outlook.com](mailto:agadouce@outlook.com)



## **FAIRE FACE AU CHANGEMENT, CONFÉRENCE AVEC JACINTHE CHAUSSÉ**

**14 h à 15 h 30**

**Bibliothèque Raymond-Levesque,  
salle Desjardins**

**7025, boulevard Cousineau  
Saint-Hubert**

Comment s'adapter aux changements qui nous déstabilisent? À la suite d'un bouleversement important, nous perdons certains de nos repères. Alors, le mental s'affole et nous garde figé dans la peur d'avancer. Pour aller de l'avant, il y a des étapes à suivre qui permettent de recréer l'équilibre dans notre vie.

- **Inscription requise :**  
**[loisir.longueuil.quebec](http://loisir.longueuil.quebec)**  
450 463-7180

**Consultez la programmation à  
[loisir.longueuil.quebec](http://loisir.longueuil.quebec)**



# LUNDI 15 MAI

## DANSE D'OUVERTURE

19 h à 20 h

930, rue Saint-Jacques

Vieux-Longueuil

Une belle soirée festive vous attend lors de la danse d'ouverture de la Semaine des aînés de Longueuil! Activité de danse en ligne.

### Inscription requise

La Maison Le Réveil  
reception@maisonlereveil.ca

[maisonlereveil.ca](http://maisonlereveil.ca)

450 670-5268



# MARDI 16 MAI

## RUCHE D'ART - SPÉCIAL MUSIQUE

10 h à 12 h

Centre culturel Jacques-Ferron,  
salle 3, 2<sup>e</sup> étage

100, rue Saint-Laurent Ouest

Vieux-Longueuil

Moment d'exploration artistique, de création libre et de rencontres, bercé par la performance musicale d'artistes de la relève.

Il est recommandé d'apporter votre tablier.

### Réservation obligatoire (places limitées)

[ovation.ca](http://ovation.ca)

450 463-7181



## BINGO ANIMÉ

10 h 30 à 12 h

1720, rue De Gaulle

Saint-Hubert

Venez vous amuser en compagnie de nos dynamiques animatrices lors de ce bingo endiablé.

### Inscription requise auprès de Catherine Moreau

Maison Tournesols  
coordoservices@  
maisontournesols.org

[maisontournesols.org](http://maisontournesols.org)

450 445-9290





## JEU DE PALET (SHUFFLEBOARD)

10 h à 12 h

930, rue Saint-Jacques  
Vieux-Longueuil

### Inscription requise

La Maison Le Réveil  
reception@maisonlereveil.ca  
maisonlereveil.ca  
450 670-5268



## INTRODUCTION AU TAÏ-CHI TAOÏSTE

11 h à 12 h

5403, avenue Hémard  
Saint-Hubert

Équilibre et harmonie dans une méditation en mouvement.

Institut de taoïsme Fung Loy Kok  
monteregie@taoist.org  
450 679-1018



## CARTES

13 h à 16 h

930, rue Saint-Jacques  
Vieux-Longueuil

### Inscription requise

La Maison Le Réveil  
reception@maisonlereveil.ca  
maisonlereveil.ca  
450 670-5268



## CLUB DE LECTURE

13 h à 15 h

930, rue Saint-Jacques  
Vieux-Longueuil

### Inscription requise

La Maison Le Réveil  
reception@maisonlereveil.ca  
maisonlereveil.ca  
450 670-5268



## TENNIS DE TABLE (PING PONG)

13 h à 16 h

930, rue Saint-Jacques  
Vieux-Longueuil

### Inscription requise

La Maison Le Réveil  
reception@maisonlereveil.ca  
maisonlereveil.ca  
450 670-5268



# MARDI 16 MAI

## RUCHE D'ART - SPÉCIAL MUSIQUE

13 h 30 à 15 h 30

Bibliothèque Muriel-Anne-Brown  
225, rue Empire  
Greenfield Park



Moment d'exploration artistique, de création libre et de rencontres, bercé par la performance musicale d'artistes de la relève. Il est recommandé d'apporter votre tablier.

**Réservation obligatoire  
(places limitées)**

**ovation.ca**  
450 463-7181

## ATELIER DE MUSIQUE INTERCULTURELLE D'ICI ET D'AILLEURS

14 h à 16 h

330, rue Gladstone  
Greenfield Park



Une activité permettant aux personnes âgées de s'exprimer à travers des chants de leur choix et d'écouter de la musique interculturelle. L'atelier est offert au Centre communautaire de Greenfield Park par la Maison internationale de la Rive-Sud.

Centre communautaire GPK  
Community Center  
450 445-8777, poste 232



Photo © Julien Faugère

## CONFÉRENCE DE FRANCINE RUEL

19 h à 21 h

930, rue Saint-Jacques  
Vieux-Longueuil



**Inscription requise**

La Maison Le Réveil  
reception@maisonlereveil.ca  
**maisonlereveil.ca**  
450 670-5268

## SESSION D'INFORMATION JURIDIQUE - TESTAMENT ET SUCCESSION

19 h à 21 h



Pour faire respecter vos volontés en cas de décès, il faut faire un testament. Inform'elle vous invite à sa session d'information juridique. Vous apprendrez les principes et les lois qui régissent la transmission et le partage des biens, les différentes formes de testaments, la succession légale, la liquidation de la succession, etc.

**Inscription requise**

Inform'elle  
droitpourelle@informelle.org  
450 443-3442, poste 221



# MERCREDI 17 MAI

## **SALON DES ORGANISMES**

**9 h 15 à 14 h**

**4250, chemin de la Savane  
Hôtel de Ville de Longueuil  
Saint-Hubert**

Venez rencontrer plus de 30 organismes qui offrent des services et des activités aux personnes âgées sur le territoire. Du café vous sera offert, ainsi qu'une foule de renseignements pertinents.

## **Aîné-Avisé**

**Conférence sur la Fraude**

**10 h à 11 h 15**



Offerte dans le cadre du programme Aîné-Avisé, en collaboration avec la FADOQ Rive-Sud-Suroît et l'équipe des policiers RÉSO.

La conférence sera animée par M. Robert Dufresne (FADOQ).

## **Chorale des Joyeux Retraités**

**14 h**



La chorale des Joyeux Retraités saura vous ravir avec ses nombreuses chansons et ses multiples costumes.



# MERCREDI 17 MAI

## PORTES OUVERTES - AFEAS ST-JOSAPHAT



**Centre Sénéchal**  
**1855, rue Saint-Pierre**  
**9 h à 16 h 30**  
**Vieux-Longueuil**

Rencontre avec des membres de l'Afeas St-Josaphat qui vous feront une démonstration de leur activité de tissage. Vous aurez la possibilité d'essayer de tisser sur un métier et vous pourrez échanger sur les divers dossiers concernant la situation des femmes et des aînés défendus par l'Association.

**Inscription requise**  
514 891-3952

## EXERCICES ADAPTÉS



**10 h à 11 h**  
**6098, Grande Allée**  
**Saint-Hubert**

Une activité pour retrouver et maintenir une flexibilité au niveau des articulations et aider à diminuer les douleurs. Venez améliorer votre santé physique et psychologique.

**Inscription requise**  
Arthrite Rive-Sud  
coordo.activites@arthriterivesud.org



**SCRABBLE**  
**10 h 30 à 12 h**  
**1720, rue De Gaulle**  
**Saint-Hubert**



**Inscription requise auprès de**  
**Catherine Moreau**  
Maison Tournesols  
450 445-9290  
coordoservices@  
maisonournesols.org  
**maisonournesols.org**

**MANDALAS**  
**13 h à 15 h**  
**930, rue Saint-Jacques**  
**Vieux-Longueuil**



Mandalas fournis, apportez vos crayons.

**Inscription requise**  
La Maison Le Réveil  
450 670-5268  
reception@maisonlereveil.ca  
**maisonlereveil.ca**



## INITIATION AU PICKELBALL

13 h à 17 h

3675, rue Rocheleau

Saint-Hubert

(parc Immaculée-Conception)

Apprendre les rudiments de base du pickleball (premier contact avec ce sport).

Club de Pickelball de Longueuil  
pickleball.longueuil@hotmail.com

## CLUB DE MARCHE

13 h à 14 h

1895, rue Adoncour

Vieux-Longueuil

(parc Michel-Chartrand)

Inscription requise

La Maison Le Réveil  
reception@maisonlereveil.ca

maisonlereveil.ca

450 670-5268



## RÉCITAL DE MUSIQUE

14 h à 16 h

930, rue Saint-Jacques

Vieux-Longueuil

Ensemble à cordes Cadence : musique traditionnelle québécoise et celtique.

Ensemble de mandolines et guitares Mandolina : musique baroque.

Inscription requise

La Maison Le Réveil  
reception@maisonlereveil.ca

maisonlereveil.ca

450 670-5268



## SCRABBLE

13 h à 16 h

2027, rue Daniel

Vieux-Longueuil

Inscription requise

Loisirs Saint-Vincent-de-Paul / Champlain-Gamache

lsvpcg@bellnet.ca

450 646-8808





# MERCREDI 17 MAI

## **SESSION D'INFORMATION JURIDIQUE - MANDAT ET RÉGIMES DE PROTECTION**



**13 h 30 à 15 h 30**

**2068, boulevard Édouard  
Saint-Hubert**

Vous désirez vous protéger et protéger vos biens advenant une inaptitude? Inform'elle vous invite à sa session d'information juridique. Vous apprendrez pourquoi et comment rédiger un mandat en cas d'inaptitude, les conséquences légales en cas d'absence de mandat, ce qu'il faut faire si un proche vous nomme mandataire, etc.

### **Inscription requise**

Inform'elle  
droitpouelle@informelle.org  
450 443-3442, poste 221

## **CERVEAUX ACTIFS**

**13 h 30 à 16 h**



Découvrez comme il peut être amusant et bénéfique de faire « bouger » ses neurones!

Diverses activités ludiques et captivantes qui solliciteront les différentes fonctions du cerveau seront proposées lors de cet atelier-conférence virtuel. Plaisir au menu!

Le lien de connexion vous sera envoyé à la suite de l'inscription.

### **Inscription requise**

Santé mentale Québec Rive-Sud  
direction@smqrivesud.ca

**smqrivesud.ca**

450 616-1569

# JEUDI 18 MAI

## **MASSAGE ET JEUX D'ADRESSE**

**9 h 30 h à 11 h 30**  
**1720, rue de Gaulle**  
**Saint-Hubert**

Venez vous détendre les épaules avec un massage professionnel avant de vous lancer dans un jeu d'adresse, où il faudra jouer avec les mots pour obtenir des points!

### **Inscription requise**

Aphasie Rive-Sud  
info.aphasierivesud@gmail.com  
450 550-4466  
[aphasierivesud.ca](http://aphasierivesud.ca)



## **BILLARD SNOOKER**

**10 h à 12 h**  
**930, rue Saint-Jacques**  
**Vieux-Longueuil**

### **Inscription requise**

La Maison Le Réveil  
reception@maisonlereveil.ca  
[maisonlereveil.ca](http://maisonlereveil.ca)  
450 670-5268



## **INTRODUCTION AU TAÏ-CHI TAOÏSTE**

**11 h à 12 h**  
**2151, rue Saint-Georges**  
**Vieux-Longueuil**

Équilibre et harmonie dans une méditation en mouvement.

Institut de taoïsme Fung Loy Kok  
Section Montérégie  
450 679-1018  
[monteregie@taoist.org](mailto:monteregie@taoist.org)



## **JEU DE PALET (SHUFFLEBOARD)**

**13 h à 16 h**  
**Aréna Cynthia-Coull - salle Jubilee**  
**195, rue Empire**  
**Greenfield Park**

Activité offerte en anglais.  
Arrivée dès 12 h 30.

### **Inscription recommandée**

Greenfield Park Pioneer Club  
450 656-8778 ou 450 465-5783



## **DÎNER HOT DOG**

**11 h 30 à 13 h**  
**930, rue Saint-Jacques**  
**Vieux-Longueuil**

### **Inscription requise**

La Maison Le Réveil  
reception@maisonlereveil.ca  
[maisonlereveil.ca](http://maisonlereveil.ca)  
450 670-5268



## **CARTES - PIQUE ATOUT**

**13 h à 16 h**  
**2027, rue Daniel**  
**Vieux-Longueuil**

### **Inscription requise**

Loisirs Saint-Vincent-de-Paul/  
Champlain-Gamache  
lsvpcg@bellnet.ca  
450 646-8808



## SESSION D'INFORMATION JURIDIQUE - RUPTURE DU COUPLE : MARIAGE ET UNION DE FAIT



19 h à 21 h

Vivre une rupture n'est jamais facile. Être bien informé peut néanmoins faciliter la procédure. Que vous soyez marié ou non, cette session d'information vise à répondre à toutes vos questions en matière de séparation. Elle est animée par une professionnelle du droit et touche divers sujets en lien avec le mariage ou l'union de fait : les effets d'une séparation ou d'un divorce, la garde des enfants, la pension alimentaire, le partage des biens, etc.

### Inscription requise pour assister en ligne

Inform'elle  
droitpourelle@informelle.org  
450 443-3442, poste 221

## CONFÉRENCE EN GÉNÉALOGIE - MA VOISINE DÉRANGE, PAR MADAME MICHÈLE GÉLINAS



19 h 30

3500, Grand Boulevard  
Vieux-Longueuil

Qu'ont fait Élisabeth, Julie, Louise, Marie, Rose et plusieurs autres pour déranger leur voisinage il y a de cela 200 ans? Elles ont dérogé aux convenances. L'insoumise épousant son prétendant malgré l'interdiction paternelle, la misérable volant pour nourrir ses enfants, l'adultérine et la défroquée ne sont que des exemples de comportements hors norme de ces femmes ayant toutes vécu dans des municipalités au nord du lac Saint-Pierre, entre Trois-Rivières et Maskinongé. Ces récits biographiques surprenants montrent nos aïeules dans leur intimité et, ensemble, ils éclairent la condition des femmes de l'époque.

### Inscription requise pour assister en ligne

Société de généalogie Saint-Hubert  
sgsh.org



# VENDREDI 19 MAI



## LECTURE À VOIX HAUTE

10 h 30 à 11 h 30

1720, rue De Gaulle  
Saint-Hubert

Venez écouter les comédiennes Manon Arsenault et Célia Guin-Arsenault lire un extrait du roman *Depuis la fenêtre de mes cinq ans* d'Arlette Cousture, inspiré de son enfance.

Présenté par l'organisme à Voix Haute.

**Inscription requise auprès de Catherine Moreau**

coordoservices@

maisonournesols.org

**spectaclesavoixhaute.com**

450 445-9290



## SCRABBLE

13 h à 16 h

930, rue Saint-Jacques  
Vieux-Longueuil

**Inscription requise**

La Maison Le Réveil

reception@maisonlereveil.ca

**maisonlereveil.ca**

450 670-5268



## INITIATION AU QI GONG

10 h à 11 h

1895, rue Adoncour

Vieux-Longueuil

**Annulé en cas de pluie**

Point de rendez-vous : Pavillon d'accueil du parc Michel Chartrand à 9 h 55

Le qi gong est une gymnastique traditionnelle chinoise qui vise l'amélioration de l'état de santé général et de la respiration. Caractérisé par la fluidité, la lenteur et le contrôle du mouvement, il génère une sensation de relaxation autant physique que mentale. Animé par Sebastian Constantine, instructeur de Qi Gong.

**Inscription requise**

Centre communautaire

Le trait d'union

450 647-1107, poste 0



# VENDREDI 19 MAI

## INITIATION AU TAÏ-CHI

11 h 15 à 12 h 15

1895, Rue Adoncour  
Vieux-Longueuil

### Annulé en cas de pluie

Point de rendez-vous : Pavillon  
d'accueil du parc Michel  
Chartrand à 11 h 10

Le taï-chi est une gymnastique énergétique globale qui favorise la circulation de l'énergie dans tout le corps. Par conséquent, il améliore l'équilibre et la posture tout en augmentant la force musculaire. Il contribue également à une saine gestion des émotions en visant une meilleure conscience de soi. Animé par Sebastian Constantine, instructeur de taï-chi.

### Inscription requise

Centre communautaire  
Le trait d'union  
450 647-1107, poste 0



## JEUX DE SOCIÉTÉ

13 h à 16 h

330, rue Gladstone  
Greenfield Park

Le Centre communautaire GPK Community Center vous invite à jouer à des jeux de société pour un après-midi agréable.

### L'animation se fera en français et en anglais.

450 445-8777, poste 290  
info.cgpkc@gmail.com



## LA PHILATÉLIE, POURQUOI PAS !

14 h à 16 h

930, rue Saint-Jacques  
Vieux-Longueuil

Rencontre pour les aînés intéressés à la collection des timbres-poste et à l'histoire postale.

La Société Philatélique de la Rive-Sud  
jppicard51@gmail.com







## **SOIRÉE MIEUX-ÊTRE « AIMER VIEILLIR »** **19 h à 20 h 30**



Comment aimer et apprécier chacune des étapes de notre vie, avec ce qui s'y manifeste? Le *Travail de Byron Katie* est un outil extraordinaire pour mettre en lumière les pensées et les croyances qui nous empêchent d'être en paix.

Le lien de connexion vous sera envoyé à la suite de l'inscription.

### **Inscription requise**

Santé mentale Québec Rive-Sud  
direction@smqrive-sud.ca

**smqrivesud.ca**

450 616-1569

# SAMEDI 20 MAI

## FLÉCHETTES (DARDS)

10 h à 12 h

930, rue Saint-Jacques

Vieux-Longueuil

### Inscription requise

La Maison Le Réveil

reception@maisonlereveil.ca

maisonlereveil.ca

450 670-5268



## INITIATION À LA GÉNÉALOGIE

13 h 30 à 16 h

3500, Grand Boulevard

Vieux-Longueuil

Initiation à la généalogie pour les aînés et réalisation d'un arbre généalogique simple.

Société de généalogie Saint-Hubert  
sgsh.org



## PIXILAB ●

13 h 30 à 14 h 30

2760, chemin de Chambly

Vieux-Longueuil

Grands-parents, venez exprimer votre créativité avec vos petits-enfants en utilisant la brodeuse numérique!

Bibliothèque Georges-Dor

Sophie.royer@longueuil.quebec



# SÉRÉNITÉ AU PARC MARIE-VICTORIN



**Parcours numérique pour petits et grands, narration et harpe**

Activité libre - Disponible tout au long du mois de mai



Savourez le goût du printemps en musique et en nature avec cette expérience unique au parc Marie-Victorin : un parcours numérique à la fois contemplatif, ludique, éducatif et intergénérationnel.

Laissez-vous guider par la voix et la harpe d'Annabelle Renzo sur trois haltes sonores avec différentes installations musicales (harpe, pont-xylo et arbre-tambour).

Téléchargez l'application gratuite **Sérénité Sonore** et partez pour une douce promenade en famille.

**Plus de détails à venir** sur la page  Longueuil est culture

**En collaboration avec**  
le Festival Petits bonheurs  
Longueuil  
450 463-7181

**Point de départ suggéré :**  
parc archéologique de la  
Baronnie, situé à l'angle  
des rues Saint-Antoine et  
Saint-Charles Est à Longueuil

# NOS AMBASSADEURS



## **Thérèse Boucher - 93 ans**

Une femme combattante et résiliente qui fait une tonne d'activités au quotidien. Elle a vécu une vie très heureuse en étant mère au foyer pour ses cinq enfants. La recette de sa longévité? Le bonheur!

Très active pour sa communauté, elle vit dans une coopérative où elle a plusieurs corvées qui la garde en forme! Thérèse aime beaucoup l'art, étant elle-même une artiste. L'art est son passe-temps. Elle fait des cartes en fleur, de l'écriture et des poèmes. Thérèse est une femme très aimée par tous ceux qu'elle côtoie.



## **Louiselle Bouffard - 75 ans**

Par son vécu de proche aidante, Louiselle a pour mission de nous humaniser les uns envers les autres. Une artiste déployant ses pinceaux sur la beauté de notre monde, elle excelle par son écoute active envers les besoins exprimés des aînés et de leurs proches.

Sa voix de ténor s'harmonise très bien avec les autres choristes de la Chorale Arc-en-ciel de Longueuil.

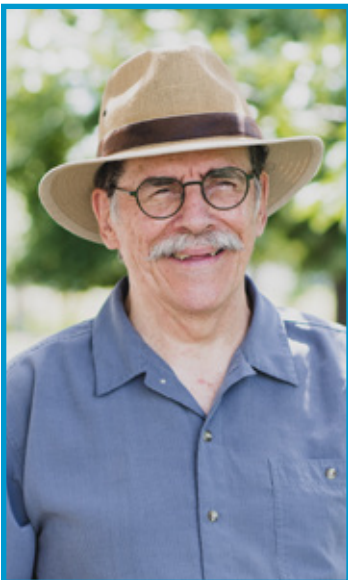
Les obstacles tombent devant sa détermination et pour cette infirmière passionnée, c'est par sa créativité que des solutions émergent.



### **Jim Burgess - 78 ans**

Résident de Greenfield Park depuis peu, Jim représente bénévolement le Répit aînés Montérégie et le Greenfield Park Pioneers Men's Club auprès des tables et organismes locaux afin de s'assurer que les préoccupations des aînés et, plus généralement, des résidents anglophones, sont prises en compte dans les politiques qui les concernent.

Jim est actif au sein de plusieurs groupes, tables et organisations. En plus de veiller à ce que la voix des aînés soit entendue, Jim adore cuisiner. Son plus grand plaisir est d'inviter des amis à dîner.



### **André Savary - 75 ans**

M. Savary est un bénévole d'exception pour le Trait d'union. Il a participé à la campagne de financement lors de la création du centre en 1983. Retraité de l'UQAM depuis 2012 après 28 ans de service comme agent d'approvisionnement, M. Savary s'est inscrit à plusieurs activités offertes par le Trait d'union. Il garde la forme en suivant des cours de yoga et de qi gong.

Depuis 2015, il est l'horticulteur bénévole du centre où il a réalisé l'aménagement paysager il y a sept ans. Depuis, il l'entretient minutieusement et l'enrichit année après année.

Il est un modèle par sa manière de rester actif et par son engagement bien spécial qui consiste à embellir l'environnement de son quartier.



## Johnny Rajolieson - 72 ans

Derrière son apparence sage et réservée, M. Johnny Rajolieson est un homme très actif. À son arrivée au Québec il y a 10 ans, il a suivi une formation comme gardien de sécurité alors qu'il avait déjà 62 ans.

Grand travailleur, Johnny s'est découvert un amour pour le jardinage. En plus de son prolifique potager, il s'occupe d'arbres fruitiers, dont certains sont rares ici. Johnny est aussi un chef cuisinier accompli avec des spécialités appartenant aux cuisines chinoise, française et malgache. Il aime à dire que les membres de sa famille ne vont jamais au restaurant puisqu'ils préfèrent que ce soit lui qui cuisine !

Travaillant et pince-sans-rire, Johnny est un homme généreux et de bons conseils.

# SÉCURITÉ ET BIEN-ÊTRE DES AÎNÉS



**ADHÉREZ À DES RESSOURCES GRATUITES POUR VOUS!**

## • **Connaissez-vous le Centre de services aux citoyens?**

Pour toute demande d'information en lien avec les services de la Ville, pour signifier un incident ou pour déposer une requête, vous pouvez composer le ☎ **311** sur le territoire de Longueuil.

**[311.longueuil.quebec](http://311.longueuil.quebec)**

## • ☎ **211**

Service téléphonique et en ligne, qui permet de trouver des ressources sociocommunautaires de proximité.

**[211.qc.ca](http://211.qc.ca)**

## • **Programme de secours adapté**

Inscrivez-vous auprès du Service de sécurité incendie de l'agglomération de Longueuil afin que votre nom soit ajouté au fichier identifiant les personnes qui pourraient avoir besoin d'une assistance particulière au moment d'une situation d'urgence.

**[longueuil.quebec/secours-adapte](http://longueuil.quebec/secours-adapte)  
450 463-7038**

## • **Ligne Aide Abus Aînés**

**1 888 489-2287**

## • **Programme PAIR**

Service personnalisé d'appels automatisés offert par le Centre de bénévolat de la Rive-Sud, qui joint les aînés 7 jours sur 7 pour s'assurer de leur bon état de santé.

**450 679-5916**

**[pair@benevolatrivesud.qc.ca](mailto:pair@benevolatrivesud.qc.ca)**

## • **Système d'alerte automatisé** **Parce que chaque minute compte**

Outil qui permet au personnel de la sécurité publique de la Ville de Longueuil de vous informer rapidement lors de situations d'urgence qui pourraient survenir dans votre quartier ou sur l'ensemble du territoire. Pour vous assurer de recevoir les alertes de la Ville, inscrivez-vous à la liste d'envoi en remplissant le formulaire d'inscription à **[longueuil.quebec/on-vous-appelle](http://longueuil.quebec/on-vous-appelle)**.

Si vous n'avez pas accès à une connexion Internet et que vous souhaitez vous inscrire, nous vous conseillons :

- de téléphoner au 311;
- de vous présenter dans l'une des bibliothèques de Longueuil.



# MARCHE DROIT DEVANT CONTRE LA MALTRAITANCE

2<sup>e</sup> édition

**15 juin 2023, à 13 h**

**Journée mondiale de lutte  
contre la maltraitance  
des personnes âgées**

**Parc de la Cité, pavillon d'accueil  
(6201, boulevard Davis, Saint-Hubert)  
Parcours de 1,2 km**

La Marche est organisée par la Table de concertation Alliance-aînés

[longueuil.quebec/aines](http://longueuil.quebec/aines)



311

**longueuil**  
The logo for the city of Longueuil, featuring the name in a serif font with a stylized wave graphic underneath.

