

# 30 ANS

1994

2024

*Par et pour les membres!*



LA COMPAGNIE  
DES JEUNES RETRAITÉS

*Cahier souvenir*

## « LA CJR TOUJOURS FIDÈLE À SES ORIENTATIONS »

Le 9 septembre 1994, un groupe de retraités incorporaient officiellement la CJR. Les lettres patentes indiquaient **trois grandes orientations** :

1. « Réunir des personnes d'âge et d'intérêt homogènes. Faire que ces personnes fassent de nouvelles connaissances et amis »;
2. « Élaborer et réaliser ensemble des projets qui leur conviennent »;
3. « Contribuer comme groupe au mieux-être de leur milieu ».

Depuis ce temps, la CJR a connu de nombreux développements mais elle est demeurée fidèle à ses grandes orientations de départ. En voici plusieurs exemples :

### De nouveaux moyens pour faciliter le vivre-ensemble et contrer l'isolement

- En 2006, adoption de la **Politique de reconnaissance des bénévoles**;
- En 2009 débute une démarche qui conduira à la création du comité **Milieu de vie**. Son mandat : favoriser le développement et la promotion de la dimension « milieu de vie » et faire des recommandations au Conseil d'administration (CA). Il est responsable notamment de l'application de la Politique de reconnaissance des bénévoles et de l'événement annuel soulignant leur contribution, de l'accueil de nouveaux membres ainsi que du dossier santé et sécurité;
- Adoption du **code de vie** en 2012 préconisant les valeurs de l'organisme : accueil, respect, partage, solidarité, équité, entraide et efficacité;
- Nomination d'un **ombudsman** en 2017.

### L'inclusion, un autre moyen de contribuer au mieux-être de la collectivité

Avec le vieillissement apparaissent quelques petites incapacités chez plusieurs personnes âgées, d'où un risque de condamner trop d'entre elles à l'isolement social.

En 2013, les jeunes retraités de 1994 sont moins jeunes. La CJR adopte donc la **Politique sur le vieillissement actif dans la dignité (VAD)** qui vise à développer une approche inclusive et ainsi « permettre à toute personne, malgré ses limitations, de demeurer active et intégrée à l'intérieur des activités ».

La diversité de nos activités et les différents moyens que nous avons adoptés pour l'inclusion favorisent la poursuite de la participation de nos membres.

### Principales réalisations découlant de la Politique d'inclusion

- Formation en 2013 du comité VAD dont le mandat est de conseiller l'organisation pour l'application de la Politique. Le comité est lui-même soutenu par la professeure Émilie Raymond de l'Université Laval;
- Publication en 2019 du **Guide pour l'inclusion des personnes ayant des incapacités dans les organisations pour aînés (GIPIO)**. À partir du contenu de ce guide, une formation a été développée;
- Lancement en 2022 de la **Formation en ligne sur le GIPIO** et depuis, réalisation de nombreux gestes de sensibilisation à la pertinence de l'inclusion (INFO CJR, allocutions, site WEB, PowerPoint, capsules vidéo).



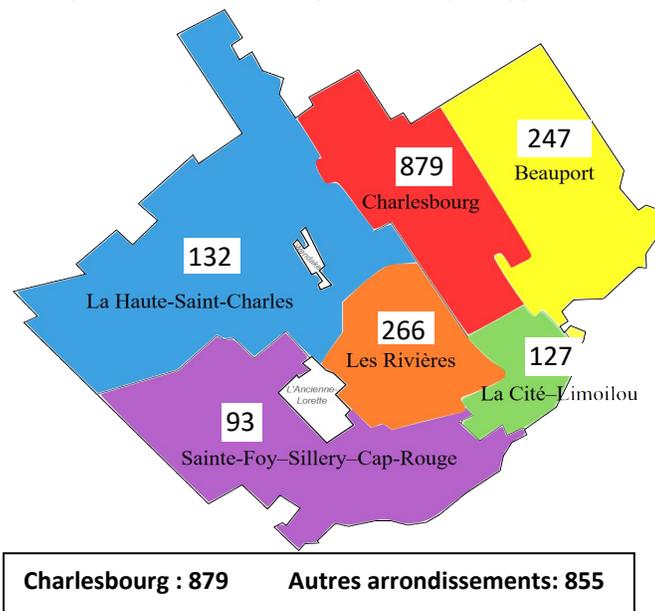
## « MEMBERSHIP ET RAYONNEMENT DANS LA COMMUNAUTÉ »

La CJR est une initiative de jeunes retraités de Charlesbourg et elle a connu une croissance rapide et constante du nombre de membres.

Cet organisme est d'abord réservé aux résidents âgés de 50 ans et plus demeurant à Charlesbourg. Rapidement, son succès auprès des aînés a fait écho et suscité un intérêt dépassant les frontières de ce territoire. Pour admettre les non-résidents, on exigeait le parrainage par un membre de Charlesbourg. Ce n'est qu'en 2007 que la CJR a accueilli les gens de la Ville de Québec et des environs.

Voici la répartition géographique de notre membership au 31 décembre 2023.

NOMBRE DE MEMBRES PAR ARRONDISSEMENT



## « BÉNÉVOLAT ET RECONNAISSANCE »

Dans le souhait des membres fondateurs de la CJR, la notion du « **Par et Pour les membres** » était présente et a fait partie des orientations fondatrices. Ainsi la contribution des membres bénévoles devient au fil des ans le pilier de notre organisation.

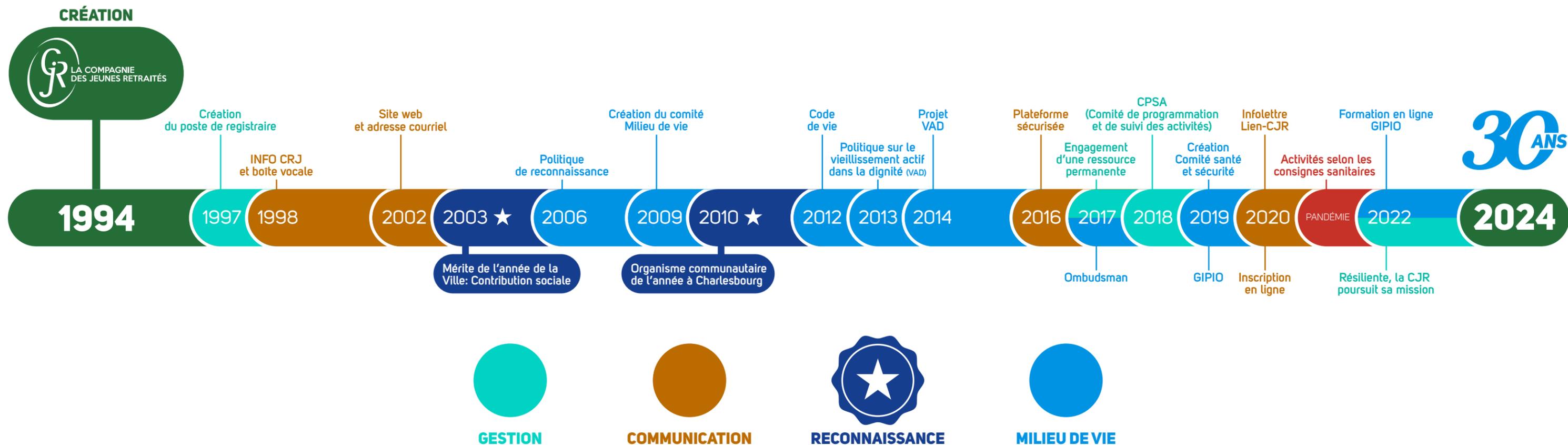
Dès ses débuts, la CJR a connu non seulement une hausse de son membership mais également une augmentation du nombre de bénévoles. En fait, la présence de bénévoles rend possible la réalisation d'activités, lesquelles attirent la participation de nouveaux membres, les 2 agissant de pair. Déjà après 10 ans, soit en 2004, 150 bénévoles étaient impliqués; en 2024, nous comptons 225 bénévoles.

Consciente de leur importance et afin de souligner leur contribution significative, la CJR adopte en 2006 une Politique de reconnaissance des bénévoles. Celle-ci connaîtra divers ajustements dont l'ajout d'un prix Milieu de vie en 2011, qui permet de reconnaître une équipe. Puis, en 2014, on intègre à la Politique la notion de « membre à vie ».

Depuis 2007, le conseil d'administration invite l'ensemble des bénévoles à une rencontre au cours de laquelle leur contribution au succès de la CJR est soulignée. Remis au départ lors de l'assemblée générale, les prix de reconnaissance sont décernés, depuis 2018, lors de la Soirée de reconnaissance.

La ligne du temps des pages 4 et 5 vous offre des informations concernant l'évolution du membership et celle de l'implication des membres à titre de bénévoles.

# ÉVOLUTION DE LA CJR



*Saviez-vous que...*

- Jusqu'en 2000, une chaîne téléphonique de 40 bénévoles servait à informer et inscrire les 750 membres aux activités.
- La CJR a fait partie de la FADOQ jusqu'en 1999.
- En vue de son 400e anniversaire, la ville de Québec a mandaté la CJR pour l'organisation de la « Fête des aînés ».
- La CJR a contribué à l'élaboration d'un guide et d'une formation en ligne pour l'inclusion des aînés ayant des incapacités (GIPIO)

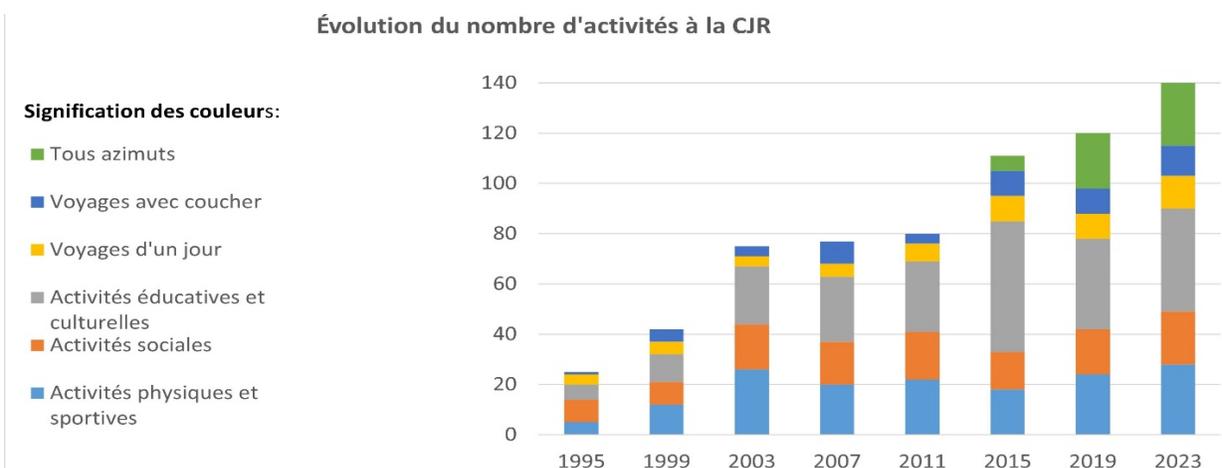
	Membres	Bénévoles
<b>1994</b>	102	32
<b>2000</b>	750	60
<b>2005</b>	1200	175
<b>2010</b>	1250	200
<b>2015</b>	1900	225
<b>2019</b>	2242	270
<b>2020</b>	1101*	250
<b>2022</b>	1694	215
<b>2024</b>	1795	225

\* En raison de la pandémie, baisse du membership; continuité de l'engagement des bénévoles mais implication variable.

## « NOS ACTIVITÉS »

Au cours des 30 dernières années, les nombreux bénévoles de la CJR ont su mettre au point une programmation d'activités de plus en plus intéressante. Ces activités sont en effet :

- **Nombreuses et en expansion** : de 1995 à 2023, le nombre d'activités est passé de 25 à 140;
- **Diversifiées** : activités culturelles, sociales, sportives, sorties d'un jour, voyages et conférences;
- **Stimulantes** : afin de maintenir l'autonomie et l'implication des membres, des efforts particuliers sont déployés pour créer un environnement favorisant le bien-être des participants.



Le développement de l'offre d'activités a obligé la CJR à se structurer pour assurer la coordination et la gestion de celles-ci :

- En 2000, nomination de 2 coordonnateurs de secteurs (Activités physiques et sportives et Activités socio-culturelles et voyages), membres du CA, pour veiller à la réalisation des activités;
- Au fil des années, une nouvelle répartition de secteurs d'activités justifiera l'ajout de 2 autres coordonnateurs; la création de Tous Azimuts en ajoutera un 5ième;
- En 2016, le CA souhaite se consacrer à la gouvernance et confier les opérations à une autre instance. Il crée le comité de gestion et de planification des activités (CGPA). Il deviendra en 2018 le Comité de programmation et de suivi des activités (CPSA) composé notamment des coordonnateurs pour assurer la cohérence du calendrier de programmation, la qualité, la variété et la réalisation des activités. Toutefois, ce n'est qu'en 2019 que le CA délèguera l'approbation de la programmation au CPSA;
- En 2017, tout le travail est réalisé par des bénévoles. Considérant son ampleur, la CJR procède à une première embauche d'une coordinatrice générale (administration, services aux membres, programmation des activités); cette décision vise à assurer la pérennité de la CJR par l'établissement d'une permanence;
- De 2020 à 2022, malgré la pandémie qui affecte l'organisme, la CJR réussit à maintenir le lien avec ses membres et à rétablir son offre d'activités;
- Aujourd'hui, enrichie de quelques expériences, la CJR poursuit ses travaux pour se doter de structures assurant la pérennité de l'organisation, la coordination de l'ensemble des activités et de l'administration, en tenant compte de ses besoins et de sa capacité financière.

## « EN CONTACT AVEC SES MEMBRES »

En 1994, vous vous en doutez bien, peu nombreux, les membres étaient suffisamment près les uns des autres pour se tenir informés de ce qui se passait au sein de la CJR. Une chaîne téléphonique formée de 16 bénévoles a d'abord été organisée pour informer les membres au sujet des activités offertes. Toutefois, le nombre de membres a rapidement cru et la tâche est devenue colossale.

En 1998 apparut la première édition de l'**INFO CJR** pour fournir l'information sur les positions du CA et les activités passées ou futures, émettre des opinions ou échanger. Nait aussi une **boîte vocale** qui servait de lieu d'information sur les activités et d'inscription.

Le registrariat et la gestion comptable étant informatisés, la CJR se procure un premier **ordinateur**. Et c'est en 2002 que la CJR se dote d'un **site WEB** et que la communication avec les membres est possible par **courriel**.

En 2016, pour faciliter l'adhésion, l'inscription et le suivi de la fréquentation aux activités, la CJR s'équipe d'une **plateforme** sécurisée déjà testée par d'autres organismes. Du soutien concernant son utilisation est offert. Au fil du temps, les membres se familiariseront avec ce nouvel outil.

Quelques années plus tard, cette **plateforme** constituera le moyen principal pour toute adhésion et inscription; elle assurera aussi une gestion fiable des ressources humaines et même financières de la CJR.



Pendant la pandémie, pour rester en contact avec les membres, est lancée une **Infolettre** qui permet d'aviser les membres des travaux toujours en cours à la CJR et de les inviter à diverses activités virtuelles (conférences, conversation anglaise, présentations...).

Aussi, l'isolement imposé par la pandémie a forcé plusieurs membres et bénévoles à expérimenter de nouvelles technologies, notamment les modes virtuels de communication tels que les **visioconférences**. Pour maintenir le contact avec ses membres, la CJR organise et offre quelques activités virtuelles soit des conférences, rencontres et ateliers de conversation anglaise.

Au sortir de la pandémie, la CJR effectue le virage définitif vers **l'inscription en ligne**. Ces changements nécessitent en parallèle la mise sur pied de sessions de formation ainsi que la rédaction de guides sur l'utilisation de nouveaux outils. Des ateliers IPAD sont offerts gratuitement lors des Lundis PM.

En 2022, on décide de transformer l'INFO CJR en une **Publication annuelle**, qui rend compte des diverses informations concernant l'administration, les services, la contribution généreuse des bénévoles, la variété des activités et le plaisir des participants. Cette publication se veut un outil d'information et de promotion pour l'organisme, les membres et futurs membres. La **Programmation d'activités** continue à être publiée 3 fois l'an, soit au début de chaque saison.

La CJR continue à relever le défi de demeurer à la fine pointe de la technologie selon sa capacité financière, afin de rayonner dans la communauté et pour rendre l'organisation attrayante auprès d'une nouvelle clientèle.

## « MOT DE LA PRÉSIDENTE »

**« Quelle fierté de présider La Compagnie des Jeunes Retraités (CJR) qui a maintenant 30 ans!  
Célébrons cet anniversaire! »**

Depuis sa fondation, la CJR poursuit sa mission initiale de réunir les aînés pour partager de bons moments. La gamme variée et intéressante d'activités et l'intérêt des membres envers celles-ci démontrent que la mission de la CJR est toujours d'actualité et répond à un besoin. De plus, la provenance de ses 1800 membres qui ont choisi la CJR témoigne de sa renommée et de son importance sur le territoire de la Ville de Québec.

En effet, la CJR se distingue par ses actions en matière d'inclusion. Elle est soucieuse du bien-être de ses membres et s'assure de créer un milieu où il fait bon d'être. Elle aspire à maintenir leur participation aux activités pour lutter contre l'isolement et pour favoriser le maintien de leur autonomie, leur santé physique et psychologique.

Aussi, nous bénéficions de l'engagement et de la contribution des membres bénévoles à qui on doit l'existence de l'organisme puisqu'ils mettent à profit leur expérience et leurs compétences au service de leurs pairs. Nous reconnaissons leur apport significatif et généreux qui constitue le cœur de la CJR, qui contribue à sa pérennité et qui préserve son identité. C'est d'ailleurs ce rôle joué par les bénévoles qui a influencé le choix de notre slogan « **Par et pour les membres** » pour souligner le 30<sup>e</sup> anniversaire :



Nous pouvons donc être fiers de faire partie d'une organisation reconnue, qui s'est développée, qui a su s'adapter aux changements et qui s'est fait une place de choix dans la communauté.

**MERCI À TOUS CEUX QUI, AU FIL DES ANS, ONT BÂTI ET FAIT GRANDIR LA CJR,  
MEMBRES ET BÉNÉVOLES**

Enfin, le contenu de ce cahier souvenir se veut fidèle au parcours de la CJR. Nous souhaitons qu'il suscite, pour chacun des membres, la fierté d'en faire partie.

**Merci aussi à ceux et celles qui soutiennent la CJR :** Ville de Québec, Jonatan Julien député de Charlesbourg, Pierre Paul-Hus député de Charlesbourg – Haute-Saint-Charles, Jean-Sébastien Lessard REMAX Référence 2000, IGA extra Coop Charlesbourg, Chartwell Résidences pour retraités, Complexe funéraire Sylvio Marceau, Les Ressources De Marie, Resto-Brasserie Le Grand Bourg, Assurances Isabelle Roy Inc. (Beneva), Oricom et enfin Bar Laitier Fluo S'amuse.

**Restez avec nous, l'aventure n'est pas terminée!**

**Céline Bédard**