

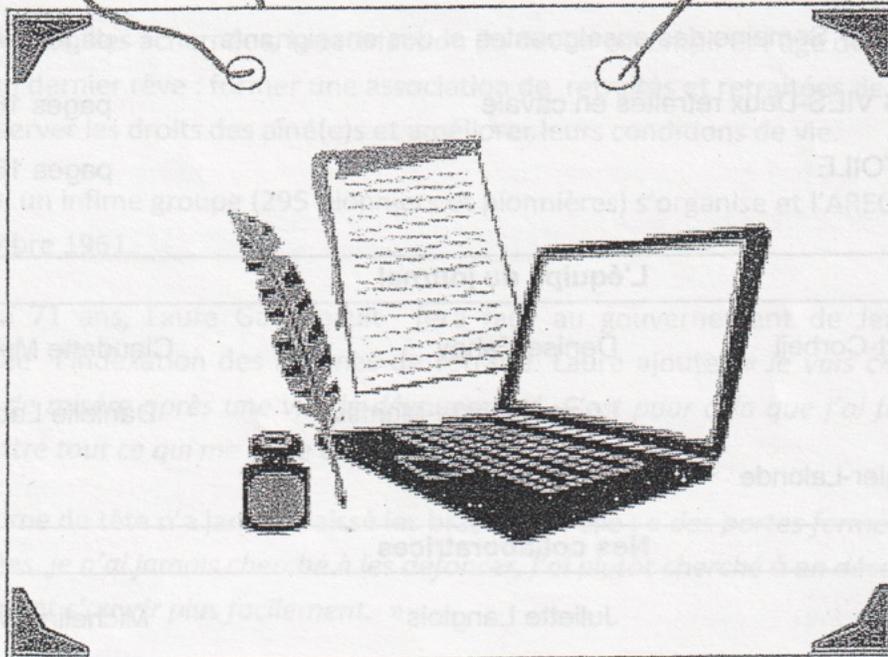
Association des retraitées et des retraités
de l'éducation et des autres services
publics du Québec

Vol. 14 no 1

Petite-Nation

Mars 2012

*Enfilant
le temps.*



50
ans d'histoire



*Reflet d'un
avenir prometteur*

LE SOMMAIRE

LE DROIT FIL- Mot de la présidente, Secteur D, Petite-Nation	page 1
LE FIL CONDUCTEUR	pages 3-9
Nouvelles nationales-régionales-sectorielles	pages 3-4
Plan d'action sectoriel 2011-2012	pages 5-7
Énoncé de valeurs	page 8
Convocation-Assemblée générale sectorielle	page 9
LE FIL DES RENCONTRES, CE QUE L'ON A DIT	pages 10-13
Conférence : Vieillir sans devenir vieux !	pages 10-11
Comité de la condition de la femme –journée du 8 mars	pages 12-13
LE FIL CASSÉ-Les décès/LE FIL NOUÉ-Les malades	page 13
LE FIL DE MA VIE- Semaine des enseignantes et des enseignants	pages 14-15
LE FIL DE NOS VIES-Deux retraités en cavale	pages 16-17
LE FIL DE LA TOILE	pages 18-21

L'équipe du journal

Rollande Hébert-Corbeil	Denise Fahey	Claudette Ménard
Diane Modéry	Lucie Lacoste-Monfils	Danielle Labonté
Suzanne Gauthier-Lalonde	Suzanne Séguin	

Nos collaboratrices

Brigitte Ménard	Juliette Langlois	Micheline Maillé
-----------------	-------------------	------------------





Le droit fil

L'AREQ de Laure Gaudreault a... 50 ans! (1961-2011)



À l'école de Laure Gaudreault, tout défi devenait combat, confrontation, détermination, persévérance, patience, courage, audace, respect ...

Avec les moyens modestes du début du 20^e siècle, Laure réussit à convaincre les institutrices isolées du fond des campagnes dans les régions les plus reculées du Québec, de se regrouper et de combattre pour enfin sortir de la noirceur des années 20, 30, 40 et 50.

Après de longues et dures luttes, Laure et les institutrices rurales de la province de Québec obtiennent gain de cause. Laure a décrit cette époque dite « le bon vieux temps » : *« Non, ce n'était pas le bon vieux temps, on s'est arraché le cœur à le changer. »*

Après ces batailles acharnées, la satisfaction du devoir accompli et l'âge de la retraite arrivé, Laure a un dernier rêve : former une association de retraités et retraitées de l'enseignement pour préserver les droits des aîné(e)s et améliorer leurs conditions de vie.

Encore là, un infime groupe (295 pionniers et pionnières) s'organise et l'AREQ voit le jour, ce 24 novembre 1961.

Même à 71 ans, Laure Gaudreault fera face au gouvernement de Jean Lesage. Elle ambitionne l'indexation des régimes de retraite. Laure ajoute : *« Je vais changer cela (les pensions de misère après une vie de dévouement). C'est pour cela que j'ai fondé l'AREQ. Je vais y mettre tout ce qui me reste d'énergie. »*

Cette femme de tête n'a jamais baissé les bras. Selon elle : *« des portes fermées j'en ai rencontrées, je n'ai jamais cherché à les défoncer, j'ai plutôt cherché à en découvrir d'autres qui pouvaient s'ouvrir plus facilement. »*

Au fil des ans, année après année, des enseignantes et des enseignants en fin de carrière, se sont embarquées à la suite de Laure Gaudreault. Ces personnes, imprégnées des qualités de cette grande combattante, s'amènent à l'AREQ. Elles continuent comme Laure à se battre pour la protection des droits des retraités et des personnes aînées québécoises.

Aujourd'hui, plus de **55 000** membres forment une imposante association, regroupant les 90 secteurs des dix régions du Québec.

Détermination!... Audace !... Conviction !... Réussite !... Fierté !...

De ces régions, une nous est chère, soit la belle région de l'**Outaouais**, dans laquelle se trouve notre secteur **Petite-Nation**.

Vingt ans après la fondation de l'AREQ de Laure Gaudreault, des « maîtresses d'école » de la Petite-Nation, au tempérament audacieux et courageux, marchent sur les pas de notre grande fondatrice et rêvent, elles aussi, de se regrouper.

Dès 1975, nos pionnières : Julie Charron-Pilon et Carmen Bourgeois-Bissonnette possèdent détermination, ambition et conviction. Elles se rendent chaque année, à Montréal pour assister à l'assemblée générale de l'A.R.E.Q. jusqu'au jour, soit le **4 avril 1981**, où leur rêve se réalise. Un premier comité se forme : Lucille Charron, Julie Charron-Pilon, Laurette Périard-Servant, Jeanne Legris-Beauchamp, Carmen Bourgeois-Bissonnette et Marguerite Champagne sont considérées comme fondatrices du secteur Petite-Nation.

Cette année 2011 nous rappelle que notre secteur a maintenant 30 ans.

De 1981 à nos jours, plusieurs retraités-es ont porté le flambeau à la manière de Laure Gaudreault.

Depuis les six bâtisseuses du début, quelque cent soixante personnes ont adhéré à l'Association de l'AREQ Petite-Nation. De tous ces membres, la majorité a occupé des postes aussi importants les uns que les autres. Tous les maillons d'une chaîne sont enlacés pour donner toute la force désirée. Il en a été ainsi pour notre secteur.

Nous aussi, membres de l'AREQ Petite-Nation, sommes fiers des moments privilégiés et partagés au sein de cette association qui se veut rassembleuse, dynamique, solidaire et accueillante.

« On n'entre pas dans une association pour en augmenter la valeur, le nombre, le prestige et la force. Ne disons pas « J'entrerai si... » disons « J'entrerai pour... » -Laure Gaudreault

Saurons-nous imiter cette grande rassembleuse, qu'était Laure Gaudreault, pour continuer son œuvre gigantesque et préserver nos droits si difficilement acquis et toujours menacés?

Rollande Hébert-Corbeil, présidente.



*Reflet d'un
avenir prometteur*



Le fil conducteur



Nouvelles nationales



Le prochain **Conseil national** du printemps aura lieu à l'hôtel Sheraton de Laval, les 16, 17, 18 et 19 avril 2012. À cette occasion, il y aura un suivi à l'énoncé de valeurs en assurances et en sociopolitique.

Il y aura aussi une formation en atelier et en plénière sur les médias sociaux et un retour sur les arts visuels.

L'an prochain, le 19 novembre 2012, l'AREQ nationale entend agir pour la promotion de l'homme.

Le 16 février dernier, avait lieu à Beauport, une formation conjointe des personnes présidentes des régions, des responsables régionaux et des membres des comités nationaux : la condition des femmes, la condition de l'homme, l'action sociopolitique, l'environnement et le développement durable.



Nouvelles régionales



21 février 2012 Formation en communication

Dominic Provost, conseiller en communication à l'AREQ nationale, a donné une formation aux présidentes des sept secteurs de la région 07 Outaouais et aux personnes impliquées dans l'élaboration du journal sectoriel.

Notre présidente régionale, madame Nicole Morin-Laplante rehaussait de sa présence notre journée de formation.



8 mars 2012 Journée de la femme

Madame Martine Lagacé, professeure agrégée, département de communication, Université d'Ottawa, a donné une conférence sur *L'Âgisme dans la représentation de l'âge et la relation avec l'ainé*, au Centre communautaire Tétréau, Gatineau.

 **Conférence mercredi 11 avril 2012**

Les membres du **Comité sociopolitique** de l'AREQ - CSQ de l'Outaouais sont heureux de vous inviter à une conférence sur **Mourir dans la dignité**, donnée par Madame Maryse Gaudreault, députée de Hull.

Madame Gaudreault a présidé une commission sur le sujet, à l'Assemblée nationale. Elle a entendu plus d'une vingtaine d'experts (sur les questions médicales, juridiques, éthiques et philosophiques).

Lieu : Club de golf Tecumseh, 475 St-Louis Gatineau

Date et heure : 11 avril 2012 à 14 h00

Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec votre représentante sectorielle en sociopolitique, Diane Modery ou avec le responsable régional du Comité sociopolitique, Jean-Paul Descoeurs.

Téléphone 819-423-5681

 **Assemblée générale régionale mardi 22 mai 2012**

L'assemblée générale régionale aura lieu à l'**hôtel Clarion**, au 111, Bellehumeur, Gatineau, près des Promenades de l'Outaouais. La convocation nous sera envoyée en avril.

 **Congrès CSQ (Centrale des syndicats du Québec)**

Robert Després accompagnera la présidente régionale, Nicole Morin-Laplante, comme membres **délégués** au congrès de la **CSQ** les 26,27, 28 et 29 juin prochains.



Nouvelles sectorielles

 **Assemblée générale sectorielle 10 mai 2012**

L'assemblée générale sectorielle aura lieu jeudi, le 10 mai, à la Salle de quilles Petite-Nation, au 360 rang Ste-Julie à St-André-Avellin.

 **Prochaines rencontres à ne pas oublier :**

12 avril La Villa du Bifteck à Chénéville.

7 juin Fête des bénévoles, Moulin du Temps à Namur.

 D'autres informations suivront par courriel et chaîne téléphonique.

PLAN D'ACTION SECTORIEL 2011-2012

AXES	ORIENTATIONS	CHAMPS D'INTERVENTION	ACTIONS	MOYENS
<p>AXE 1</p> <p>La vie associative</p>	<p>1.1 Assurer des services de qualité aux membres de notre secteur</p> <p>1.2 Développer et renforcer le sentiment d'appartenance</p>	<p>1.1.1 L'information et la formation sur des dossiers d'actualité</p> <p>1.1.2 Les régimes d'assurances</p> <p>1.2.1 Les pratiques éthiques en lien avec les valeurs de l'Association dans toutes les instances de l'AREQ</p> <p>1.2.2 La diversité des lieux d'expression de discussion et d'action</p> <p>1.2.3 La valorisation de l'engagement des membres et des personnes élues</p> <p>1.2.4 La valorisation et la promotion de la Fondation Laure-Gaudreault</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Suivre attentivement l'actualité et assurer la diffusion de l'information aux membres. • Offrir des sessions de formation sur un dossier d'actualité lors d'instances • Inciter les membres à s'abonner à l'infolettre • Colliger les demandes des membres : échanges téléphoniques et correspondance • Diffuser l'information aux membres • Mener une campagne d'adhésion auprès des personnes retraitées depuis 2009 qui n'ont pas adhéré à l'AREQ et à ASSUREQ • Diffuser l'énoncé de valeur auprès des membres • Présenter et susciter des échanges sur des dossiers d'actualité liés à la défense des droits et intérêts des membres : la santé de nos membres • Souligner le travail des membres élus à la fin de leur mandat • Développer des activités à l'intention des personnes nouvellement retraitées • Maintenir le soutien aux activités de la Fondation 	<p>Conférence, site web, journal sectoriel, courriel, chaîne téléphonique. Projet Toujours en action</p> <p>Consulter le site web de l'AREQ nationale</p> <p>Lors de l'accueil en début d'année, des déjeuners mensuels, des assemblées générales sectorielles, site web de la Petite-Nation</p> <p>Bulletin sectoriel mars 2012</p> <p>Lors des déjeuners mensuels, courriels site web de la Petite-Nation</p> <p>Fête des bénévoles</p> <p>Accueil, invitations particulières</p> <p>Soutenir notre responsable</p>

PLAN D'ACTION SECTORIEL 2011-2012

<p>AXE 2</p> <p>Les droits et les intérêts de nos membres et des personnes âgées au cœur de nos préoccupations</p>	<p>2.1 Se préoccuper de la sécurité financière de nos membres et des personnes âgées (Sociopolitique)</p> <p>2.2 Veiller au respect et à la dignité de nos membres et des personnes âgées</p>	<p>2.1.1 La protection du pouvoir d'achat (pleine indexation)</p> <p>2.1.2 Les situations de pauvreté</p> <p>2.1.5 Les droits et la protection des consommateurs</p> <p>2.2.1 La défense des services publics en matière de santé et de service sociaux</p> <p>2.2.2 La promotion de saines habitudes de vie</p> <p>2.2.3 La prévention de la maltraitance sous toutes ses formes</p> <p>2.2.6 La fin-de vie : Soins palliatifs, euthanasie et suicide assisté</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Participer aux démarches nationales • Participer aux rencontres du Collectif pour un Québec sans pauvreté • Fournir de l'information aux membres sur la pertinence d'un régime universel de médicaments • Appuyer les revendications pour un régime universel de médicaments • Assurer le suivi à la campagne en faveur du système de santé public : Notre santé, on l'a à cœur • Offrir lors des instances des conférences et activités sur la santé physique et mentale. • Faire connaître et encourager nos membres à profiter des services offerts par nos municipalités, les pharmacies de notre secteur (pression artérielle, dépistage du diabète) et nos clubs sociaux : Fadoq, Clubs de marche et autres organismes communautaires. • Informer les membres sur les diverses formes de maltraitance et leurs conséquences. Inciter nos membres à être vigilants face aux situations de toutes formes de maltraitance. Dénoncer les situations abusives. • Faire connaître les initiatives visant l'amélioration des soins en fin de vie 	<p>Participation à la Banque alimentaire de la Petite-Nation</p> <p>Informier régulièrement nos membres lors des déjeuners mensuels et par courriel de ces services</p> <p>Visites de la chorale Le Chœur Joyeux</p> <p>Sites web : national, régional, sectoriel</p>
---	---	--	---	---

PLAN D'ACTION SECTORIEL 2011-2012

<p>AXE 3</p> <p>La participation et l'engagement au mieux-être de la collectivité</p>	<p>3.1 Reconnaître et faire valoir l'apport de nos membres à la société</p>	<p>3.1.1 Les débats de démocratie : enjeux politiques, sociaux, économiques, environnementaux et culturels</p> <p>3.1.2 Les différentes formes de bénévolat et la militance</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Promouvoir les activités des journées thématiques en lien avec la mission de l'AREQ • Souligner par des festivités la Journée Internationale des aînés (1^{er} octobre) 	<p>Sites web : national, régional et sectoriel</p> <p>Accueil, journal de secteur, courriel et chaîne téléphonique</p>
--	---	---	--	--



*Reflet d'un
avenir prometteur*

ÉNONCÉ DE VALEURS

Égalité et justice

Nous affirmons que l'égalité et la justice sociale prennent forme dans la défense et la promotion des droits égalitaires et des intérêts de toutes et tous. Nous accordons une attention particulière à la qualité de vie et au traitement équitable de toutes les personnes âgées.

Respect et reconnaissance

Nous sommes convaincus que le respect et la reconnaissance supposent l'accueil, l'écoute l'acceptation et la valorisation des différences individuelles d'opinion et de prises de position. Ces valeurs impliquent également que soit valorisée la contribution des personnes âgées à la société.

Engagement et solidarité

Nous considérons que l'engagement et la solidarité supposent de faire siens les objectifs de l'Association, d'être présentes et présents, de s'impliquer et de faire preuve de persévérance et de cohésion dans nos actions individuelles et collectives. Toutes et tous, nous sommes appelés à mettre nos compétences au service des membres et des idéaux défendus par l'AREQ.

Conseil national, mars 2011



Région 07- Outaouais secteur D, Petite-Nation

Les membres de votre Conseil sectoriel vous invitent à l'

Assemblée générale sectorielle

Lieu : Salle de quilles Petite-Nation

360, Ste-Julie E St-André-Avellin

Jour : Jeudi, 10 mai 2012

Accueil : 9h30; assemblée 10h00

Coût du dîner : à venir

 Date limite d'inscription : 3 mai 2012 à votre responsable de la chaîne téléphonique

Projet d'ordre du jour

1. Salutations et bienvenue
2. Lecture et adoption du projet de l'ordre du jour
3. Lecture et adoption du procès-verbal de l'assemblée générale du 6 mai 2010
4. Trésorerie : rapport financier
5. Parole aux responsables des comités et de la Fondation Laure-Gaudreault
6. Mot de la présidente régionale
7. Élections : aucun poste en fin de mandat, à moins d'avis contraire
8. Choix des membres du comité d'élection pour le triennat 2011-2014
9. Remerciements et félicitations
10. Autres sujets : 10.1
10.2
10.3
11. Prix de présence
12. Levée de l'assemblée



Le fil des rencontres, ce que l'on

a dit...

VIEILLIR SANS DEVENIR VIEUX!

par Juliette Langlois

Source : André Bienvenue

C'était le 6 octobre 2011. Le Conseil sectoriel de la Petite-Nation lançait sa nouvelle année aréquienne au Golf Héritage en accueillant cinq nouveaux membres. Leur arrivée enrichit notre secteur. Bienvenue à vous, chères amies!

Quoi de mieux que de débiter l'année par une conférence dans le cadre du projet « Toujours en action ». Monsieur André Bienvenue tenait à nous convaincre que c'est possible de dire « Oui » à la vie et à ses rêves, peu importe son âge. Je vous en résume le contenu.

Nous avons tout pour être heureux ou presque et pourtant, il nous manque toujours quelque chose pour atteindre le bonheur. Au fait, qu'en est-il? Woody Allen, auteur et comédien américain bien connu, nous dirait: « Qu'est-ce que je serais heureux si j'étais heureux ». Nous courons toujours après le bonheur comme le chiot qui court après sa queue et est incapable de l'attraper. Nous vaquons tranquillement dans le quotidien à nos affaires et souvent, notre principale préoccupation est d'atteindre le bonheur.

Pour commencer, j'apprends à accepter les personnes, les événements, mon âge, les autres tels qu'ils sont et non, comme j'aimerais qu'ils soient. Le bonheur est un état d'esprit. Abraham Lincoln (1860-1865) disait: « De l'enfance à la mort, la passion qui se trouve en moi doit m'habiter; voilà le secret du bonheur. Les changements de vie, quelle source de vie! Il est important de choisir de faire avec ce qui nous arrive. C'est là, le grand pouvoir de l'humain. Mais, la rigidité de mes attitudes pollue mon choix de faire avec. Donc, si on acceptait plus, sans tout comprendre, on serait moins stressé et on demeurerait dans notre ici et maintenant pour apprécier. Sais-tu que tu peux dire « non » pour gérer ton temps et ton stress? Attention à ce qui remplit ta « brouette »: problèmes, ennuis, les autres, etc. Alors, tu peux mettre ta « brouette » à l'envers et déterminer toi-même ce que tu peux transporter.

Le bénévolat et le don de soi peuvent vraiment donner un sens à ta vie. Comment se rapprocher du bonheur? Le bonheur étant la plus courte distance entre ses rêves et les actions pour les réaliser. D'abord par l'esprit: méditer, lire, assister à des conférences, etc. Et par l'action qui produit des résultats tangibles. L'important est de s'impliquer dans l'action au lieu de simplement y participer. **Une once d'action vaut mieux qu'une tonne de bonnes....intentions.**

Faire des actions, ça peut faire peur. Il y a quelque chose de pire que de ne pas réussir: c'est de ne pas essayer. Le lot des retraités tristes « J'aurais donc dû...! » Ce que tu veux faire, fais-le maintenant, à ton rythme. Si tu tombes, relève-toi.

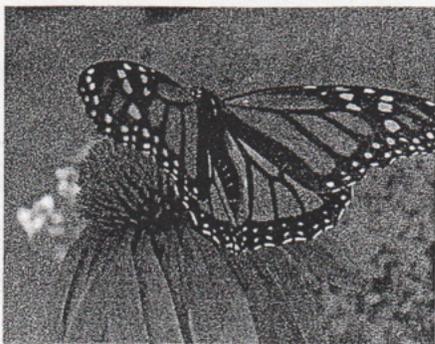
Le secret des centenaires: tranquillité d'esprit et joie de vivre. Nous, de l'AREQ, vivons le temps de la liberté. Plus rien à prouver à personne. La vie de retraite est une recherche d'équilibre, de sérénité et d'épanouissement. Ne t'occupe pas de tes années de vie et elles ne s'occuperont pas de toi. Le plus bel âge est celui que l'on a.

Réflexion de Bob Dylan: « Ceux qui ne sont pas occupés à vivre s'occupent à mourir ». On n'est jamais trop vieux pour réaliser ses rêves. Lorsque nous désertons un idéal qui nous tenait à cœur, nous sommes déjà devenus vieux. Vivons dans un état mental de jeunesse et les rêves se concrétiseront. Allez, allez, les voleurs de rêves !

Résumons les quatre secrets pour rester jeunes.

1. Rions et gardons le sens de l'humour.
2. Ayons un rêve.
3. Évoluons chaque jour.
4. Bannissons les regrets.

Il n'est jamais trop tard pour grandir, évoluer et réaliser ses rêves. Je vous souhaite de vous amuser tout en continuant de grandir et d'évoluer.





*Le fil des rencontres, ce que
l'on a dit... (suite)*

COMITÉ DE LA CONDITION DE LA FEMME

8 mars-Journée internationale de lutte pour les droits des femmes

par Juliette Langlois

Par une journée pluvieuse, mais bien spéciale, 112 femmes, dont je faisais partie, et quelques hommes se sont réunis au centre communautaire Tétréau, pour le plaisir d'échanger ensemble. Madame Martine Lagacé, PH.D de l'Université d'Ottawa, conférencière invitée, nous a entretenus sur le thème **Images et mots sur le vieillir : serait-ce source des Maux de l'Âge?**

Madame Lagacé a fait des études auprès de personnes âgées. Savez-vous que d'ici 2014, 1 Canadien sur 4 sera une personne âgée au Québec? Pourtant, le Canada est le 2^e pays après le Japon qui compte le plus de centenaires. Pas si mal! Mais les discours politique, économique, social valorisent-ils la personne avançant en âge? Sûrement que non. Pire encore, la personne à partir de 50 ans n'intéresse plus l'employeur, car on ne veut plus investir temps et argent pour de la formation. On déclare **VIEUX** la personne en pleine production. C'est une situation très inquiétante. Madame Lagacé nous a démontré comment on oppose la jeune génération aux aînés par des expressions qui sous-entendent ceci ou cela : fardeau, endettement de l'État, engorgement, etc.

La société rend la jeune génération indépendante, donc pas besoin de l'autre, mais quand arrive l'état de fragilité, le besoin de l'autre refait surface. Voilà donc, que se creuse un fossé entre les générations. On surévalue la jeunesse par la productivité et l'aîné, lui ? Pourquoi ne trouverait-on pas un point commun pour reconnaître la force de ce dernier dans la société, à ce temps de sa vie?

L'âgisme* est très incrusté dans la société. De plus chez la femme, c'est un temps de la vie qui est tabou. On veut absolument éviter le mécanisme du vieillissement parce que l'on voue un culte à la jeunesse. Donc, davantage de préjugés pour les âgées. Avez-vous remarqué le message d'une carte d'anniversaire ? Souvent les mots réfèrent à l'âgisme. Ou bien on en rigole ou s'en moque. Quand parle-t-on de l'âgisme sur la page frontispice d'un journal?

1 page sur 50. Pas surprenant que l'on repousse ce temps de la vie, car pour la société, cela correspond à maladie, confusion, laideur, inutilité, égoïsme,

exigence ou bien sagesse et gentillesse, qui sont deux mots à double tranchant.

Comment une société peut-elle bien se sentir lorsque ses aînés sont enfermés dans les CHSLD ou des résidences et qu'elle s'en lave les mains en fermant les yeux sur des situations que personne ne veut vivre. La personne hébergée ne se reconnaît plus et souvent on l'infantilise; elle n'ose plus se prononcer ou demander pour ses besoins ordinaires par peur de représailles. Pourtant, c'est son chez-soi.

Mettre fin à l'âgisme, est-ce possible ? Oui, avec de l'éducation en milieu familial et scolaire, des activités multi-âges et des logements parentaux. Un changement s'impose.

*Âgisme : discrimination ou ségrégation à l'encontre des personnes âgées



Le fil cassé

Resteront dans nos cœurs :

- † Huguette Bélanger-Séguin
- † Lorraine Clément-Labrosse (messe commémorative, 15 avril 2012 à 11heures
à la paroisse Ste-Angélique, Papineauville)
- † Lucille Bariteau, membre du Chœur joyeux
- † Henri-Paul Guindon frère d'Agathe Guindon-Leduc



Le fil noué

Nos pensées accompagnent les personnes touchées par la maladie :

- | | |
|---------------------------|------------------------------------|
| ⊗ Claire Durocher | ⊗ Gaétan Franc |
| ⊗ Claudette Séguin-Ménard | ⊗ Jacques Bernard Major |
| ⊗ Danielle Labonté | ⊗ Jeannine Marcotte |
| ⊗ Ernest Roy | ⊗ Marie-Marthe Gravelle-St-Germain |



Le fil de ma vie



Depuis janvier 2012, j'occupe un poste d'agente de développement en persévérance scolaire. Il ne faut pas se le cacher, la persévérance scolaire est intimement liée à la profession enseignante. Peut-on dissocier les enseignants de la persévérance scolaire? Est-ce que les enseignants, avec qui j'ai fait un bout de route, ont eu un rôle à jouer sur ma persévérance? D'emblée, je dis oui. Comment et à quel point? Je dois m'arrêter et y réfléchir.

Je prends du recul, je tourne le sablier et je fais l'exercice de remonter dans le temps. Je suis en 1968.... en 1^{re} année. C'est la première fois que je me retrouve en groupe à exécuter des tâches qui seront jugées (la maternelle n'avait pas encore fait son entrée à l'école de mon village). Je comprends rapidement que c'est sérieux, je porte des vêtements qui doivent être portés exclusivement à l'école. C'est mon uniforme. Un espace m'est réservé, j'ai mon bureau à l'intérieur duquel sont proprement rangés mes crayons de bois, mon stylo rouge, ma gomme à effacer et surtout mes tous nouveaux crayons de cire...48 couleurs différentes, toutes bien alignées et classées par teinte....les bruns, les bleus, les roses et j'en passe. Je rêvais des chefs d'œuvre qu'à coup sûr je réaliserais avec ces crayons.... C'est en première année que les premières semences de mon talent en dessin sont mises en terre...lorsque Soeur Hélène (mon enseignante), après avoir étudié avec attention mon dessin, me le rend en me disant : « Bravo, ton dessin est très beau, tu as du talent ». Voilà, c'est fait. Il n'en fallait pas plus pour qu'à 16h00, je rentre à la maison, le sourire aux lèvres tenant précieusement mon dessin. Je ramenaï aussi un sentiment tout nouveau, moi, j'avais du talent en dessin. Personne ne pouvait le nier, mon enseignante me l'avait dit et, dans ma tête, elle était le meilleur juge qu'on puisse avoir en matière de dessin.

1970, troisième année, mon enseignante Juliette, me dit que j'ai une belle main d'écriture, que l'on pourrait croire qu'il s'agit d'une écriture d'adulte. Cette simple remarque a fait naître en moi le goût d'écrire, une relation particulière entre moi et le crayon s'est installée.

En 1973, sixième année, je me fais prendre à fumer des cigarettes que j'ai « empruntées », à son insu, à mon enseignante. Évidemment cette faute méritait qu'on y accorde quelques attentions. Je craignais la réaction de mes

parents...la punition m'attendrait à la maison, je n'en avais aucun doute. Madame Laflamme m'a prise à part et nous avons parlé des motivations qui m'avaient poussée à poser ces gestes, de la confiance et de l'honnêteté. Elle a conclu en me disant que nous garderions cet incident secret entre nous à la condition, bien sûr, que je ne recommence plus. Ses paroles m'avaient tellement touchée que, lorsque je suis rentrée à la maison, j'ai raconté l'incident à ma mère. Je venais de comprendre l'importance de la confiance et de la responsabilité.

Il est donc évident que mes enseignants ont grandement contribué à alimenter mes connaissances mais ils ont aussi contribué à faire de moi l'adulte que je suis. Aujourd'hui encore, je crois que j'ai du talent en dessin et je sais qu'un jour j'exploiterai ce cadeau. J'ai toujours un lien privilégié avec le crayon, cet objet représente pour moi une des plus grandes avancées technologiques dans l'histoire de l'humanité. Quant à la leçon de Madame Laflamme, elle est probablement à la base de ma définition de l'intégrité.



Je profite donc de la semaine des enseignants pour dire MERCI à toutes les *sœur Hélène*, les *Juliette* et les *Madame Laflamme* que nous avons au Québec. Vous faites une différence tellement grande dans la vie de tous les Québécois (nous n'avons pas tous un médecin ou un dentiste mais tous, nous avons eu des enseignants).

Malheureusement, nous sommes beaucoup plus rapides à parler des mauvais coups et nous oublions trop facilement l'impact positif que vous avez sur les gens.

Au nom du comité de la persévérance scolaire de l'Outaouais, je vous dis merci.

Brigitte Ménard

Agente de développement en persévérance scolaire

Commission scolaire des Draveurs

Gatineau



Cherche un électricien pour rétablir le courant entre les gens qui ne se parlent plus...

Un opticien pour changer le regard des gens....

Un artiste pour dessiner un sourire sur tous les visages....

Un maçon pour bâtir la paix....

Un jardinier pour cultiver la pensée ...

Et un professeur de maths pour nous réapprendre..... à compter les uns sur les autres !!!

Le fil de nos vies... *EM*

Deux retraités en cavale

par Micheline Maillé

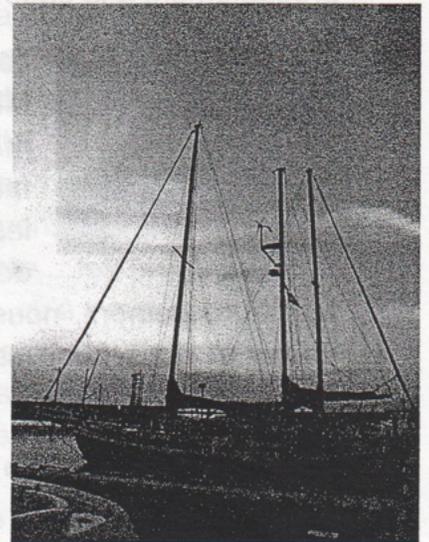
En 2002, un projet prenait forme quand mon conjoint, Paul-André, a déniché la coque d'un ketch, à Longueuil. Ce voilier potentiel, originellement pensé pour la haute-mer, nous faisait déjà rêver aux grands espaces, mais il restait tout l'aérien à faire : mâts à trouver, voiles à confectionner... Il était, en fait, à gréer au grand complet. Avec les différents savoirs du capitaine, l'aide et les conseils de nos amis navigateurs, sous ma supervision ;), l'*Alianza* est devenu le voilier avec lequel nous avons entrepris notre aventure gaspésienne, en 2010. L'heure de la récréation avait sonné.

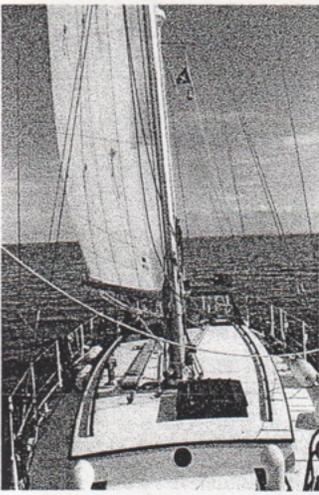
Notre premier objectif, quitter notre port d'attache, le Club nautique de Papineauville pour celui de Paspébiac, dans la Baie-des-Chaleurs. Plus de 1000 km de navigation à faire, à bord d'un voilier de 39 pieds, aménagé pour pouvoir y vivre pendant plusieurs mois. Passer les écluses, relever les deux mâts, installer les voiles, nous ravitailler, suivre les courants, les marées, la météo maritime, les cartes de navigation, tenir un journal de bord, sont autant d'exercices auxquels nous nous sommes habitués au fil de l'eau, de la rivière des Outaouais au fleuve Saint-Laurent, puis du Golfe Saint-Laurent à la Baie-des-Chaleurs. Il va sans dire que nos diverses compétences ont été mises à rude épreuve lors de ce voyage. *Learning by doing.*

P a p i n e a u v i l l e - P a s p é b i a c .

Deux noms de village qui ont plusieurs similitudes calligraphiques. Que faut-il y voir?... La retraite nous amène à ce genre de réflexion.

Progressant au rythme de mère Nature, l'*Alianza* aura navigué de port en port, pendant plus d'un mois avant d'arriver à destination : Carillon, Dorval, Trois-Rivières, Québec, Rimouski, Matane, Ste-Anne-des-Monts, Rivière-au-Renard, Anse-à-Beaufils, Chandler, Paspébiac.





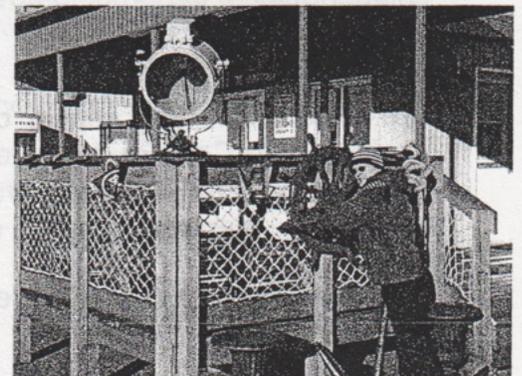
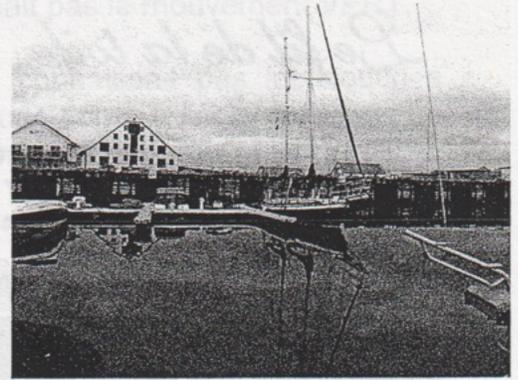
Nous voici, maintenant, installés à Paspébiac, pour la saison de navigation !

À l'été 2011, nous avons apprivoisé notre nouveau terrain de jeu en tirant des bords chez les Acadiens, à Shippagan, puis à Bas-Caraquet. Les Acadiens sont très Québécois malgré la frontière qui sépare nos deux provinces. Les panneaux d'information que l'on y voit sont souvent unilingues français.;

En compagnie d'amis de Papineauville, nous avons traversé jusqu'aux Iles-de-la-Madeleine et amarré l'Alianza à Anse-à-la-cabane (Millerand), pour découvrir la mentalité accommodante des insulaires. Beaux séjours aux grands vents du large.

L'Alianza a terminé sa saison en septembre, dans la baie de Sept-Iles, en flottille avec le voilier Robin Hood. Quels paysages magnifiques ! En longeant la côte, au retour, nous avons aperçu des autobus scolaires. Pour certains, la récréation était terminée. De notre côté, il nous restait à planifier la sortie de l'eau du voilier pour la saison froide et notre été 2012, au lac Bras d'or, à l'intérieur de l'Île du Cap-Breton, avant de revenir dans l'Outaouais. La cavale des deux retraités se poursuivra dans la cour des grands...Je vous laisse sur la réflexion que le capitaine a écrite dans son journal de bord :

Un projet, quel qu'il soit, avant de prendre vie, se présente sous forme de rêve, que l'on garde pour soi d'abord, puis que l'on accepte de partager, s'il passe le test du ballottage mental. Amener l'Alianza sur des eaux, à la hauteur de ses capacités, en était un que je caressais depuis de nombreuses années, mais fallait-il d'abord que techniquement, il soit équipé comme il se devait. Il aura fallu 9 ans de préparation, d'apprentissage, d'essais, d'erreurs et une complice (mon amiral) qui croit et partage le même rêve pour en arriver là.

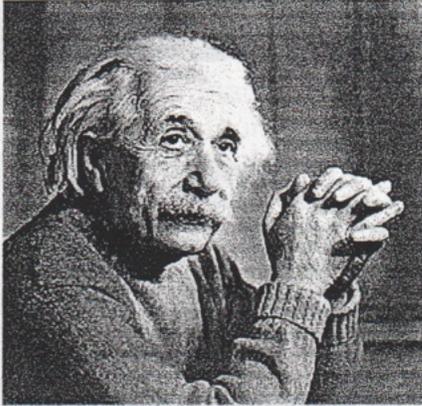


Le fil de nos vies...

Le fil de la toile...

"Tout le monde est un génie. Mais si vous jugez un poisson sur ses capacités à grimper à un arbre, il passera sa vie à croire qu'il est stupide".

- Albert Einstein



ConneriesQc.com



VERT

Quand la vieille dame a choisi le sac en plastique pour ses articles d'épicerie, le caissier lui a reproché de ne pas se mettre au "vert".

Le caissier dit à la femme que la génération de la vieille femme ne comprenait tout simplement pas le mouvement environnementaliste VERT; que seuls les jeunes allaient payer pour la vieille génération qui a gaspillé les ressources de la planète!

La vieille dame s'est excusée auprès de lui et a expliqué: " Je suis désolée, nous n'avions pas le mouvement VERT dans mon temps."

Alors qu'elle quittait le magasin, la mine déconfite, le caissier en rajouta: " Ce sont des gens comme vous qui ont ruiné toutes les ressources à nos dépens.



La vieille dame se rappela qu'à l'époque, on retournait les bouteilles de lait, les bouteilles de Coke et de bière au magasin. Le magasin les renvoyait à l'usine pour être lavées, stérilisées et remplies à nouveau; on utilisait les mêmes bouteilles à plusieurs reprises, mais on ne connaissait pas le mouvement VERT.

En mon temps, on montait l'escalier: On n'avait pas d'escaliers roulants dans tous

les magasins ou dans les bureaux. On marchait à l'épicerie aussi. On ne prenait pas un bolide à 300 chevaux-vapeur machine à chaque fois qu'il fallait se déplacer de deux coins de rue. Mais, c'est vrai, on ne connaissait pas le mouvement VERT.

À l'époque, on lavait les couches de bébé; on ne connaissait pas les couches jetables. On faisait sécher les vêtements dehors sur une corde à linge; pas dans un machine énergétique avalant 220 volts. On utilisait l'énergie éolienne et solaire pour vraiment sécher les vêtements.

À l'époque, on réutilisait systématiquement les vêtements qui passaient d'un frère ou d'une soeur à l'autre. C'est vrai ! on ne connaissait pas le mouvement VERT.

À l'époque, on n'avait qu'une TV ou une radio dans la maison; pas une télé dans chaque chambre. Et la télévision avait un petit écran de la taille d'une boîte de pizz...

Dans la cuisine, on s'activait pour brasser les plats et pour préparer les repas; on ne disposait pas de tous ces gadgets électriques spécialisés pour tout préparer sans efforts.

Quand on emballait des éléments fragiles à envoyer par la poste, on utilisait des rembourrages comme du papier journal ou de la ouate, pas des bulles en mousse de polystyrène ou en plastique.

À l'époque, on travaillait fort physiquement; on n'avait pas besoin d'aller dans un club de santé pour courir sur des tapis roulants qui fonctionnent à l'électricité. Mais, vous avez raison: on ne connaissait pas le mouvement VERT.

À l'époque, on buvait de l'eau à la fontaine quand on avait soif; on n'utilisait pas de tasses ou de bouteilles en plastique à chaque fois qu'on voulait prendre de l'eau.

On remplissait les plumes fontaine au lieu d'acheter un nouveau stylo; on remplaçait les lames de rasoir au lieu de jeter le rasoir tout simplement à chaque rasage. Mais, c'est vrai, on ne connaissait pas le mouvement VERT.

À l'époque, les gens prenaient le tramway et les enfants prenaient leur vélo ou marchaient pour se rendre à l'école au lieu d'utiliser la voiture familiale et maman comme un service de taxi de 24 heures.

On avait une prise de courant par pièce, pas une barre multi-prises ou des piles jetables pour alimenter toute la panoplie des accessoires électriques indispensables aux jeunes d'aujourd'hui.

La vieille dame avait raison : à son époque, on ne connaissait pas le mouvement



VERT; mais ...

Ce matin, je me suis réveillée, j'ai étiré mes bras, j'ai plié les genoux, tourné la tête et tout a fait : craaaaacc !

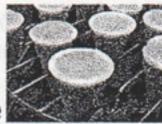
Alors, j'en suis arrivée à la conclusion, non pas que j'étais "vieille" ...



mais que j'étais "craquante".

Recettes du Québec

<http://www.recettes.qc.ca>



Cornets au sirop d'érable

Préparation: 15 minutes

Cuisson: 13 minutes

Portions: 36

Ingrédients

1 boîte (environ 36) de mini-cornets

1 tasse (250 ml) sucre

1/2 tasse (125 ml) beurre

1/2 tasse (125 ml) sirop d'érable

1/2 tasse (125 ml) crème 35%

Méthode

-Faire bouillir lentement le sucre, le sirop et le beurre pendant 8 minutes à feu doux, ajouter la crème 35% et bouillir pour 5 minutes.

-Verser dans les mini-cornets et réfrigérer.

Vous pouvez les garder au congélateur également et les sortir 10 minutes avant de servir.

 N'oubliez pas aussi de consulter notre site internet :

www.araqpn.infadfranc.qc.ca



Le genre grammatical !!!!

Pourquoi, dès que c'est **UNE** galère, c'est tout de suite au **FÉMININ** ?

LA pluie, **LA** neige, **LA** grêle, **LA** tempête, tout ça, c'est pour vous les **FEMMES**

Nous, c'est **LE** soleil, **LE** beau temps, **LE** printemps, **LE** paradis !

Vous, vous n'avez vraiment pas de chance : **LA** vaisselle, **LA** cuisine, **LA** bouffe, **LA** poussière, **LA** saleté, **LA** balayeuse.

Pour retrouver **LE** calme, je crois que nous devrions laisser **LE** genre décider.

Vous pouvez regarder **LA** télé, mais nous choisissons **LE** poste, même si **LA** télécommande vous appartient, nous avons **LE** contrôle.

Ne voyez aucun sexisme là-dedans, oh non ! D'ailleurs, entre parenthèses je vous signale que **LE** mot sexe n'a pas de **FÉMININ**. On ne dit pas **LA** sexe, mais bien **LE** sexe d'une **FEMME**

Dès que c'est sérieux, ou important, comme par hasard, c'est tout de suite au **MASCULIN**. On dit **UNE** rivière, **UNE** marre d'eau mais on dit **UN** fleuve, **UN** océan. On dit **UNE** trottinette, mais **UN** avion à réaction ! Et quand il y a **UN** problème dans **UN** avion, c'est tout de suite **UNE** catastrophe. C'est toujours la faute d'**UNE** erreur de pilotage, d'**UNE** panne d'essence, d'**UNE** mauvaise visibilité, bref toujours à cause d'**UNE** connerie.

Et alors là, attention mesdames, dès que **LA** connerie est faite par **UN** homme ça ne s'appelle plus **UNE** connerie, ça s'appelle **UN** impondérable. Enfin, moi, si j'étais vous les **FEMMES**, je ferais **UNE** pétition.

Et il faut faire très vite parce que votre situation s'aggrave de jour en jour. Y'a pas si longtemps, vous aviez **LA** logique, **LA** bonne vieille logique **FÉMININE**. Ça ne nous a pas plu, nous les **HOMMES** et nous avons inventé **LE** logiciel.

Mais vous avez quand même quelquefois des petits avantages : nous avons **LE** mariage, **LE** divorce; vous avez **LA** pension, **LA** maison. Vous avez **LA** carte de crédit, nous avons **LE** découvert.

Moralité : **LE** type qui a inventé **LA** langue française ne vous aimait pas beaucoup...

Sans aucune provocation, mais c'est tellement bien vu !

UN impondérable.

La couleur du fil



**Commission scolaire
au
Cœur-des-Vallées**

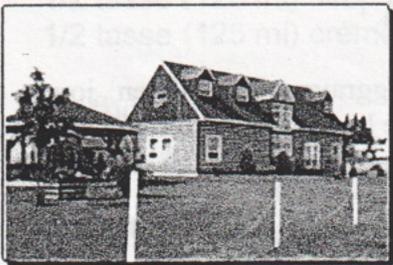
Les retraitées et les retraités de la région 07, secteur D, de la Petite-Nation tiennent à remercier la Commission scolaire au Cœur-des-Vallées pour l'aide technique et matérielle apportée dans la réalisation du journal *Enfilant le temps*.

L'association des retraitées et des retraités apprécie grandement le confort d'un local toujours mis gracieusement à sa disposition.



Desjardins

L'association des retraitées et des retraités désirent remercier la Caisse Populaire de la Petite-Nation pour sa précieuse contribution monétaire lors de ses visites aux maisons de personnes du 3^e âge.



**Musée
des pionniers**

Finalement, l'association des retraitées et retraités remercient chaleureusement la Société historique de *Saint-André-Avellin inc.* pour le prêt d'un local.