

Le P'tit Bonheur

Aux bonheurs des aînés Lanaudière

Volume 7 Numéro 5é

Spectacle bénéfice d'Aux bonheurs !

Mardi 14 juillet 2026 à 16h00

Je vous invite à venir chanter avec moi, ma guitare et mes trames sonores pour célébrer la vie, l'été, l'amitié et l'amour...

Nous flirterons avec **Joe Dassin, Beau Dommage, Offenbach, Daniel Bélanger, les B.B., Claude Dubois, Bryan Adams, CCR** et plus encore!

OÙ?

Dehors, dans la cour de la Maison des Jeunes à Crabtree au 25, 8e rue.

***S'il pleut, le spectacle se donnera à l'intérieur de l'église de Crabtree.

**Venez avec vos ami.es et votre famille !
Tout le monde est bienvenue!**

Apportez votre chaise.

Il y aura boissons gazeuses et chips à vendre.



COMBIEN?

**Prix d'entrée: Contribution volontaire
Les fonds seront séparés 50-50 entre
Aux bonheurs des aînés et Pascal Olivier**

Le local sera fermé durant les vacances de la construction du vendredi 17 juillet au dimanche 3 août 2026 inclusivement.

Une animatrice prendra les messages de la boîte vocale chaque jour pour les demandes de transports-accompagnements et vous rappellera si vous laissez un message.

Fin juin & Juillet 2026

Lundi
9h à 12h

Mardi
9h à 16h

Mercredi
9h à 12h

Jeudi
9h à 16h

Vendredi
FERMÉ

Halte-Fraicheur

Vous pouvez toujours venir vous rafraichir à notre local sur les heures d'ouverture



Fête au village
Sainte-Marie-Salomé

Samedi le 20 juin
13H00 à 16h00

22

Waskapitan
Joliette

Dimanche le 21 juin
13h00 à 16h00

23

10h00 Club de
marche St-Paul
10h30 matinée
musicale
Dîner
Pique-nique
Antoine Lacombe

24

FERIÉ
FÊTE NATIONALE

25

FERIÉ
FÊTE DU CANADA

26

FERMÉ

29

AM
Auto-Cueillette
Camerises

30

10h00 Club de
marche St-Paul
10h30 matinée
musicale
Pique-nique chez
Pause Jardin

1er juillet
NOUS SOMMES
OUVERTS

11h00 Club de marche
Ste-Marie-Salomé
13h30
Club des artistes

2

Journée aînés au
Camp de jour de
St-Paul

11h00 Club de marche
Crabtree
13h30 Tricot,
jeux, billard
13h30 Club de marche St-
Thomas
15h30 Tour du bloc

3

FERMÉ

6

Journée aînés au
Camp de jour de
Crabtree

Local FERMÉ en PM
Rencontre d'équipe

7

10h30 matinée
musicale
11h00 Club de
marche St-Paul

PM
Visite de Bonsaïs
Gros-Bec

8

11h00 Club de marche
Ste-Marie-Salomé
13h30
Club des artistes
13h30
Improvisation

9

11h00 Club de
marche Crabtree
13h30 Tricot,
jeux, billard
13h30 Club de
marche St-Thomas
15h30
Tour du bloc

10

FERMÉ

13

PM Conférence
Maison La
Traverse

14

11h00 Club de
marche St-Paul

13h00
SPECTACLE
BÉNÉFICE

15

11h00 Club de marche
Ste-Marie-Salomé
13h30
Club des artistes

16

11h00 Club de
marche Crabtree
13h30 Tricot,
jeux, billard
13h30 Club de
marche St-Thomas
15h30
Tour du bloc

17

FERMÉ
Début des vacances



Août 2026

Lundi 9h à 12h	Mardi 9h à 16h	Mercredi 9h à 12h	Jeudi 9h à 16h	Vendredi FERMÉ
3 Journée aînés Camp de jour St-Thomas	4 10h30 Matinée musicale 11h Club de marche St-Paul 13h30 Café rencontre	5 10h LFL Camp de jour St-Thomas 11h Club de marche Ste-Marie-Salomé 13h30 Club des artistes	6 11h Club de marche Crabtree 13h30 Club de marche St-Thomas 13h30 Tricot, jeux, billard 15h30 Tour du bloc	7 FERMÉ
10 10h LFL Camp de jour St-Paul 13h30 Activité soins du visage	11 10h30 Matinée musicale 11h Club de marche St-Paul PM Mini-Golf Ste-Béatrix	12 10h LFL Camp de jour St-Thomas 11h Club de marche Ste-Marie-Salomé 13h30 Club des artistes	13 11h Club de marche Crabtree 13h30 Club de marche St-Thomas 13h30 Tricot, jeux, billard 15h30 Tour du bloc	14 FERMÉ
17 10h Groupe d'écriture  13h30 Activité mocktails	18 10h30 Matinée musicale 11h Club de marche St-Paul PM Visite de l'atelier du Trusquin à bois	19 11h Club de marche Ste-Marie-Salomé 13h30 Club des artistes	20 11h Club de marche Crabtree 13h30 Club de marche St-Thomas 13h30 Tricot, jeux, billard 15h30 Tour du bloc	21 FERMÉ
24 Local FERMÉ en PM Formation de l'équipe	25 Épluchette et 1er match de notre club d'impro 	26 11h Club de marche Ste-Marie-Salomé 13h30 Club des artistes 13h30 Club de lecture	27 11h Club de marche Crabtree 13h30 Club de marche St-Thomas 13h30 Tricot, jeux, billard 15h30 Tour du bloc	28 FERMÉ
31 FERMÉ toute la journée	1er septembre 10h30 matinée musicale 11h00 Club de marche St-Paul Café rencontre	2 11h00 Club de marche Ste-Marie-Salomé 13h30 Club des artistes	3 Fête des aînés Ville de Crabtree	4 FERMÉ

Sorties culturelles

Covoiturage pour se rendre et nous offrons une collation !
Si vous êtes membre, les sorties sont gratuites !

Pique-nique chez Pause Jardin à Saint-Paul

Mardi 30 juin pour dîner



Lapins, poules, alpagas et chèvres. Dans un jardin de plantes comestibles. Tisane et dessert compris !



Autocueillette de camerises Lundi 29 juin AM



Autocueillette de camerises à "Camerise et Compagnie" de l'Assomption. Petit panier compris !



Visite de Bonsaïs Gros-Bec

Mardi 7 juillet PM

Visite des jardins et des serres. Des centaines de bonsaïs à admirer. Apprenez-en plus sur cette technique ancestrale.



Visite de l'atelier du Trusquin à bois, un jouettier

Mardi 18 août PM

Situé à Sainte-Marie-Salomé, M. Serge Dupras confectionne des jouets en bois dans son atelier de menuiserie. Venez visiter, en apprendre davantage sur sa passion et sentir la bonne odeur de bois coupé.

Mini Putt

Mardi 11 août en PM

Venez jouer pour le plaisir à Sainte-Béatrix comme l'année dernière. Plaisir garanti !



**Inscription obligatoire
pour toutes les sorties**

**Contactez nous
pour plus d'informations
(450) 754-2348**

abdalanaudiere@gmail.com

Activités spéciales

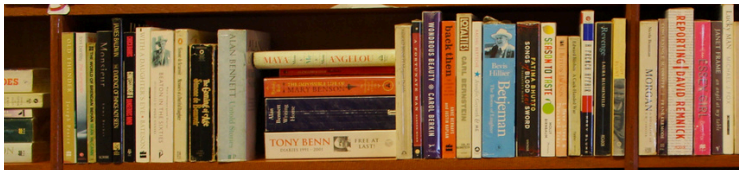


Club de lecture d'été

Mercredi 17 juin 13h30 à 15h30

Mercredi 26 août 13h30 à 15h30

En toute simplicité, les participants et participantes se partagent des coups de cœur et des suggestions de lectures.



Fête au village Sainte-Marie-Salomé

Samedi 20 juin

de 13h00 à 16h00

au Terrain des loisirs

Avec Kathleen & Pascal Olivier

Une occasion de sortir avec vos enfants et petits-enfants.
Créons de bons souvenirs en famille.
Venez nous voir au kiosque d'Aux bonheurs des aînés !

Waskapitan

21 juin en après-midi

C'est la Journée internationale des peuples autochtones. C'est le solstice d'été.
C'est une occasion de découvrir la culture Atikamekw.

Aux bonheurs des aînés tiendra un kiosque au centre-ville de Joliette dans le cadre de la fête organisée par le Centre d'amitié autochtone de Lanaudière. Venez nous donner un coup de main !

Café rencontre d'été
En cette période d'inflation, venez échanger vos trucs pour économiser à l'épicerie.
Mardi 4 août à 13h30



Activités pour femmes seulement

Soins du visage

Lundi 10 août en PM

au local d'Aux bonheurs

Une esthéticienne viendra nous entretenir des bons gestes à poser matin et soir pour avoir une belle peau.



Les mocktails

Lundi 17 août en PM

au local d'Aux bonheurs

Kathleen vous partagera ses recettes et ses trucs pour boire de délicieux cocktails sans alcool. Savoureux et meilleur pour la santé !



**Oui, on continue à marcher tout l'été !
Joignez vous à nos clubs de marche vous aussi.**

Mardi	Mercredi	Jedi	Vendredi
11h00 à Saint-Paul	11h00 à Sainte-Marie-Salomé	11h00 à Crabtree	9h30 à Saint-Liguori
Toutes les personnes de 55 ans et plus sont bienvenues dans n'importe quel club de marche, peu importe leur lieu de résidence. Pas besoin d'être membre !		13h30 à Saint-Thomas	
		Le Tour du bloc à 15h30 à partir du local d'Aux bonheurs	

Toute personne se présentant à un club de marche, recevra une carte de fidélité "Aux bonheurs des aînés" ! Lorsque vous venez à un club de marche, on poinçonne votre carte.
Au bout de 20 poinçons = une carte cadeau d'épicerie ou de pharmacie !

Il est toujours temps de participer !

rafflebox

Nous faisons un tirage moitié-moitié
via le site sécurisé Rafflebox.

Vous pouvez acheter des billets pour courir la
chance de gagner 50% du montant amassé.

Voici le lien pour accéder au site Internet
www.rafflebox.ca/fr/raffle/abdal

Prix des billets

50 pour 50 \$

10 pour 20 \$

3 pour 10 \$

1 pour 5 \$

Besoin d'aide pour acheter vos billets en ligne ?
Un membre de l'équipe peut vous aider.

Ventes des billets
du 1er avril 2026
au 14 juillet 2026

**TOUT le monde peut participer, pas
seulement les membres.**

Date du tirage
14 juillet 2026

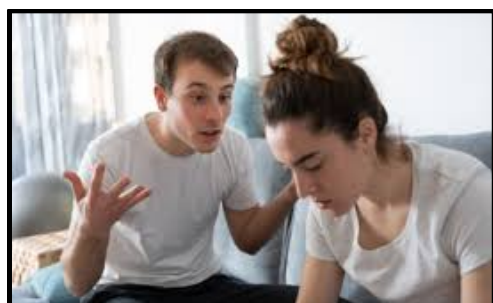
Parlez-en à vos proches et vos amiEs

Vous vous inquiétez pour votre voisine, votre soeur, votre fille ?

Vous trouvez que son conjoint, ou son ex, est pas mal contrôlant ?

Conférence avec la Maison La Traverse à la
bibliothèque de St-Paul le **13 juillet à 13h30**

Venez mieux connaître les signes, les
ressources, les bons mots à dire, quoi faire.



Épluchette de blé d'inde

Mardi 25 août à 11h00
Dans notre cour arrière



Venez voir notre premier
 match d'impro de notre club
 d'Aux bonheurs.
 Plaisir garanti!!



Au menu :

**Épis de maïs, maïs en grain, sandwiches et
 salades, dessert, breuvages et café**

Contribution volontaire acceptée !

Vous devez vous inscrire

450-754-2348 abdalanaudiere@gmail.com



Heures d'ouverture

	AM	PM
Lundi	9h à 12h	13h à 16h
Mardi	9h à 12h	13h à 16h
Mercredi	9h à 12h	13h à 16h
Jeudi	9h à 12h	13h à 16h
Vendredi	Fermé*	
Samedi	Fermé	
Dimanche	Fermé	

*Parfois ouvert lors d'activité
 prévue à l'horaire

Directrice générale : Julie Thériault

Coordonnatrice des services : Chloé Wolfe Côté

Intervenante auprès des aînés : Valérie Douville

Animatrices/ animateur à temps plein :

Kaëly Lamontagne, Kathleen Quirion et Pascal Olivier Péloquin

Animatrices à temps partiel : Rachel Jetté et Hélène Charette

Services de transport-accompagnement

Réservations par téléphone du lundi au jeudi

Transports offerts de jour, de soir ou de fin de semaine.

☎ 450-754-2348

@ abdalanaudiere@gmail.com

🌐 www.auxbonheursdesaines.com

📘 Aux Bonheurs des Aînés Lanaudière

📍 222, 4e Avenue, Crabtree, Qc J0K 1B0

