

# PC express

Octobre 2024

Bonjour chères et chers membres,

La saison d'automne bat son plein et il fait bon vous retrouver! Plusieurs d'entre vous nous ont demandé pourquoi le Café des aînés porte maintenant le nom de **Café Boisjoly**? En fait, c'est suite à l'initiative d'un membre de longue date, Serge Lavoie, qui a soumis cette proposition lors de l'assemblée générale annuelle de Projet Changement en juin dernier et elle a été appuyée à l'unanimité par les 54 membres présents.

Boisjoly est le nom de famille de Réal, que 99% des membres connaissaient parce qu'il a touché chacun avec son accueil chaleureux, son humour, sa fantaisie et sa gentillesse. Il était bénévole chaque jour et réalisait de nombreuses tâches en plus de s'amuser à décorer le Café à chaque fête... c'était sa deuxième maison comme il disait. Malheureusement il est décédé en début d'année après une courte maladie et son départ a attristé tous ceux et celles qui l'ont côtoyé. Le nouveau nom **Café Boisjoly** traduit la marque que Réal a laissée, l'attachement que tous avaient pour lui et symbolise aussi sa douce folie, que nous essaierons de perpétuer!

Francine Lefebvre, directrice générale

## 1<sup>er</sup> octobre, journée internationale des personnes âgées

Tous les ans depuis 1990, l'importante contribution des aînés à la société est soulignée le 1er octobre. Pour 2024, le thème choisi par la Conférence des Tables régionales de concertation des aînés du Québec est « **Nous, les aînés!** ». Ce thème vise à souligner la fierté des aînés dans leurs contributions quotidiennes à la société et à promouvoir une image positive du vieillissement.

Projet Changement le fera à sa façon dans le Café Boisjoly.

## Prochaines conférences du mardi (un mardi sur deux)

**Salle Chateaubriand, gratuit**

**8 octobre 2024, 13h15**

### Parlons bonne santé mentale !

Conférencière : Anouck Philippe, intervenante à l'organisme Suivi communautaire Le Fil

**22 octobre 2024, 13h15**

### Qu'est-ce que la dégénérescence maculaire ?

Conférencière : Hélène Thibodeau, membre de l'Association québécoise de la dégénérescence maculaire

## **Opportunité de bénévolat**

**Voici de nouveaux postes à pourvoir au sein de l'équipe de bénévoles de Projet Changement**

### **Bénévoles de la nouvelle « cellule techno »**

Si vous pensez avoir les compétences pour soutenir l'inclusion numérique des usagers et membres de Projet Changement qui ont une faible connaissance de l'ordinateur, de la tablette ou du téléphone cellulaire, nous vous invitons à rejoindre la cellule techno! Vous ferez partie d'une équipe de bénévoles et deviendrez un « agent multiplicateur » de vos connaissances.

#### **Compétences recherchées :**

- Bonne connaissance de l'informatique (Outlook, Windows, Réseaux sociaux, etc.)
- Ouverture à parfaire ses connaissances
- Patience
- Entregent
- Capacité à travailler en équipe
- Ponctualité
- Sens de l'organisation
- Respect de la confidentialité
- Intérêt à enseigner aux autres

#### **Ce qui vous attend... ou ce qui est attendu de vous!**

Participer à une mini formation sur le nouveau processus d'inscription en ligne de Projet Changement

Être présent lors des journées d'inscriptions pour aider les personnes qui en besoin à faire leur inscription en ligne

Donner une période d'une demi journée de temps en temps (à déterminer), afin de soutenir les membres qui ont besoin d'un coup de pouce avec l'utilisation de leur appareil (tablette, ordinateur, cellulaire, etc.)

Assister à des formations occasionnelles pour être à jour sur certains changements technologiques

La cellule techno vous intéresse ? Communiquez avec Luisa Olaya **au plus tard le 15 octobre** au 514-521-5145, poste 1992 ou [l.olaya@projetchangement.com](mailto:l.olaya@projetchangement.com)

#### **Projet Changement**

4450, rue Saint-Hubert, bureau 130

Tél.: 514 521-5145

[www.projetchangement.com](http://www.projetchangement.com)

## **Bénévoles au service des repas derrière la table chaude**

À raison de quelques heures par semaine, nous cherchons des mordus du service à la clientèle. Des personnes de nature souriante, en bonne condition physique, pour des remplacements sur appel.

Formation offerte par jumelage avec un.e ancien.e bénévole

La personne doit être en bonne forme physique car le service se fait debout et parfois les plaques de nourriture peuvent être lourdes.

## **Bénévoles à la caisse du Café Boisjoly**

À raison de quelques heures par semaine, nous cherchons des mordus du service à la clientèle. Des personnes de nature souriante, en bonne condition physique, pour des remplacements sur appel.

Formation offerte par jumelage avec un.e ancien.e bénévole

Si ces offres vous intéressent, communiquez avec Luisa Olaya au 514-521-5145 poste 1192 ou par courriel : [l.olaya@projetchangement.com](mailto:l.olaya@projetchangement.com)

## **Poésie japonaise – haïkus à lire sur notre site web**

Des participantes et des participants de l'activité Haïkus vous partagent quelques-unes de leurs créations via le site de Projet Changement : [https://projetchangement.com/wp-content/uploads/2024/09/haikus\\_web-juillet-2024.pdf](https://projetchangement.com/wp-content/uploads/2024/09/haikus_web-juillet-2024.pdf)

Bonne lecture!

## **Date de fermeture en octobre**

Projet Changement sera fermé le lundi 14 octobre en raison du férié de l'Action de grâce.

## **Petit coin écolo**

### **L'avenir c'est la consigne**

OUI, nous avons un bac pour consigner les canettes. Il est situé à droite, dans le couloir qui mène à la salle Chateaubriand et nous avons la chance d'avoir un bénévole qui s'en occupe.

### **Quoi consigner ?**

Toutes les canettes de boisson!

Depuis le 1<sup>er</sup> novembre 2023, tous les contenants de boisson vendus en canette de 100 ml à 2 l seront consignés. Cela inclut les boissons gazeuses et les bières, mais également les eaux pétillantes, les eaux aromatisées, les jus de fruits, les jus de légumes, etc. En fait, toutes les boissons en canette!

### **Projet Changement**

4450, rue Saint-Hubert, bureau 130

Tél.: 514 521-5145

[www.projetchangement.com](http://www.projetchangement.com)