

Le Journal de La Station

Printemps 2014

Élaboré et réalisé par



201 Berlioz,
Ile-des-Sœurs
514.766.4301

station@actionpreventionverdun.org

www.actionpreventionverdun.org

L'équipe

Le directeur

Daniel Bélanger

Le coordonnateur

Kunthy Chhim

Les animateurs

Andréanne Lamonde

Albert Lamontagne

Les profs

Jérôme Harou (*Club de photo*)

Geneviève Leboeuf
(*Bridge*)

Robert Pétrin (*Danse en ligne*)

Diana Carrillo et
Catalina Pereira
(*Espagnol*)

Les heures d'ouvertures de *La Station* pour la période du **7 avril au 28 juin** sont:

Dimanche	Lundi/ Mardi	Mercredi / Jeudi	Vendredi	Samedi
Fermé	10h00 à 18h00	10h00 à 20h00	13h00 à 23h00	15h00 à 23h00

Inscription: 3 et 4 avril de 10h à 20h. Plus

d'information à la page 4.

La Station sera fermée le 21 avril et le 24 juin.

Les activités débuteront le 7 avril et se termineront le 28 juin 2014.

Salon Blanc

La Station, centre intergénérationnel pour adolescents et 50 ans et plus
 Programmation du 7 avril au 28 juin 2014

Site Internet
www.actionpreventionverdun.org

Horaires du Salon Blanc

SALON BLANC	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
AM	10h à 18h 10h30 à 11h30 Danse en ligne Débutant	10h15 à 11h 11h15 à 12h Mise en forme Exercices d'étirement	10h15 à 11h 11h15 à 12h Mise en forme Exercices d'étirement	10h15 à 11h 11h15 à 12h Mise en forme Exercices d'étirement	10h30 à 12h Brunch de l'Île avec conférencier une fois par mois. *des frais peuvent s'appliquer	15h à 23h
PM	13h30 à 15h30 Scrabble Duplicata 16h30 à 17h00 Tricot	13h30 à 15h00 Tai chi libre 15h15 à 16h30 Conférences informatique Initiation	13h15 à 14h15 Espagnol 1 14h30 à 15h30 Espagnol 2 15h45 à 16h45 Espagnol 3	13h15 à 14h30 Conférences informatique Débutant 15h15 à 17h Club de photo	13h30 à 16h30 Initiation au Bridge	15h15 à 16h Mise en forme
SOIRÉE			17h à 21h45 Activités libres	18h30 à 19h30 Danse en ligne Avancé	17h à 21h45 Activités libres	17h à 21h45 Activités libres

Les brunchs de l'île:
 Les brunchs sont généralement au coût de 5\$ pour les membres et 10\$ pour les non-membres et sont payable au plus tard le samedi précédant l'activité. Les vendredis où il n'y aura pas de brunchs La Station ouvrira seulement à 13h.

Pour plus d'information consulter le site internet.

La Station sera fermée:
 Le 21 avril 2014
 Le 24 juin 2014

Inscription le 3-4 avril 2014.
 Début des cours 7 avril.

La Station est ouverte aux 12 à 17 ans ainsi qu'aux personnes de 50 ans et plus au coût de 15\$ par année.

Pour nous joindre: 514.766.4301

station@actionpreventionverdun.org

Salon Noir

La Station, centre intergénérationnel
pour adolescents et 50 ans et plus
Programmation du 7 avril au 28 juin 2014

Site Internet
www.actionpreventionverdun.org

Horaires du Salon noir

<u>SALON NOIR</u>	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
AM	10h à 17h45	10h à 17h45	10h à 19h45	10h à 19h45 10h à 12h Période réservée au ping-pong	13h à 22h45	16h15 à 22h45
PM		12h à 13h30 Période réservée au ping-pong	14h à 16h Période réservée au billard	14h à 16h Période réservée au billard		16h15 à 18h Jeux de groupe
SOIRÉE			18h30 à 19h30 Activités libres	18h30 à 19h30 Activités libres	18h30 à 21h45	18h à 21h45 Activités culinaires

Veillez noter que le Salon Noir ferme 15 minutes avant la fermeture du centre.

La Station est équipée d'une table de billard et de ping-pong, d'une table de baby-foot, d'une console Wii, d'une console PS4 d'une console Xbox, d'ordinateurs et de plusieurs jeux de société.

Les parties grises indiquent que les activités ont lieu dans le Salon Blanc.

Pour nous joindre:

514.766.4301

station@actionpreventionverdun.org

Les inscriptions

**Les inscriptions auront lieu le 3 et 4 avril
2014 de 10h à 20h.**

Il est nécessaire de se présenter aux inscriptions pour les activités suivants;

- **Danse en ligne débutant et avancé**
- **Mise en forme**
- **Exercices d'étirement**
- **Espagnol 1-2 et 3**

Il n'est pas nécessaire de se présenter aux inscriptions pour les activités suivantes;

- **Scrabble duplicata**
- **Les conférences informatique**
- **Le club photo**
- **Initiation au Bridge**
- **Tai chi libre**
- **Tricot**

* Pour les activités qui ne requiert pas d'inscription vous pourrez-vous présenter sur place lors du premier cours.

Description des cours



Danse en ligne débutant ou avancé: Venez apprendre ou parfaire vos pas de danse avec l'aide de notre professeur Robert Pétrin.

Scrabble Duplicata: Pour les amateurs de Scrabble, venez découvrir ce mode de jeu coopératif et amusant.

Mise en forme: Venez développer votre force musculaire et votre capacité cardiovasculaire au son d'une musique entraînante. Souliers de course et serviette de plage obligatoire.

Exercices d'étirement: Venez vous relaxer et vous étirez au son d'une musique douce et agréable. Serviette de plage obligatoire

Espagnol 1,2 et 3: Que vous soyez débutants ou avancés, venez développer vos connaissances de cette langue fascinante. Un livre devra être acheté pour participer aux cours.

Conférences informatique: Une série de conférence sur l'informatique, présentez-vous à celles qui vous intéresse. Les thèmes sont disponible à la page suivante.

Club de photo: Pour les passionnés de la photographie, venez réaliser des projets et échanger autour de vos créations.

Initiation au Bridge: Venez découvrir un des jeux de cartes les plus connus au monde.

Tai chi libre: Venez découvrir ou redécouvrir cette activité pleine de bénéfice pour la santé.

Tricot: Venez vous rejoindre pour apprendre ou tout simplement tricoter en groupe.

Tandem



Les services Tandem, une autre facette d'Action Prévention Verdun

Au delà de La Station, l'organisme Action Prévention Verdun (APV) offre également des services en sécurité urbaine (Tandem) pour tous les résidents de Verdun, incluant l'Île-des-Sœurs, ou encore pour les personnes travaillant sur le territoire sans toutefois y demeurer. Tous les services offerts sont gratuits et confidentiels.

- APV offre des visites-conseils sur rendez-vous: un membre de l'équipe se rend à votre domicile afin d'en évaluer les points forts et les points faibles face aux possibilités de cambriolage ou d'incendie. Cette personne vous rend ensuite, sur place, un rapport écrit indiquant les possibles moyens d'améliorer les points défectueux de votre domicile;

- APV organise également des marches exploratoires: il s'agit ici d'une initiative citoyenne qui permet de réunir quelques volontaires pour une marche sur un trajet donné, habituellement dans un secteur où les citoyens jugent qu'il y a un manque par rapport à la sécurité (signalisation, danger pour l'intégrité physique, etc.). Au moins un membre de l'équipe circule avec le groupe, et ce membre rédige un rapport - avec photos - de cette marche, puis l'acheminera vers les autorités concernées (mairie, STM, SPVM, commerce ou entreprise privée, etc.);

- APV offre également des ateliers en prévention de la criminalité dans les centres communautaires. Ces ateliers sont très larges: prévention de la fraude, saines habitudes sur Internet, les déplacements sécuritaires, prévention des abus envers les aînés, etc.

- APV chapeaute également le projet de travail de milieu pour aînés, géré par le coordonnateur du programme Tandem, et offre également des services de burinage et de référence pour les citoyens.

Pour toute information, veuillez rejoindre Alexandre Boisvert, coordonnateur, au 514-769-8079

Les événements à ne pas manquer

Les brunchs-conférences:



* Veuillez noter que les jours des brunchs passent des mercredis aux vendredis matin!

Les brunchs auront lieu les derniers vendredis de chaque mois. Ils seront généralement au coût de 5\$ pour les membres et 10\$ pour les non-membres. Les non-membres doivent tout de même être âgés de 50 ans et plus. Afin de réserver sa place il faut avoir payer le samedi précédant l'activité.

Voici les dates des brunchs 25 avril, 30 mai et 27 juin. Les sujets seront annoncés en avril.

Les activités spéciales:

Le samedi 26 avril 2014 de 10h à 15h: Conférence sur l'électrification des transports.

« Branchez-vous sur les transports du présent et de l'avenir ! »
Pour tout savoir sur l'électrification des transports, pour découvrir ou essayer une grande variété de modes de transport électrique (Segway, vélo, voiture et autres), assistez à la journée-conférence organisée par l'APRIDS et La Station. Gardez-vous au courant grâce aux présentations électrifiantes des grands experts dans le domaine.

Le retour de notre sortie de golf annuelle approche.

Restez à l'affut des détails qui apparaîtront au cours de la session.