

# Le bulletin au fil des ans

3225 rue Courchesne, secteur Tracy, 450 742-4144



Quelle belle période de température après un été plutôt moche, On ne se plaindra pas.

Dans le Centre, les personnes responsables font un excellent travail au profit de tous ceux qui s'impliquent.

Il y a quelques changements. Le jeu de cartes Canasta a déménagé au

201 (la galerie d'art) pour offrir plus d'espaces aux joueurs; ils jouent actuellement à 8 tables.

Avec le mois d'octobre, il est difficile d'entrer dans le boulodrome mais nous en sommes rendus là. Le washer sera lancé très rapidement.

Message important:

Tous ceux qui prennent une case au prix de 10\$ par année, doivent payer leur dû; après le 15 octobre, ce sera 15\$.

*Gilles Paradis, coordonnateur*

## ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

Cet été, Nous avons planifié des activités pour les samedis de septembre à décembre, malheureusement, ce fut beaucoup difficile que prévu. Nous allons vous présenter les samedis d'octobre.

Le **30 septembre**, une chanteuse, Madeleine Dutremble, a donné son spectacle devant une belle salle.

Le **7 octobre** sera la soirée des danseurs et danseuses avec le professeur Michel.

Les **13 et 14 octobre**, vendredi soir et le samedi, toute la journée, c'est le congrès des AA de la région.

Le **21 octobre** pourrait être intéressant : ce serait une **soirée country** de 19 h à 22h au coût de 20\$ ( voir page 3)

Le **28 octobre**: souper musical de l'Halloween... déguisements suggérés. Le souper sera un buffet. Soirée danse avec Michel Tremblay.

Un spécial : Cet été, une équipe théâtrale cherchait un endroit pour pratiquer leur pièce: les employeurs de la ville avaient fermé toutes les portes.

Céline Crête, responsable de cette troupe, La Doublure, est venu cogner à notre porte pour utiliser un local tous les dimanches. Grâce à nous, cette pièce sera jouée les 21, 22 et 28, 29 octobre en après-midi au Centre Culturel.

Et nous du Centre récréatif, nous profiterons de la troupe le samedi soir 2 décembre. Le billet sera de 10\$ et seront en vente dès la semaine prochaine au secrétariat.

«Dans la pièce, on découvre Danny qui ne sait pas exprimer ses émotions autrement que par la violence... Le jeune homme maussade est dégoûté.»

«La pièce équivaut à s'asseoir au bord du ring pour regarder un combat haut en couleurs.»

## Danny et Roberta

40

Centre  
Récréatif

450 742-4144



Pièce de théâtre  
2 décembre 2023

19h 30

Billet : 10\$

Bar ouvert à 18h 30



## Retour sur le premier souper de l'année

samedi 23 septembre 2023, 93 membres attendaient ce repas mais aussi les membres avaient besoin de parler. Je suis arrivé au Centre vers 4h 45 et plus de 80% des gens étaient déjà arrivés. Il me semble que ça parlait plus que d'habitude et tous de bonne humeur. À 5h 30, les 2 responsables de la nourriture nous ont offert de commencer plus tôt le souper. Bien sûr! Excellent le repas principal : porc mariné avec sauce au poivre, et le dessert : un gâteau qui fondait dans la bouche avec sa crème glacée.

Rapidement, les tables à l'arrière se sont déplacées dans le but de donner le plus de place aux danseurs; le plancher de rempli. plusieurs s'étaient ennuyés et on le sentait. Michel Tremblay, notre professeur de danse, leur a fait plaisir. Pour terminer cette belle soirée, Mario Paquet, l'artiste invité, a fait danser tout en donnant son show.



Une salle bien remplie!



Deux bons travailleurs!



3 secrétaires et la vice-présidente Noëlla; Thérèse et Nicole debout et Audette à droite.



Des belles tablées de gens heureux!

# ACTIF ET AUTONOME = HEUREUX



# **Soirée Country Retro**

**Présenté par PiGiro Show**

**Samedi 21 Octobre de 19 hrs à 23 hrs**

**Musique et Danse**

**20\$**



**Pierre Duhamel**



**Richard Tailly**

**19 hrs et 22 hrs**

**Eric Constantineau**

**Crooner ★**



**20 hrs**

**Sonia Champagne**



**21 hrs**

**Bar sur place**

**Centre récréatif au fil des ans**

**3225 rue Courchesne, Sorel-Tracy**



A tous les jeunes qu'on a connus... avant  
Et qui sont des vieillards... maintenant !

A toutes ces filles jadis si coquettes  
Maintenant en maison de retraite.



Pour nous souvenir, prenons un instant  
Tant qu'il en est vraiment encore temps !

A tous ces garçons, hier si charmants  
Et qui, aujourd'hui, sont grisonnants,

A toutes ces filles en mini-jupettes  
Ridées désormais comme des poires blettes,



J'envoie ce message important  
Pour nous moquer un peu de nos tourments.

On vieillit, on vieillit,

On est de plus en plus raplati, raplati.

On a la mémoire comme une passette

On a du mal pour enfiler nos chaussettes.

On est tout rabougri, déjà amorti,

On oublie même parfois ses anciens amis.



A tous mes virtuels correspondants  
Qui sont chaque jour devant leur écran

A tous mes amis qui, par internet,

M'envoient souvent des "blagounettes",

Je souhaite qu'encore longtemps

Nos échanges soient récurrents.

Amitiés à tous !



Ceux qui se plaignent de vieillir doivent se rappeler  
que c'est un privilège refusé à beaucoup !



# Photos de septembre



Une belle salle



Le moitié-moitié a été gagné par Louise Hills (145\$)



La Barmaid et son compagnon



Des gens heureux autour d'une table ronde



Debout à gauche, notre excellente photographe du Centre depuis 2009, Antoyne Fournier.



# L'autre Rive

Bienvenue à vous tous qui voulez améliorer leur qualité de vie, si précieuse soit-elle et par surcroît, celle des personnes que vous aimez. Aspiration qui nous convie, d'une part, à une sensibilisation de notre santé physique, psychologique et mentale et d'autre part, à une quête spirituelle, en conscience, à trouver la clef qui ouvre cette porte intérieure du cœur, source de Sensibilité, de Joie, d'Amour et de Paix intérieure.

C'est donc avec plaisir que je vous invite à participer à nos rencontres de croissance personnelle; rencontres qui vous mèneront vers des sentiers intérieurs inexplorés, vers l'autre rive.

Pour de plus amples informations, veuillez lire la table des matières ou communiquer avec Léo Fournier au 450-743-1812 ou MichelDumas au 450-742-7033.

Amicalement vôtre, Léo

## L'AUTRE RIVE : UN PASSAGE VERS L'INTÉRIORITÉ.

Ci-dessous, voici un bref aperçu des sujets traités lors de nos futures rencontres.

De façon imagée, la traversée vers l'autre rive est une recherche à la découverte de notre nature véritable, notre vrai « JE ».

### Table des matières .....

.....  
.....

- 1- Partage sur le but des réunions.  
Examen de la Table des Matières.  
La voie du cœur vs la connaissance ou les deux.
- 2- Méditation pleine conscience:  
Prêter attention au moment présent; à nos pensées, nos émotions,  
à nos sensations corporelles avec sérénité et sans jugement.  
Facilite la détente & permet de goûter le Soi.  
Prise de conscience de l'impermanence, & du "témoin silencieux" transcendant-- non identifié  
& de l'énergie vitale (Kundalini).
- 3- Le sens de ma vie et de la vie.  
Le Qui suis-je ? L'aveu d'ignorance : "je" ne sais pas !  
"Je" je suis pas ceci, pas ceci; neti, neti...
- 4- L'évolution de la nature humaine & spirituelle
- 5- Conscience & Perception.  
Prendre conscience de quelque chose, de la conscience.  
Conscience vs la Connaissance. Interdépendance.
- 6- Le Mental & la conscience séparatrice :  
Ignorance, dualité, illusion (Mâya), réaction, opposition. Questions & réponses.
- 7- L'ego & l'identification au "je", au "moi".
- 8- Le « Mal être » : Sa raison d'être ? Transformation.
- 9- L'accueil, non résistance, lâcher prise, l'abandon,  
acceptation, l'offrande, le détachement.
- 10- Naître de nouveau : S'éveiller à l'intériorité; à  
aux fruits du cœur (Âme, Soi, Psychisme, l'Esprit):  
Joie profonde -- Rire -- Amour (compassion,  
compréhension) -- Sérénité (Paix, Tranquillité, Silence  
intérieur) -- Sensibilité -- Gnose -- Connaissance  
(Intuitions, idées) -- Gratitude.