

AREQ
CSQ

AREQ Region 07 "secteur D"

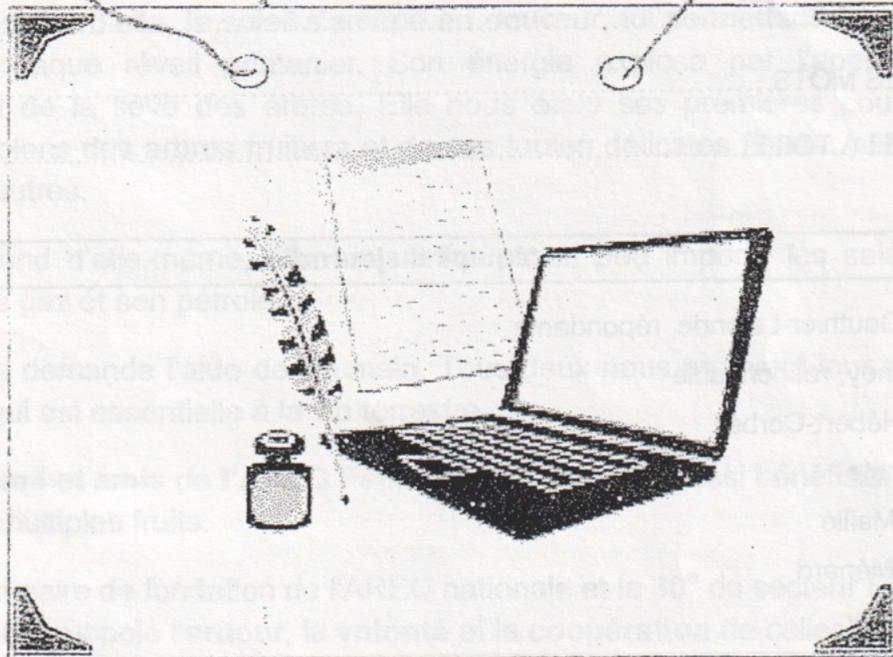
Association des retraitées et des retraités
de l'éducation et des autres services
publics du Québec

Vol. 14 no 3

Petite-Nation

OCTOBRE 2012

*Enfilant
le temps.*



045689 07D
Monfils Irénée P.
8, Bricault
St-André-Avellin QC J0V 1W0

LE SOMMAIRE

LE DROIT FIL- Mot de la présidente, Secteur D, Petite-Nation.....	3
Billet de la présidente régionale	5
LE FIL CONDUCTEUR	
Nouvelles nationales.....	7
Nouvelles régionales.....	7
Nouvelles sectorielles.....	10
LE FIL SE TISSE	12
AU FIL DE L'ÉTÉ 2012.....	15
DE FIL EN AIGUILLE.....	18
LE FIL NOUÉ-LE FIL CASSÉ.....	22
INFO-FIL.....	24
AU FIL DES MOTS.....	25
AU FIL DE LA TOILE.....	27

L'équipe du journal

Suzanne Gauthier-Lalonde, répondante
Denise Fahey, responsable
Rollande Hébert-Corbeil
Lucie Lacoste
Micheline Maillé
Claudette Ménard
Diane Modéry

Nos collaboratrices

Noëlla P. Lévesque Lucie Lacoste-Monfils Nicole Aubry Hébert 



Le droit fil



Nos actions portent-elles des fruits ?

La terre bienfaisante, n'est-elle pas le meilleur exemple à imiter ? D'une saison à l'autre, elle nous offre ses nombreux fruits. Le travail réalisé, la terre sait s'envelopper d'une confortable douillette blanche pour profiter d'un moment de repos.

En se rapprochant d'elle, le soleil s'amène en douceur, lui permettant de s'éclater à nouveau à chaque réveil printanier. Son énergie explose par l'apparition des bourgeons et de la sève des arbres. Elle nous étale ses premières couleurs, le magnifique coloris des arbres fruitiers et de ses toutes délicates fleurs : perce-neige, narcisses et autres.

Du plus profond d'elle-même, elle nous offre aussi, peu importe les saisons, ses minéraux, ses gaz et son pétrole.

Bien sûr, elle demande l'aide de l'humain. Tous deux nous prouvent leur excellente coopération qui est essentielle à la vie terrestre.

Nous, **membres et amis** de l'AREQ Petite-Nation, sommes aussi bénéficiaires de ce mariage aux multiples fruits.

Le 50^e anniversaire de fondation de l'AREQ nationale et le 30^e du secteur Petite-Nation nous ont rappelé l'**ardeur**, la **volonté** et la **coopération** de celles et ceux qui nous ont précédés.

Comme la terre, après un moment de relâche «vacances», sommes-nous énergisés pour relancer une nouvelle année, sinon une nouvelle décennie remplie de projets et d'activités stimulant l'ensemble de nos membres ?

Quelle bonne occasion pour **remercier** tous les membres actifs ! Votre **participation** et votre **générosité** sont l'essence de notre regroupement.

Quoi dire et quoi faire pour sortir de leur «dormance» les membres qui ont perdu tout intérêt à notre **association** ?

Serons-nous les rayons du soleil qui renouvelleront cette énergie stimulante et vivifiante ?

Voilà un défi gigantesque à relever toutes et tous **ENSEMBLE**. L'intérêt et la collaboration de chaque membre sont de précieux atouts.

L'équipe de votre Conseil sectoriel est prête à appuyer toutes nouvelles tentatives pour redonner **énergie** et **vivacité** à l'AREQ Petite-Nation.

Débutons cette nouvelle année 2012-2013, avec assurance, enthousiasme et collaboration.

Bonne année aréquiennne !

Rollande Hébert-Corbeil, présidente





Bonjour,

Quel magnifique été et quelle belle période pour engranger repos et plénitude. Il semblerait que les chauds rayons du soleil ont une influence directe sur notre santé. Nous sommes donc revenus de vacances pleins d'énergie renouvelable pour entreprendre une nouvelle saison aréquiennaise.

Comme l'an passé, nous continuerons en cette 2^e année du triennat à travailler ensemble pour faire avancer les dossiers qui nous tiennent à cœur. La santé financière des membres et des personnes retraitées demeurent au centre de nos préoccupations et nous vous informerons régulièrement du cheminement du dossier de l'indexation. Dans vos secteurs, on vous informera des suites à donner au projet Sira dont l'objectif est de combattre les mythes et les préjugés à l'égard des personnes âgées. Le respect et la reconnaissance seront au cœur de toutes nos activités.

Différents dossiers informatifs sont supportés par nos comités régionaux qui mettent beaucoup d'efforts pour nous présenter des séances d'information et des activités intéressantes et constructives. Ce sont également autant d'occasions de rencontrer des membres de tous les secteurs et votre présence est appréciée.

Votre Conseil régional et votre Conseil de secteur sont là pour répondre à vos attentes, mais vous avez également plusieurs autres sources d'information comme vos bulletins de secteur, la revue Quoi

de neuf, et les sites de l'AREQ nationale et régionale sont là pour vous informer.

L'AREQ, fière de ses 55 000 membres dont 2056 en Outaouais, est une Association qui a à cœur le bien-être de tous. De plus, le volet social de notre Association est là pour y demeurer. C'est un plaisir renouvelé que de se rencontrer régionalement, à plusieurs occasions dans l'année. L'activité régionale de l'automne se tiendra cette année dans le secteur du Pontiac, le 6 novembre. Ce sera dans le secteur de Hull-Aylmer, qu'aura lieu l'Assemblée générale régionale, le 28 mai 2013.

En conclusion, je salue tous les hommes et toutes les femmes dont le bénévolat est inestimable tant sur le plan humain que matériel. Votre optimisme et votre soutien aux membres font que l'AREQ Outaouais demeure une Association bien vivante, malgré le nombre limité de nouveaux arrivants.

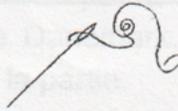
ÉNONCÉ DE VALEURS 2012-2013 : RESPECT ET RECONNAISSANCE

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

Au plaisir de vous revoir en grand nombre,

Nicole Morin-Laplante, présidente région 07

Le fil conducteur



NOUVELLES NATIONALES

Lors de la rencontre des membres du Conseil administratif tenue en septembre dernier, il a été approuvé par les élus que l'allocation aux membres, dans chaque secteur, sera majorée de 2 %, soit une augmentation de 0.20 \$. Le montant passera de 3.00 \$ à 3.20 \$.

Les comités régionaux se voient attribuer 300 \$ de plus, pour les activités planifiées durant l'année 2012-2013, le montant variera de 1200 \$ à 1 500 \$.

Le CN de l'automne 2012 aura lieu les 29-30-31 octobre et 1^{er} novembre au Delta de Trois-Rivières.

NOUVELLES RÉGIONALES

Comité régional de l'environnement et développement durable

Activité : Visite d'une ferme de canneberges.

Date : Jeudi, 11 octobre 2012 ; date limite pour inscription, 5 octobre.

Endroit : 35, Route 105, Venosta, direction Maniwaki.

Coût : 5 \$ pour la visite ; repas à vos frais, au restaurant Lachapelle à Kazabazua. Covoiturage suggéré.

Session d'information sur les médias sociaux

Éric Larouche, invité par le secteur G des Draveurs, saura nous sensibiliser sur les avantages et les inconvénients à utiliser ces nouveaux moyens de communication. Invitation faite à tous les membres des secteurs de l'Outaouais.

Date : 16 octobre ; date limite d'inscription, 10 octobre à la présidente de secteur.

Endroit : Centre ARG (Association récréative de Gatineau, 195 Boul. Maloney O)

Accueil : 9h30

Début de l'atelier : 10h00

Diner : 12h00

Présentation sur IPod, IPad, High... : 13h15

Coût : 20\$

La rencontre régionale aura lieu le 6 novembre 2012

Hôte : Secteur Pontiac.

Lieu de la rencontre : Ferme Livamia, 61 Chemin du Lac-de-la- Truite, Mansfield, Qc.

Coût du repas : 25 \$.

Inscription : vendredi, 26 octobre ; chaîne téléphonique des secteurs vers présidence de secteur.

Les secteurs E et G ont nolisé deux autobus pour le transport des membres inscrits pour cette rencontre. Les membres du secteur D, Petite-Nation sont invités à s'ajouter au secteur E, Hull-Aylmer. Celles et ceux du secteur C, du Lièvre et H, Ottawa feront le trajet vers Mansfield avec le secteur G, Gatineau. Les membres du secteur A, Maniwaki sont invités à se rendre en auto et en favorisant le covoiturage.

19 novembre - Journée Internationale des hommes

Par Michel Tessier

Lors de l'assemblée générale sectorielle, j'ai annoncé aux personnes présentes que le 19 novembre serait une journée spéciale pour les hommes de l'AREQ ainsi que pour tous ses membres. Eh oui! On discute au niveau international et cette date semble rallier l'ensemble des intervenants œuvrant dans le dossier de la condition des hommes. Voici quelques informations que j'ai pu recueillir à ce sujet.

De prime abord, il est important de dire que certains pays sont d'avant-garde au sujet de la condition des hommes. C'est ainsi que l'Australie a été le premier pays à se doter d'une politique nationale en santé des hommes. En 1994, un groupe d'hommes australiens sous l'égide du Professeur Thomas Oaster décidèrent de mieux faire reconnaître l'apport positif des hommes pour la société, sans tomber dans la comparaison.

Ils comprennent qu'il est très important de situer dans le temps un moment pour célébrer les bons modèles masculins. Cette journée n'est pas fondée sur une guerre des sexes. Il s'agit de fêter les modèles masculins positifs par rapport au stéréotype négatif des hommes. Cette journée a pour but d'encourager une nouvelle génération d'hommes et de garçons à développer la confiance en soi et un désir de participer à la création de meilleurs rapports en société.

Par la suite, en 1999 à Trinité-et-Tobago, le Dr Teelucksingh a lancé l'idée de déclarer le 19 novembre, la Journée Internationale des Hommes (IMD en anglais - International Men Day). Il s'agit d'un événement international célébré chaque année le 19 novembre, soutenu par les Nations Unies et appuyé par la directrice du comité de la Femme et de la Culture de la Paix, madame Ingeborg Breines.

D'après l'information recueillie, cette journée serait soulignée dans plus de 60 pays : l'Australie, la France, l'Italie, le Danemark, etc, naturellement, Trinité-et-Tobago et cette année, le Canada sera de la partie.

Cette journée a même été reconnue par certaines municipalités canadiennes telles que la ville d'Oshawa en Ontario et Vancouver en Colombie-Britannique.

Les objectifs de la célébration d'une journée internationale des hommes sont :

- * la focalisation sur les hommes et la santé des garçons,
- * l'amélioration des relations entre les sexes,
- * la promotion de l'égalité entre les sexes en mettant en lumière des modèles masculins positifs.

Activité régionale : Conférence

« Être homme et prendre plaisir à me réaliser », par Jacques Ross

Lieu : Centre Arthur-Guertin, 16, rue Bériault, via boul. Fournier, Gatineau

Jour : lundi, 19 novembre 2012

Heure : 10h30

Coût : 10 \$ repas et conférence

Inscription : auprès de votre présidente de secteur

Comité de la condition féminine

6 décembre *journée de la non-violence*

AUJOURD'HUI, JE DIS NON À TOUTE FORME DE VIOLENCE...

NON à la violence qui blesse, qui tue pour punir

NON à la violence qui ne laisse pas de traces physiques,
mais qui stigmatise le cœur

NON à la violence qui soumet, qui manipule, qui abaisse

NON à la violence qui détruit, qui cache la beauté

NON à la violence qui brime ma liberté, mes droits

NON à la violence qui isole, qui ridiculise, qui néglige

NON à la violence qui abuse, qui bâillonne, qui infantilise

AUJOURD'HUI ET POUR TOUJOURS,

LE RESPECT, LA TOLÉRANCE ET L'AMOUR SERONT MA LOI !

Voir calendrier pour coordonnées

NOUVELLES SECTORIELLES

Deux projets d'importance sont au menu des activités de notre secteur :

- **Sira** (*Soutien aux Initiatives visant le Respect des Aînés*). Outils pour contrer les mythes véhiculés par les médias et la population. Arguments positifs présentant la réalité des personnes du 3^e âge

- **Soutien aux arts**. Concours organisé dans le but de faire connaître et encourager les talents variés de nos membres.

D'autres informations vous seront données lors de nos rencontres.



Région 07 - Outaouais
Secteur D, Petite-Nation

Nos différents comités 2012-2013

Une association, c'est comme un édifice,

Plus les bases sont solides et bien ancrées,

Plus elle sera efficace et résistante au temps.

Conseil sectoriel :

- Rollande Hébert-Corbeil, présidente
- Juliette Langlois, 1^{re} vice-présidente
- Lucie Lacoste-Monfils, 2^e vice-présidente
- Yvelin Corbeil, trésorier
- Suzanne Gauthier-Lalonde, secrétaire

Comité d'accueil : Lucie-Lacoste-Montfils, répondante

Claire Durocher, responsable

Rachel Aubry

Nicole Aubry-Hébert



Comité des cartes : Lucie Lacoste-Monfils, répondante

Pauline Rioux, responsable

Juliette Langlois

Monique Whissell

Comité du bulletin : Suzanne Gauthier-Lalonde, répondante

Rollande Hébert-Corbeil, responsable

Denise Fahey

Lucie Lacoste

Micheline Maillé

Claudette Ménard

Diane Modéry

Comité du Choeur joyeux : Diane Modéry, répondante

Nicole Aubry-Hébert, responsable

Denise Fahey

Lucie Lacoste-Monfils

Monique Whissell

Représentantes et représentants aux comités régionaux :

Rollande Hébert-Corbeil, répondante

Assurances Jean-Paul Descoeurs

Condition des femmes Rollande Hébert-Corbeil

Condition de l'homme Poste à combler

Environnement Joël Quenault

Comité sociopolitique Diane Modéry

Fondation Laure-Gaudreault Nicole Aubry-Hébert

Liste des déjeuners et des événements spéciaux

(Année 2012--2013)

Dates	Événements	Lieux
13 septembre	Déjeuner	Restaurant La Chouette 56, rue Desjardins, Ripon
4 octobre	Envol des activités	Auberge et Club Héritage 70, route 323 N.-D.-de-la-Paix
11 octobre	Visite de la vallée des canneberges	35, route 105, Venosta
6 novembre	Rencontre régionale	Fort- Coulonge
8 novembre	Déjeuner	La Belle Bédaine, 664, Notre-Dame, Montébello
19 novembre	Journée internationale des hommes	16, Bériault, Gatineau(Hull)
6 décembre	Journée de la non-violence	À venir
13 décembre	Dîner de Noël	Club de golf Héritage Notre-Dame-de-la-Paix
10 janvier	Déjeuner	Au Vieux Chaudron Saint-André-Avellin
14 février	Déjeuner	Chez Riopel 35, rue Principale, Montpellier
7 mars	Déjeuner	Chez Angèle, 357, rue Papineau, Papineauville
8 mars	Journée internationale des femmes	Gatineau
11 avril	Déjeuner	La Villa du Bifteck 58, Principale Chénéville
22 avril	Visite à Kitigan Zibi, coutume amérindienne	Près de Maniwaki
9 mai	Assemblée générale sectorielle (Petite-Nation)	À venir
28 mai	Assemblée générale, région 07	Hull-Aylmer secteur E
13 juin	Fête des bénévoles	Salle de quilles La Petite-Nation 360, Ste- Julie E, St-André-Avellin

Votre présence est désirée dès 9h.

Surveillez notre site Internet pour des informations à jour.

www.areqpn.infadfranc.qc.ca



Calendrier des visites aux aînés



Saison 2012-2013

Le Chœur Joyeux pour des Instants de bonheur

Date	Heure	Résidences ou salles	Adresse
Lundi, 22 octobre 2012	13h30	Résidence Ste-Angélique	236, rue de la Montagne, Papineauville
Lundi, 29 octobre 2012	13h30	Résidence Montebello	532, rue Notre-Dame Montebello
Lundi, 5 novembre 2012	13h30	Résidence des Aînés	1ère Avenue Plaisance
Lundi, 19 novembre 2012	13h30	Comité des aînés(es) Notre-Dame-de-la-Paix et Namur jumelés	Salle de l'église Rue du Centenaire à Namur
Lundi, 26 novembre 2012	13h30	Manoir Chéné	70, rue Hôtel-de-ville Chénéville
Lundi, 3 décembre 2012	13h	Action aide loisir Papineau	1165, rte 321 Nord Saint-André-Avellin
Lundi, 10 décembre 2012	13h30	Résidence Ste-Madeleine	933, rang Ste-Madeleine Saint-André-Avellin
Semaine 17 décembre 2012 Date à confirmer	13h30	L'Atelier	358, rue Rossy Saint-André-Avellin
Congé			
Lundi, 4 mars 2013	13h30	Château St-André	20, rue Ruisseau Saint-André-Avellin
Lundi, 18 mars 2013	13h30	Résidence Desjardins	79, rue Boucher Ripon

Congé			
Lundi, 8 avril 2013	13h30	Manoir des Souvenirs	8, rue Bourgeois Saint-André-Avellin
Lundi, 15 avril 2013	13h30	L'Orée du bois	6, rue Bourgeois Saint-André-Avellin

Lundi, 22 avril 2013	13h30	Résidence St-André	4, rue Saint-André Saint-André-Avellin
Lundi, 29 avril 2013	13h30	Résidence Des Pins	5, rue Whissel Saint-André-Avellin
Lundi, 13 mai 2013	13h30	Comité des aînés	Église de Montpellier 70, rue Hôtel-de-Ville
Lundi, 20 mai 2013	13h30	Comité des aînés (es)	Église de Duhamel
Lundi, 28 mai 2013	15h	CHSLD	14, rue Saint-André Saint-André-Avellin

Remerciements à Darquise Hurthubise-Provencher

Par Denise Fahey et Nicole Aubry Hébert

Au nom de la chorale reconnaissante :

Un autre départ... Ayant un problème au niveau des tunnels carpiens, l'accordéoniste du Chœur Joyeux, Darquise Provencher, doit tirer sa révérence après 9 années de service gratuit à notre chorale.

Darquise, Yves Hurtubise (son frère) et Robert St-Germain formaient une équipe du tonnerre et nous donnaient le ton et l'envie de nous dépasser dans les foyers, pour apporter des instants de bonheur aux personnes du troisième âge.

Toute douce, toujours souriante, Darquise débarquait de sa voiture, son banc dans une main et dans l'autre, son accordéon enfermé et traîné dans une valise à roulettes. La voyant venir, un galant s'empressait toujours (ou presque) de lui venir en aide.

Assise sur son petit banc, les répétitions de la touche commençaient. Et souvent, malgré le brouhaha de la mêlée, en sourdine, on entendait Yves lui murmurer : « Non, c'est en la celle-là ... ou Essaie en sol » Mais quand tout le monde s'installait pour partir le bal, elle était prête et ses *intros* étaient toujours *enlevants* et parfois même surprenants.

Merci chère Darquise pour ta grande disponibilité, pour ton implication assidue. Ta personnalité attachante, ta chaleur humaine et tes petits regards espiègles vont nous manquer grandement. Ton sourire en coin, tes yeux moqueurs et expressifs, tout cet « acabit » font de toi un être exceptionnel qui restera longtemps dans nos souvenirs. Merci Darquise ! Merci mille fois ! Si jamais... la porte restera toujours ouverte !

AUREVOIR DARQUISE !



Au fil de l'été 2012...



Sapristi qu'on a eu chaud ! Par Denise Fahey

Qu'est-ce qui s'est passé avec Galarneau
Pour qu'il nous tape autant sur le coco ?
On a quasiment failli y laisser notre peau
Étouffant, suant comme pris dans un réchaud.

L'été, c'est fait pour avoir chaud
Mais... pas autant que dans un fourneau !
Tout autour, pluies diluviennes, inondations,
Mais rien pour nous dans la Petite-Nation.

On implorait dame Ondée pour un peu d'eau
Allant jusqu'à coasser aussi fort que les crapauds...
Parterres, jardins, fleurs, à vue d'œil se déshydrataient
Et ployaient sous un vent aride qui, chaque jour, s'émoustillait.

Une bonne tempête de neige, je nous souhaitais
Sachant très bien qu'en convoitise, je dérivais.
Mercure ! Mercure ! Pourquoi t'es-tu tant emballé ?
Ne sais-tu pas que tu nous as toutes et tous exaspérés ?

J'écris ces quelques lignes à la toute fin d'août
Escomptant un automne sans arrière-goût,
Car confitures, ketchup et marinades
Ne font presque plus partie de la parade.

Et bientôt...

Septembre déploiera ses parures enchanteresses
Octobre traînera le soleil en faiblesse
Novembre refroidira nos ardeurs
Et Décembre, comme toujours, sera ensorceleur !

Cependant, il faut du soleil dans son cœur
Pour pouvoir le transporter ailleurs.
Je vous en souhaite autant que se peut
Pour rendre énormément de gens heureux !



Plaine voile sur le Lac Bras d'Or, Cape Breton

Par Micheline Maillé



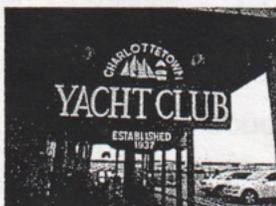
Parti le 2 juillet de Paspébiac dans la baie des Chaleurs, l'équipage de l'Alianza, composé du capitaine Paul-André David et de son amiral, Micheline Maillé, passera 5 semaines en mer, parcourant plus de 830 milles nautiques. Le trajet occasionnera pour le ketch* de 11m, et les deux retraités, des mouillages et du quaiage dans des ports de pêche et des marinas.

D'abord, quaiage à L'Anse-à-Beaufils sur la côte gaspésienne du Québec, puis traversée vers la pointe de Miscou au Nouveau-Brunswick, pour finalement, mouiller l'ancre dans la baie de Tracadie ; ensuite, l'Alianza naviguera dans le détroit de Northumberland vers la marina de Richibucto, petit village acadien et micmac. Shédiac et Pointe-du-Chêne seront deux autres marinas où le voilier ira s'amarrer.



Pont de la Confédération

Le passage sous le pont de la Confédération, reliant, depuis 1997, le Nouveau-Brunswick et l'Île-du-Prince-Édouard, sera un moment mémorable pour l'équipage. C'est le plus long pont au-dessus d'une étendue maritime, prise par les glaces, au monde. On l'aperçoit à plus de 10 milles nautiques, avec ses 62 travées.



Charlottetown

Charlottetown, capitale de l'Île-du-Prince-Édouard, fera découvrir ses charmes aux voyageurs de l'Alianza. Une visite guidée de *Province House* leur rappellera une partie importante de l'histoire des pères de la Confédération et une promenade en auto, sur l'île, leur fera découvrir Summerside, Cavendish, la patrie de *Anne aux pignons verts*...



Centre d'interprétation du thon, Ballantynes

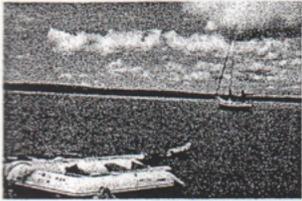
L'Alianza reprendra la mer vers Ballantynes Cove, centre d'interprétation du thon, en Nouvelle-Écosse puis, cap sur le canal d'entrée du détroit de Canso et Port Hawkesbury, du comté de Inverness, au sud-ouest de Cape Breton.



Écluse St-Peter

L'entrée sur le Lac Bras d'Or, un immense lac d'eau saumâtre d'une rare clarté, se fait par le canal St-Peter. Graham Bell, inventeur du téléphone, y passera les 37 dernières années de sa vie, avec sa compagne Mabel, à faire des recherches sur les machines volantes et sur plusieurs autres sujets d'ordres scientifique et social. Les détails de sa vie, à Baddeck, se trouvent au musée, surplombant la ville. La femme de Bell militait en faveur de l'école alternative, de l'instruction pour les handicapés, de l'intégration sociale et du droit de vote pour les femmes.





Mouillage près de Black Island

Les dix jours passés sur le Lac Bras d'Or combleront les désirs de navigation en *flat sail* du capitaine et de son amiral : *du vent sans les vagues à faire vomir*. ☺



Tapis hooked, Chéticamp

Ingonish à la sortie du Lac, pour le côté gaélique de la Cabot Trail et Chéticamp, petit village acadien en terre écossaise, sont de beaux arrêts culturels. Chéticamp est la capitale du tapis *hooked* ; certains de leurs stapis se retrouvent à Rideau Hall et un peu partout dans le monde. Une collection importante est à voir au musée *Les trois pignons*.



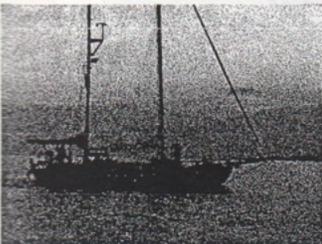
Sculpture des sept pêcheurs, L'Étang-du-Nord

La traversée entre Chéticamp et l'archipel des îles de la Madeleine compte plus de 50 milles nautiques. L'Alianza sera amarré au quai des visiteurs, à la marina de L'Étang-du-Nord, et une voiture de location facilitera les déplacements de l'équipage à travers les îles. Beau séjour au pays du *Pied-de-vent*, du *Cochon tout rond*, de l'*Abri de la tempête*, du homard et des fruits de mer... Tous des produits locaux à déguster en bonne compagnie.



Phare de la Pointe-Hérissée, Îles-de-la-Madeleine

Finalement, ce sera la traversée entre L'Étang-du-Nord et L'Anse-Beaufils, qui ressortira des annales de voile de l'Alianza. Toutes voiles sorties, sous la pleine lune, l'Alianza mettra moins de 20 heures à franchir les 120 milles nautiques de cette partie du *Corridor bleu*. Il reste que l'équipage a été soumis à rude épreuve physique : pas de sommeil et une attention soutenue durant le trajet, afin d'assurer la sécurité du voilier et de ses occupants.



Le retour vers Paspébiac se fera dans des conditions estivales agréables. La rencontre en mer des pêcheurs du Nor-Cam, la rentrée au port, le 4 août... Somme toute, un périple fait de rencontres amicales, de découvertes intéressantes et de défis quotidiens

**Heureux qui comme Ulysse a fait
un beau voyage !**



De fil en aiguille

Souvenirs d'écolière

Par Noëlla P.
Lévesque

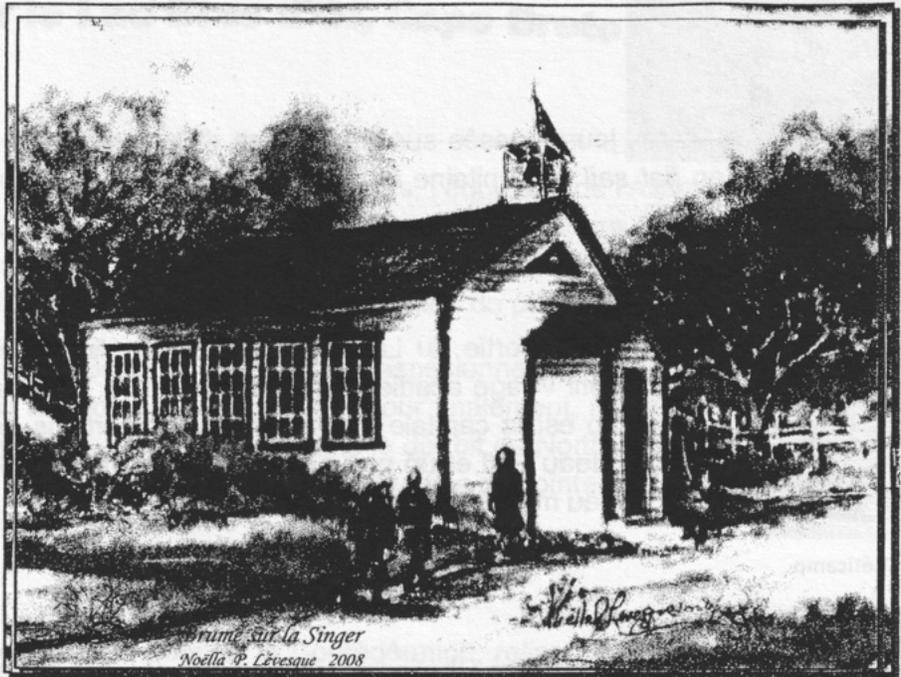
Dans le petit
grenier à
l'abandon, gît
mon sac d'éco-

lière avec un tas d'objets oubliés au fond : cahiers, crayons, abécédaires. Son parfum de vieux cuir usé, patiné par le temps, tatillonne mes souvenirs d'enfance; ma première journée d'écolière en septembre 1944.

Vêtue de mes plus beaux atours, escortée par mes sœurs aînées, je monte le sentier long de deux kilomètres passant à travers des pâturages, parfois à l'orée d'un bois de feuillus. Mon regard s'émerveille tellement que j'en oublie l'heure... Au loin la cloche sonne, plus de temps pour flâner : « Dépêche-toi ma mignonne, les classes vont bientôt commencer » me chante Jeanine en riant.

Habillée de bardeaux de cèdres gris, la petite école No 9 du troisième rang est installée solidement à flanc de coteau, belle et fière comme une jeune dame. « Mademoiselle » attend en garde-à-vous sur le seuil de la porte et nous souhaite la bienvenue avec un charmant sourire. Je sens déjà que je vais l'aimer.

On entre deux par deux, puis une place m'est assignée dans la première rangée de pupitres de bois verni, parmi les nouvelles de première année. Le soleil illumine la grande pièce où nous sommes tous assis sagement sur nos bancs. Ça sent la craie, le cuir, le cahier, la cire, les fleurs, les pommes rouges et vertes alignées sur le bureau du professeur. Même un bouquet



d'asters bleus et d'immortelles blanches fait contraste avec le tableau noir. Voici maintenant le temps de la prière et de l'apprentissage : du futur de l'aventure que j'attendais.

Je me suis faite une amie toute brune autant que je suis blonde. Moi, toute petite et timide, elle, toute grande et taquine. Nous partageons nos jeux et étudions ensemble.

À Noël : nous échangeons nos images, inventons des histoires, rêvons d'avenir, devenons Cendrillon ou la Belle embrassée par le Prince charmant.

Un rite qui durera pendant mes sept belles années du primaire. Ma soif de comprendre, de savoir, de m'ouvrir au monde continue encore aujourd'hui malgré mes rides et je lègue ce merveilleux héritage à mes petits-enfants.

Relais pour la vie et pour la pluie, 1^{er} juin 2012

Par Nicole Aubry Hébert

Saviez-vous que depuis sept ans, votre Association participe au Relais en votre nom en commanditant 100,00 \$ pour une équipe de l'AREQ ?

Quand en 2005, au restaurant « Le vieux Chaudron » Diane Modery a lancé : « Il faudrait que l'an prochain, l'AREQ ait une équipe à son nom ! » j'ai sauté à pieds joints sur l'occasion car en ce temps-là, quelques membres de ma famille avaient été touchés par le cancer.

La marche de 2012 s'est avérée une tâche assez ardue. D'abord, une petite pluie surgit vers dix-sept heures, lors du souper spaghetti. Ensuite, durant la chanson : « La marche aux étoiles » et le tour des survivants des équipiers, on peut dire que c'était potable. Lors de la cérémonie des luminaires, passe encore. Mais vers minuit, au moment où on dégustait une bonne soupe, Dame Nature a commencé sa sarabande. Pluie plus forte et vent à l'avenant, si bien que vers une heure du matin, Marie Valence, grande responsable du Relais, a déclaré que les personnes qui voulaient se réfugier dans l'aréna pouvaient le faire.

Claire et Sylvie Durocher qui, depuis sept ans fournissent gratuitement une tente à l'équipe de l'AREQ, ont fait les choses en grand cette année : elles ont acheté une très grande tente pouvant loger douze personnes. Tout ça pour dire que vers deux heures du matin, le vent s'égosillait de plus en plus effrontément. Francine Tessier,

Rachel Aubry et Suzanne Gauthier-Lalonde et moi, avons tenu la tente à bout de bras pour l'empêcher de s'envoler ou de se briser ou d'aller s'échouer sur les luminaires toujours allumés. Durant ce temps, Michel et Geneviève Hébert, à la grosse pluie battante, s'affairaient à consolider les deux côtés.

D'un commun accord, vers trois heures du matin, on décide de téléphoner à Melvin Durocher (l'époux de Claire) pour qu'il vienne nous montrer comment défaire la tente que bien sûr, personne de nous n'avait montée. Je suis convaincue qu'on a battu un record de vitesse pour démonter cette tente. On était huit à travailler en harmonie, en accéléré tout en étant très calme. Les bagages rangés dans l'auto, plusieurs sont restés afin de terminer cette nuit inoubliable.

On a continué à marcher dans l'aréna, jusqu'à six heures quinze. Là, j'ai levé l'ancre avec mon fils, Michel, lequel je suis allée reconduire à Montebello.

Quelqu'un m'a dit que cette nuit-là était représentative des émotions qu'une personne atteinte de cancer peut éprouver : bourrasques, tempêtes, accalmie, nuages, attentes, impressions que ça ne finira jamais... puis espoir et j'en passe. Tout ça est bien vrai. J'en sais quelque chose ayant moi-même passé par là. Une personne survivante d'un cancer vous confirmera tout ça.

L'an prochain, en 2013, le Relais aura lieu le sept juin, tel qu'annoncé. Venez nous voir, votre présence, vos encouragements, nous font tellement chaud au cœur! On vous attend nombreux !

En toute confiance ...

Par Lucie Lacoste-Monfils

Je n'aurais jamais pensé qu'un jour mon vécu concernant ma santé m'amènerait devant vous...

On a toujours l'impression qu'au niveau santé... tout va bien...

Quand on est mis face à une situation avec laquelle on n'a pas le temps de réagir, tout semble s'effondrer...

On est certain que ça n'arrive qu'aux autres...

Alors ce soir, c'est mon tour de me livrer un peu à vous...

Il n'est pas facile d'aller fouiner dans ce parcours de vie où le Cancer prenait toute la place.

Lorsque ce grand personnage entre dans ta vie, il faut alors regarder en avant et prendre tous les moyens que l'on a pour continuer notre route. ...

À partir de ce moment, toutes les décisions sont prises selon ses caprices...

Notre chemin de vie prend une autre direction...

Oui, j'ai eu peur...

Oui, j'ai pleuré...

Oui, j'ai pensé ne plus revivre les beaux et bons moments avec mon conjoint, mes enfants, mes frères et sœurs, mes amies...

Au fur et à mesure, on s'enfonce dans un monde complètement inconnu... ma santé était diminuée...

Oui, j'ai cru que je m'en sortirais... amoindrie peut-être...mais avec toute cette joie de vivre qui m'habitait, je voulais en sortir gagnante...

À mesure que l'on avance...deux voies se présentent à nous...l'une plus tortueuse et l'autre qui nous amène vers la guérison...

Aura-t-on le choix?...Non...les chirurgies...les traitements...les séjours à l'hôpital nous mettent en face de ce nouveau chemin...

Aujourd'hui, je reconnais des visages que je revois ici, année après année...

J'ai eu la chance d'être secondée par mon conjoint toujours présent, quel que soit ce qui arrivait...

Je le remercie d'être toujours aussi près de moi...

Encore cette année, il m'accompagne à cette soirée que nous vivons depuis plusieurs années.

Ensemble,...disons merci à la vie de permettre qu'une Nuit pour la Vie...une Nuit pour l'Amour de la Vie soit encore possible pour chacun de nous...

Bonne nuit...





Le fil cassé

Resteront dans nos cœurs :



Marcel P. Bélair, membre de notre secteur

Madame Jeannette Boyer-Guindon, mère de Madeleine G.-Filiatreault

Madame Pauline Godin-Quenneville, mère de Gaétan Quenneville



Le fil noué



Prompt rétablissement à

Melvin Durocher

Claudette Ménard

Jeanne Legault-Touchette

Ginette Labrosse-Lafleur

L'âne au fond du puits

Un jour, l'âne d'un fermier est tombé dans un puits.

L'animal gémissait pitoyablement pendant des heures et le fermier se demandait quoi faire.

Finalement, il a décidé que l'animal était vieux et le puits devait disparaître de toute façon, ce n'était pas rentable pour lui de récupérer l'âne.

Il a invité tous ses voisins à venir et à l'aider.

Ils ont tous saisi une pelle et ont commencé à enterrer l'âne dans le puits.

Au début, l'âne a réalisé ce qui se produisait et se mit à crier terriblement.

Puis à la stupéfaction de chacun, il s'est tu.

Quelques pelletées plus tard, le fermier a finalement regardé dans le fond du puits et a été étonné de ce qu'il a vu.

Avec chaque pelletée de terre qui tombait sur lui, l'âne faisait quelque chose de stupéfiant.

Il se secouait pour enlever la terre de son dos et montait dessus.

Pendant que les voisins du fermier continuaient à pelleter sur l'animal, il se secouait et montait dessus.

Bientôt, chacun a été stupéfié que l'âne soit hors du puits et se mette à trotter !

CONCLUSIONS :

La vie va essayer de t'engloutir sous toutes sortes d'ordures.

Le truc pour se sortir du trou est de se secouer pour avancer.

Chacun de tes ennuis est une pierre qui permet de progresser.

Nous pouvons sortir des puits les plus profonds en n'arrêtant jamais.

Il ne faut jamais abandonner !

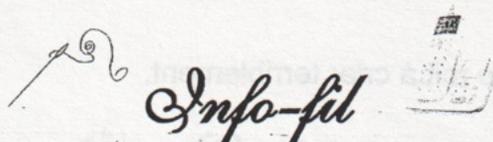
Secoue-toi et fonce !

Rappelle-toi, les cinq règles simples, à ne jamais oublier, surtout dans les moments les plus sombres.

Pour être heureux / heureuse :

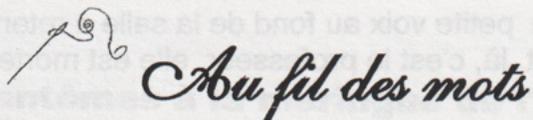
1. Libère ton cœur de la haine
2. Libère ton esprit des inquiétudes
3. Vis simplement
4. Donne plus
5. Attends moins





AREQ Association des Retraitées et Retraités de l'Éducation et des autres services publics du Québec 1 800 663-2408
Carra Commission Administrative des régimes de retraite et d'assurances – Québec 1 800 463-5533 1 800 368-9883
SSQ-Vie (ASSUREQ) 1 800 380-2588 1 800 463-5525
Mutuelle SSQ 1 888 833-6962
Régie des rentes du Québec 1 800 463-5185
Assurance-maladie du Québec 1 800 561-9749
Régime de pension du Canada et Sécurité de la vieillesse 1 800 277-9915
Protection du consommateur 1 888 672-2556
Certificat de naissance 1 800 567-3900
Centre antipoison du Québec 1 800 463-5060
Communications Québec 1 877 644-4545
Curateur public 1 800-363-9020
Ligne Info-abus 1 888 489-2287
SAAQ- Société de l'assurance automobile du Québec 1 800 361-7620
Tel-Aide Outaouais 1 800 567-9699
CLSC Petite-Nation 819-983-7341
Centre médical Saint-André-Avellin 819-983-7919
Hôpital de Papineau 819-986-3341

Info-santé 811
Incendies/ Sûreté du Québec 911
Dr Marc Labarre, Papineauville 819-427-9494
Dr Claude Chapdelaine, Papineauville 819-427-5302
Dr Louise Villemure, Plaisance 819-427-5333
Centre Médical de Montpellier 819-428-2967



**Voici 6 raisons pourquoi il ne faut pas faire d'erreurs
avec les enfants:**

(1)

Une petite fille parlait des baleines avec son professeur. Le professeur a dit qu'il était physiquement impossible pour une baleine d'avaler un homme, parce que même s'il est un très grand mammifère, sa gorge était très petite.

La petite fille a affirmé que Jonas avait été avalé par une baleine. Agacé, le professeur a rappelé que la baleine ne pouvait avaler un homme, c'était physiquement impossible.

La petite fille a dit: "Quand je serai au ciel, je vais demander à Jonas."

Le professeur a demandé, «Que faire si Jonas est allé en enfer?"

La petite fille a répondu: «Alors, vous lui demanderez."

(2)

A la maternelle une enseignante observait sa classe pendant que les enfants dessinaient.

Elle se promenait de temps en temps pour regarder le travail de chaque enfant.

Comme elle était à côté d'une petite fille qui avait travaillé avec diligence, elle a demandé ce que le dessin représentait.

La jeune fille a répondu, "Je dessine Dieu."

L'enseignant lui dit: «Mais personne ne sait ce à quoi Dieu ressemble."

Sans perdre un instant, en regardant l'enseignante, la jeune fille répondit:

«Ils vont le savoir dans une minute."



(3)

A l'école du dimanche un professeur discutait des Dix Commandements avec ses élèves de cinq ou six ans.

Après avoir expliqué le commandement "d'honorer" ton père et ta mère, il a demandé: "Est-ce qu'il y a un commandement qui nous enseigne la façon de traiter nos frères et sœurs?"

Sans perdre un instant un petit garçon, le plus âgé de la famille, a répondu, «Tu ne tueras pas."

(4)

Les enfants ont tous été photographiés, et l'enseignant essaie de les persuader d'acheter chacun un exemplaire de la photo de groupe.

"Il suffit de penser comment il sera agréable de regarder quand vous serez tous des adultes et de dire:

« Il y a Jennifer, elle est avocate » ou « C'est Michael, il est médecin ".

Une petite voix au fond de la salle a retenti,

"Et là, c'est le professeur, elle est morte."

(5)

Un professeur donne un cours sur la circulation du sang. Essayant de rendre le sujet clair, elle dit: "Maintenant, si je me tenais sur la tête, le sang, comme vous le savez, serait dans ma tête, et mon visage passerait au rouge."

"Oui", a déclaré la classe.

"Alors pourquoi lorsque je suis debout dans la position ordinaire, le sang ne descend pas dans mes pieds?"

Un petit bonhomme crie,

"Parce que vos pieds ne sont pas vides."

(6)

Les enfants étaient alignés dans la cafétéria d'une école primaire catholique, pour le déjeuner. Au bout de la table, il y avait un grand plateau de pommes.

La religieuse a fait une note, et l'a affichée sur le plateau de pomme:

«Prenez une seule pomme. Dieu nous regarde."

Un peu plus loin, à l'autre bout de la table, il y avait un grand plateau de biscuits aux pépites de chocolat.

Un enfant a écrit une note :

"Prenez tout ce que vous voulez.

Dieu regarde les pommes."



Au fil de la toile...



Fantômes à la meringue de l'Halloween

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 60 minutes

Portions: 12

Ingrédients

2 blancs d'œuf

1 pincée sel

1/2 tasse (125 ml) sucre

Raisins secs

Méthode

1. Battre les blancs d'œufs avec le sucre et le sel jusqu'à l'obtention de pics fermes.
2. Déposer un papier ciré sur une plaque à biscuits. À l'aide d'une cuillère, former des formes de fantômes sur le papier ciré.
3. Ajouter les yeux avec les fruits confits ou les raisins secs.
4. Cuire une heure au four à 200°F (95°C) et laisser refroidir encore une heure au four fermé. Donne une douzaine de fantômes.

Les raisins secs peuvent être substitués par des fruits confits.



La couleur du fil



Commission scolaire
Cœur-des-Vallées

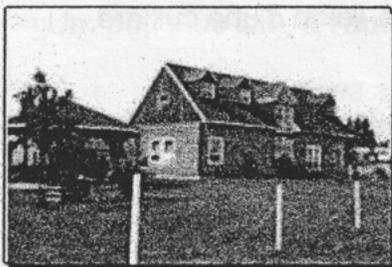
Les retraitées et les retraités de la région 07, secteur D, de la Petite-Nation tiennent à remercier la Commission scolaire au Cœur-des-Vallées pour le support technique et l'aide matérielle apportés dans la réalisation du journal *Enfilant le temps*.

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 personnes du 3^e âge.



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

Bon automne à toutes et à tous