



Association des retraités
et retraitées de l'enseignement
du Québec (CSQ)

A.R.E.Q. Région 07 * Secteur D *

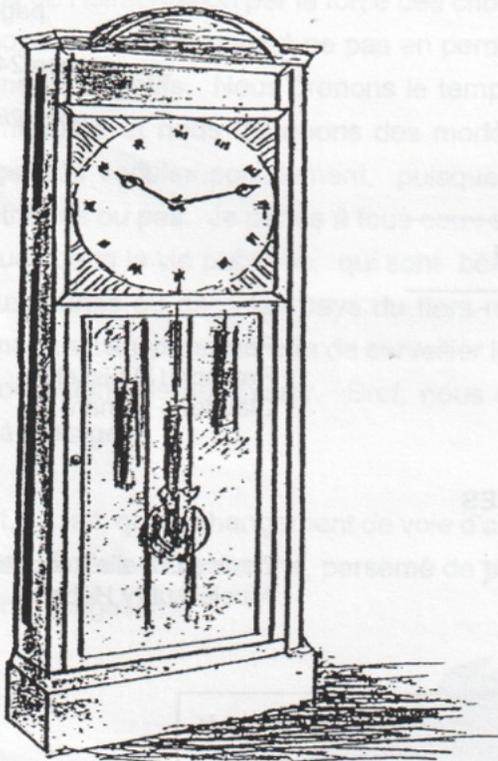
Vol. 5 no 3

Petite-Nation

Septembre 2003

Enfilant

le temps...



Sommaire

LE DROIT FIL - Mot de la présidente - Passivité ou devenir	page 3
LE FIL CONDUCTEUR - Comités	page 4
- Plan d'action	page 5
- Abréviations courantes	pages 6
- Nouvelles: C.A., région, secteur	pages 7- 8
ENVIRO-FIL	page 8
LE FIL CASSÉ- Décès	page 8
DE FIL EN AIGUILLE - Enfin la retraite	pages 9 - 10
- Mot d'Adrienne	page 10
- Mot sur la nouvelle présidente régionale	page 11
AU FIL DES MOTS - Commentaire sur Grapilles	page 11
AU FIL DES ANS - Les écoles de Chénéville	pages 12-13-14-15 -16 -17
AIGUILLÉE DE MOTS PEAUFINÉS - Vieillir en beauté	page 18
- Vivement avoir 80 ans	page 19
- Sourire	page 20
LE FIL NOUÉ - Maladie	page 20
- As-tu ton Épi-Pen?	page 21
FIL D'ELLES - Une retraite réussie	page 22
LE FIL SE TISSE - Liste des déjeuners	page 23
LE GOÛT DU FIL - Salade de riz et crevettes	page 23
LA FILATURE - La petite histoire de Laure Gaudreault	pages 24 - 25
LE COUP DE FIL - Chaîne téléphonique	pages 26 - 27
LA COULEUR DU FIL - Commanditaires	page 28

Équipe du journal

Lucie Lacoste-Monfils
Nicole Thomas
Diane Modéry
Suzanne Gauthier Lalonde

Denise Labrosse
Denise Fahey
Louise Lyrette

Pauline Rioux
Raymond Whissell
Claudette Ménard

NOS COLLABORATEURS ET NOS COLLABORATRICES

Denise Ménard
Lucille Bariteau

Adrienne Carpentier
Thérèse Turpin

Denise Labelle Labonté
Nicole Aubry Hébert

Si vous désirez nous faire parvenir un article, veuillez l'envoyer à:

Claudette Ménard
80 Huneault, C.P. 26
Plaisance J0V 1S0

Courriel: claudette30@hotmail.com



Passivité ou devenir

En cette belle journée de septembre, je suis assise face à mon clavier, un oeil épiant la rue, l'autre se concentrant sur l'écran, et je pense à ce que j'ai le goût d'écrire aux nouveaux retraités. Bien sûr, les premiers mots sont des mots de bienvenue au sein de l'A.R.E.Q. Petite-Nation et des voeux de bonne retraite.

Cependant, tout le bla, bla habituel me semble inutile lorsque je me demande si vous vivez la même sensation que j'ai vécue lors de ma retraite en 1996. Évidemment, il y avait une certaine euphorie à penser que j'aurais la liberté de choisir mes activités, de vivre sans cloche, de me lever quand bon me semblerait, de voyager à mon goût, etc. Pourtant, quand je me mirais dans le regard des autres, de ceux qui sont encore «actifs», j'avais le sentiment qu'on voyait en moi quelqu'un débutant une période de passivité et qui raconterait bientôt ses souvenirs en les répétant inutilement, quelqu'un qui deviendrait alors ennuyant et ennuyeux. Ce même regard, je l'ai revu dernièrement chez un jeune vendeur, dans une boutique de produits spécialisés. Pourtant, son attitude m'a fait sourire...

Contrairement à ce que pensent certains, la retraite nous apporte un regain d'énergie qui nous conduit sur la voie du «devenir». En effet, nous devenons plus critiques face à la situation dans le monde, dans notre pays ou dans notre patelin puisque nous avons maintenant le temps de nous informer plus adéquatement. Nous devenons plus sensibles à l'importance de prendre soin de nous-mêmes et nous comprenons l'inutilité de faire des choses qui ne nous intéressent pas ou de courir vers «nous ignorons quoi...» Nous devenons des spécialistes de l'alimentation par la force des choses. Santé oblige! Nous comprenons que la vie est précieuse et nous nous appliquons à ne pas en perdre un seul instant par des rancœurs inutiles ou par d'autres sentiments négatifs. Nous prenons le temps de développer nos talents, de réaliser nos rêves, parfois très ambitieux, et nous devenons des modèles pour ceux qui nous entourent. D'ailleurs, nous sommes encore très «actifs» socialement, puisque la majorité d'entre nous devenons des travailleurs autonomes, rétribués ou pas. Je pense à tous ceux et celles qui ont commencé une nouvelle carrière, qui se sont impliqués dans la vie publique, qui sont bénévoles à temps plein auprès des personnes âgées, auprès des plus jeunes ou dans les pays du tiers-monde. Je pense également à ceux et à celles qui s'engagent dans des clubs sociaux afin de surveiller les droits de leurs congénères tout en donnant à ces derniers, des occasions de se divertir. Bref, nous devenons riches d'expériences que nous sommes toujours prêts à partager.

La retraite n'est, en fait, qu'un changement de voie d'activités. Cette voie est un magnifique sentier courant sous les feuilles cuivrées de l'automne, parsemé de petits bonheurs, de tristesses et de grandes joies qui nous font devenir «sagesse».

Diane Modéry





Le fil conducteur

Comités

Voici les noms des personnes faisant partie des comités et qui donnent de leur temps afin que notre association soit vivante.

- Comité exécutif:** Diane Modéry, présidente
Georgette Ménard, 1^{re} vice-présidente
Denise Fahey, 2^e vice-présidente
Suzanne Séguin, trésorière
Janine Marcotte, secrétaire
- Comité du journal:** Denise Fahey, répondante
Suzanne Gauthier Lalonde, responsable
Pauline Rioux Louise Lyrette
Nicole Thomas Diane Modéry
Raymond Whissell Claudette Ménard
Lucie Lacoste Monfils
- Comité des cartes:** Georgette Ménard, répondante
Thérèse Foisy-Bissonnette, responsable
Lucie Lacoste-Monfils
Agathe Beauchamp
Rita Blais
Lucie Labrosse
- Comité d'accueil:** Janine Marcotte, répondante
Pierrette Gérard, responsable
Lucille Bariteau
Pauline Rioux
Lucie Lacoste-Monfils
Nicole Aubry-Hébert
Diane Modéry
- Condition des femmes:** Diane Modéry, répondante
Nicole Thomas, responsable
- Fondation Laure-Gaudreault:** Diane Modéry, répondante
Nicole Aubry-Hébert, responsable
- Environnement:** Diane Modéry, répondante
Paul Lalonde, responsable
- Assurances:** Diane Modéry, répondante
Lyette Campeau et Denise Ménard, responsables
- Condition des hommes:** Raymond Whissell



**PLAN D'ACTION- 2003-2004
Région 07 - secteur D Petite-Nation**



1- Orientations 3-4-5: développer le sentiment d'appartenance

- 1.1 Développer les liens «intra-sectoriels»
 - Fête de l'accueil des nouveaux retraités
 - Petit bottin téléphonique
 - Envoi de cartes d'anniversaire
 - Fête de Noël
 - Cabane à sucre
 - La Saint-Valentin
 - Fête des bénévoles
 - Déjeuners mensuels (informations et divertissements)
- 1.2 Développer les liens «inter-sectoriels»
 - Tournoi de golf Fondation Laure-Gaudreault
 - Envoi de notre journal à Québec, dans les autres régions et secteurs.
- 1.3 Développer des liens avec nos communautés respectives
 - Visite des résidences des aînés de la Petite-Nation
 - Déjeuners dans différents villages du secteur
 - Implications de nos membres dans les organismes de leur milieu
- 1.4 Informer nos membres
 - Chaîne téléphonique
 - Bulletin *Enfilant le temps*
 - Messages par la poste et lors des rencontres
- 1.5 Nous donner une plus grande visibilité
 - Accueil de membres amis de l'A.R.E.Q.
 - Communiqués dans les journaux de la région: *Le Droit, La Petite-Nation*

2- Orientations 9-13-14: Violence, pauvreté et condition des femmes

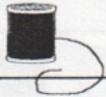
- 2.1 Suivre le plan d'action de la Condition des femmes
- 2.2 Souligner la journée de la femme

3. Orientation 17: Système de santé et des services sociaux

- 3.1 Se sensibiliser à la vie quotidienne de nos aînés et à leurs besoins
 - Visite des résidences des aînés
 - Parler avec les pensionnaires afin de connaître leur situation
 - Parler avec les propriétaires des résidences qui vivent avec le système
 - Information provenant de membres siégeant sur certains comités
- 3.2 Inciter nos membres à s'informer et à s'impliquer
 - Participation à différents comités

4. Orientaton 7: L'environnement

- 4.1 Continuer à se sensibiliser à la nécessité de veiller sur notre environnement
 - Poser des gestes en concordance avec le plan d'action de l'environnement régional.
 - Informer nos membres sur des faits concernant notre milieu.



Abréviations courantes

C.E.	Conseil exécutif (5 personnes élues par le congrès)
C.A.	Conseil d'administration (C.E.+10 présidents régionaux)
C.P.	Conseil provincial(C.A.+ tous les présidents de secteurs)
C.R.	Conseil régional
C.D.	Comité directeur
C.S.Q.	Centrale syndicale du Québec
Com com	Comité de coordination de l'information et de communications
Assureq	Régime d'assurances des retraités de l'enseignement du Québec
C.A.S.	Comité d'action sociopolitique
C.E.R.	Comité d'éducation relative
F.L.G.	Fondation Laure Gaudreault
C.I.	Conseil international de la C.S.Q.
C.G.	Conseil général de la C.S.Q.
C.I.N.	Conseil international de négociation de la C.S.Q.
C.G.N.	Conseil général de négociation
R.C.F.	Réseau de la condition des femmes
C.R.E.F.	Groupement des retraitées et retraités éducateurs sans frontière
A.Q.G.	Association québécoise de gérontologie
C.C.Q.	Conseil de la coopération du Québec
ACER/CART	Association canadienne des enseignants et enseignantes retraités
A.F.C.	Association des aînées et des aînés francophones du Canada
C.C.D.S.	Conseil canadien du développement social

Coordonnées utiles

A.R.E.Q.

320, rue St-Joseph Est, Bureau 100, Québec G1K 9E7
(418) 525-0611 ou 1-800-663-2408 Téléc: 1-418-627-2711

Les protections RésAut CEQ

6300, boulevard de la Rive-Sud Lévis (Québec) G6V 9Z9
1-800-363-6344 ou (418) 835-6806

C.A.R.R.A.

475, rue St-Amable, Québec (Québec) G1R 5X3
1-800-363-9883

R.A.M.Q.

1125, chemin St-Louis, Sillery (Québec) G1S 1E7
(418) 646-4636 ou 1-800-561-9749

Régie des Rentes du Québec

170, rue Hôtel-de-Ville, Hull, (Québec) J8Z 1W8
(819) 772-3049 ou Québec 1-800-463-5185

S.S.Q-Vie (pour l'A.R.E.Q.)

2525 boulevard Laurier, Ste-Foy (Québec) G1K 7S9
1-800-463-5535 ou 1-888-833-6962

Assurance médicaments

(carte soleil)
1-800-561-9749

Sécurité de la vieillesse

85, rue Bellehumeur, Bureau 150,
Gatineau, (819) 568-4055

Curateur public

1-800-363-9208

Pension de retraite du Canada

1-800-277-9915

Présidente Régionale,

Claudette Caron Vaillancourt
819 449 1686

Communication-Québec

1-800-363-1363 en région:772-3232

S.A.A.Q.

1-888-667-8687 ou 1-888-361-7620

S.E.O.

776-5506



Le fil conducteur suite

Nouvelles du C.A.

Les 3 et 4 juin 2004, se tiendra le **Congrès extraordinaire** à Trois-Rivières. Pour en connaître plus sur la situation, je vous conseille de reprendre le *Quoi de Neuf* de juin et juillet 2003 et de lire les articles concernant le dernier congrès.

Nouvelles de la région

La rencontre régionale de l'automne se tiendra à Gatineau, plus précisément au Centre communautaire de Val Tétéreault. L'accueil à 10 h. Côté récréatif: la *Chorale des 4 Jeudis*. Le coût: 16\$. Nous vous prions de confirmer votre présence avant le 16 octobre 2003, en envoyant un chèque, libellé à A.R.E.Q. Petite-Nation, à Diane Modéry, 625, rue Notre-Dame, Montebello (Qué.) J0V 1L0.

Pendant que la présidente (moi-même) va se payer du travail en surplus pour recevoir vos nombreux chèques, la trésorière (Suzanne) ira se prélasser en France... Il n'y a pas de justice...

Lors de cette journée, nous soulignerons le départ de Georgette Lance, de Ghislaine Mongeon, de Micheline Hamel et d' Adrienne Carpentier du conseil régional.

Nouvelles du secteur

Cette année, le **projet Être de son Temps** qui sera présenté à Québec par notre secteur, comporte différents volets concernant la santé de nos membres. Nous organisons des cours d'Aquaforme pour la santé physique, des conférences pour la santé morale et pour le plaisir d'apprendre et, des sessions de *Scrabble* pour le plaisir.

Volet physique: il ne reste que quelques places pour le cours d'aquaforme, mais il y a des sessions de Taï Chi qui peuvent aussi vous tenir en forme et qui se donnent dans différents villages.

Volet santé morale et intellectuelle: la première conférencière invitée est madame Lise Thouin. Sa conférence s'intitule *De l'accompagnement à la compassion*. Elle aura lieu le 22 octobre 2003, à la salle municipale de Montebello. Le coût: 10\$. Les places sont limitées. Cette conférence a été possible grâce à l'appui du *Comité Arts et culture de Montebello* et à la collaboration d'autres Club sociaux. Pour plus d'informations vous pouvez vous adresser à Diane Modéry, 423-5681.

Volet détente: en ce qui concerne la session de *Scrabble*, le lieu sera déterminé par le nombre de participants(es). Madame Gisèle Brazeau, une spécialiste en la matière, est prête à venir nous aider à démarrer et à nous apprendre les règles essentielles pour bien fonctionner. Nous attendons vos inscriptions. Denise Fahey s'occupe de cette activité (427-6734).



Le fil conducteur suite

La tournée chez nos aînés(es). Cette année encore, nous visiterons les différentes maisons des aînés. Pour cette troisième saison, nous avons toujours la chance d'être accompagnés(es) de nos musiciens. Nous vous ferons connaître l'horaire des visites. Nous vous invitons à vous joindre à nous, lorsque nous serons dans votre patelin.

Notre petit bottin. Nous avons fait rééditer le bottin des professeurs en rectifiant les informations devenues désuètes et en y insérant nos nouveaux retraités de 2002 et de 2003. Nous pensons vous l'offrir au coût de 2\$. Vous pouvez téléphoner à une des membres du Comité directeur et nous vous le ferons parvenir.

Diane Modéry



Le fil cassé

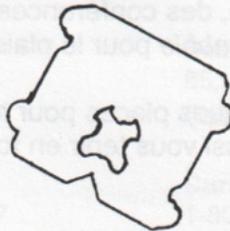
• Nous ont quittés...

Mme Florence Loyer et M. Bernard Loyer, parents de Lucille Bariteau.

M. Donat Dockstader, père de Gérard Dockstader.



Enviro-fil



Cette année, nous désirons poser un geste concret en récupérant les goupilles, les attaches en plastique et les cassettes d'encre vides (pour les imprimantes). Lors de nos rencontres, nous apporterons des contenants dans lesquels vous pourrez déposer les objets en question.

Vous aurez bientôt plus de nouvelles sur le programme de cette année, dans le domaine de l'environnement. Paul Lalonde devrait vous en faire part.

Merci Lucien pour ce que tu as fait ces deux dernières années. Maintenant prends soin de toi.

Diane Modéry



Comparons...

À propos de l'eau, saviez-vous que...

1. 1,75% des Nord-Américains souffrent de déshydratation chronique?
2. Chez 37% des Nord-Américains, le mécanisme déclencheur de la soif est tellement faible qu'il est souvent confondu avec la faim?
3. Même une déshydratation faible ralentit le métabolisme de 3%?
4. Une étude menée à l'Université de Washington démontre qu'un verre d'eau coupe la «fringale de minuit» chez presque 100% des personnes au régime?
5. Le manque d'eau est le déclencheur no 1 de la fatigue diurne?
6. Des recherches préliminaires indiquent que la consommation de 8 à 10 verres d'eau par jour diminue les maux de dos et de jointures chez presque 80% des personnes atteintes de ces maux?
7. Une baisse de 2% de la quantité d'eau que doit contenir le corps humain peut interférer avec la mémoire à court terme, les opérations mathématiques de base et créer des difficultés de concentration à la lecture d'un écran d'ordinateur ou d'un imprimé?
8. La consommation de 5 verres d'eau par jour diminue de 45% le risque de cancer du colon, de 9% l'occurrence du cancer du sein et coupe de 50% la possibilité d'un cancer de la vessie?

À propos du Cola, saviez-vous que...

1. Dans plusieurs états américains, les policiers transportent deux gallons de cola dans le coffre arrière de leur voiture pour nettoyer le sang répandu sur la chaussée?
2. Si vous placez un steak (T-bone) dans un plat contenant du cola, il disparaîtra complètement en deux jours?
3. Pour nettoyer la cuvette, vous videz une cannette de cola, vous laissez reposer pendant une heure, puis vous tirez la chasse d'eau? L'acide citrique contenu dans le cola fait disparaître les taches incrustées dans la porcelaine.
4. Pour enlever la rouille sur un pare-choc en chrome, vous devez le frotter avec un papier d'aluminium Reynolds froissé qui aura préalablement trempé dans du cola?
5. Pour faire disparaître la corrosion sur une batterie, vous videz une cannette de cola sur les bornes de la batterie?
6. Pour desserrer un verrou rouillé, vous placez un chiffon imbibé de cola sur le verrou pendant quelques minutes?
7. Pour attendrir un jambon, vous videz une cannette de cola dans votre plat de cuisson, puis vous enveloppez votre jambon dans du papier d'aluminium et vous faites cuire? Trente minute avant la fin de la cuisson, enlevez le papier d'aluminium pour permettre au jus de cuisson de se mélanger au cola et vous aurez une sauce brune onctueuse.
8. Pour enlever les taches de graisse sur vos vêtements, vous videz une cannette de cola sur votre lessive? Ajoutez votre détergent et lavez au cycle régulier. Le cola aide à détacher la graisse. Il est excellent pour le nettoyage des pare-brise.
9. L'ingrédient du cola est l'acide phosphorique? Son PH est de 2,8?
Il peut dissoudre un clou en quatre jours? L'acide phosphorique brûle le calcium des os et contribue à l'augmentation de l'ostéoporose?
10. Pour transporter le «concentré» qui sert d'ingrédient de base du cola, les camions-citernes doivent afficher sur le véhicule le logo *Matériel corrosif*?
11. Les distributeurs de cola l'utilisent depuis plus de 20 ans pour nettoyer les moteurs de leurs camions?

Lorsque vous ressentirez la soif, pensez-y... le cola ou l'eau...

(Extrait d'un site interne, auteur inconnu)



Enfin la retraite!

Du temps juste pour moi, est-ce possible? Du temps juste pour vivre et respirer calmement, y ai-je droit? En tout cas, une chose est certaine: en ce début d'année scolaire, pas de stress en cette période difficile de la rentrée, les vacances perdurent... Peut-être qu'un petit pincement au coeur te chatouille à l'occasion, mais tu apprends à lâcher prise et tu goûtes de plus en plus à la liberté...

Tu veux te donner du temps pour apprécier, choisir et aimer, sans toutefois te conformer à un horaire fixe comme jadis?

J'ai des petites nouvelles pour toi...

Savais-tu qu'à la retraite, les pages de ton agenda sont presque toutes remplies? Tu crois que tu vas enfin te reposer?

J'ai encore d'autres petites nouvelles pour toi...

Que tu le veuilles ou non, tu seras encore à plein temps au travail mais, à un rythme différent, selon tes besoins spécifiques: c'est-à-dire ceux que tu auras privilégiés.

Les projets que tu caresses depuis tant d'années prendront peut-être leur envol d'ici quelquel temps...

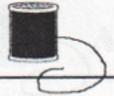
Les cours que tu voulais tellement suivre sont à ta portée maintenant. Il n'y a pas d'âge pour suivre des cours, tu le sais...

Les loisirs, les sports, les voyages, les rencontres, le magasinage, les amis, la maison à retaper etc... Y as-tu pensé?

Bien sûr, certains besoins inattendus surgiront à l'improviste (comme d'habitude) mais tu sauras les accepter et y faire face encore... On passe tous par là, un jour ou l'autre...

Crois-tu toujours après ce que je viens de te dire que tu vas pouvoir enfin te reposer? Non! Ne t'en fais pas, c'est comme ça! On est tous et toutes dans le même bateau. Plusieurs d'entre nous goûtent à cette salade depuis plusieurs années déjà. Et regarde comment on se porte! On n'est pas si mal, n'est-ce pas? Plusieurs retraités(es) sont venus(es) t'accueillir aujourd'hui et personne ne semble malheureux...

La vie continue...et avec cette retraite, tu arrives bien sûr à un âge respectable... l'âge de la sagesse! Mais ne t'enfle pas la tête avec le mot SAGESSE.



De fil en aiguille suite

On est sage tout simplement parce qu'on a moins de capacité pour faire valoir notre expérience... C'est pourtant bien simple à comprendre... C'est seulement une équation quelconque: EXPÉRIENCE - CAPACITÉ = SAGESSE. Il ne faut pas en faire un plat! C'est ça qui est ça!

Bon, eh bien voilà! Tu fais désormais partie des retraités(es) de l'A.R.E.Q. secteur Petite-Nation et nous te souhaitons la bienvenue parmi nous.

Comme tu le vois, on a du plaisir ensemble et les liens que nous façonnons sont tissés d'amour, d'amitié, de partage, de chaleur humaine, de joie de vivre. Tu as dû remarquer qu'un fil humoristique consolide les mailles et les unit davantage. C'est ce petit fil qui fait toute la différence.

En joignant ta maille aux nôtres, nous serons encore plus nombreux(ses) à tisser ces liens lors de nos rencontres fraternelles...

Bonne retraite! Bienvenue dans l'A.R.E.Q.

Denise Fahey



À toutes et à tous

Merci pour tout: votre amitié, votre affection, votre support, votre collaboration, votre petit prince.

Vos prières, vos lampions, vos pensées positives ont sûrement fait effet car j'ai obtenu le poste par une très forte majorité.

Maintenant, je devrai penser provincialement. Mais soyez assurés que je n'oublierai jamais d'où je viens et qu'il y aura toujours une très grande place dans mon coeur pour ma région: l'Outaouais.

Comme Jessica, je vous redis: "Je vous aime."

Adrienne Carpentier



De fil en aiguille suite

Mot sur la nouvelle présidente régionale

J'ai rencontré Claudette au Congrès de Sherbrooke où, novices comme présidentes, nous avons gardé des places pour les membres de nos Comités directeurs qui logeaient hors du Centre des Congrès. Nous nous sommes serré les coudes et ce fut le début de notre amitié. Déjà, je reconnaissais chez Claudette, toutes les qualités essentielles pour relever le défi du poste qu'elle occupe présentement. Décidée, énergique et objective, sa plus belle qualité demeure encore sa grande simplicité.

Née à Maniwaki, elle a fait ses études à Ottawa, en commerce, et à l'Université du Québec à Hull, en administration et en pédagogie. Elle a fait carrière à Maniwaki, à la Cité étudiante de la Haute-Gatineau, secteur Administration, commerce et secrétariat. Elle est la mère de deux garçons et la grand-mère d'une petite-fille de neuf ans. Elle et son époux aiment recevoir et leur porte est toujours ouverte à qui veut partager les plaisirs de la vie avec eux. Mariée à un amateur et dégustateur de bons vins, elle est devenue elle aussi, une amatrice de vins recherchés.

En plus d'être très active à l'A.R.E.Q., elle est membre de différents comités dont le Conseil de la Régie régionale de la santé. De nature sportive, elle adore le ski alpin et rien ne l'arrête quand il s'agit de pratiquer ce sport. La distance ne compte pas et elle peut même se rendre en Autriche pour le plaisir de dévaler des pentes à la hauteur de son habileté.

Claudette, j'ai un conseil à te donner: pour les deux prochaines années, il serait préférable pour toi de te mettre à la pratique du ski nautique, car avec le temps que tu devras passer à Québec, tu n'aura pas le loisir de dévaler souvent des pentes, au cours de la saison hivernale. Au moins, avec le ski nautique, tu auras toute la liberté de sillonner les lacs de ton coin de pays, l'été prochain ...

Diane Modéry



Au fil des mots

Un petit commentaire sur Grapilles

Je "grapille" tout au long de tes pages et sur chacune d'elles une émotion nouvelle étreint mon coeur...

Ce sont des confrères et consoeurs à moi qui dans leur vie de retraité(e)s ont trouvé le temps de faire silence pour laisser parler leur coeur et leur imagination...

Bravo et merci à vous!

Je *grapillerai* encore très souvent pour m'imprégner de vos richesses.

N.B. Merci à Margot pour cette: «Dernière classe de français».

Denise Labelle Labonté.



Au fil des ans

Historique des écoles de Chénéville, Lac-Simon et Vinoy

En 1864, une première école fut fondée près du Grand Lac. Deux ans plus tard, on en érigea une seconde. Enfin, en 1870, la première fut transportée au village.

Quelques écoles de rangs...

École chez André Hotte, au Lac
Simon. Propriété de madame
Denise Marion.



Ecole du rang Sainte-Marie,
appelée régulièrement école du
"Haut-des-Côtes".



Plusieurs écoles se succédèrent :

École "Sainte Famille"

La fondation du couvent de Chénéville a été mise sous le vocable de la Sainte-Famille. On retrouve dans les chroniques, la description du site géographique dans les termes suivants: "Dans la province de Québec, Comté de Labelle, il existe un charmant petit village à 23 milles des chars, dans les montagnes."

Le 6 septembre 1901, sur le soir, arrivaient à Chénéville Soeur Alphonse du Sacré- Coeur, supérieure, venant d'Huberdeau; Soeur Marie de Saint-Nizier, venant de France; Soeur Joseph de Saint-Jean-Baptiste, soeur canadienne. Le curé Guillaume qui les attendait, les reçut avec joie et les logea au presbytère.

Au début, les soeurs endurèrent beaucoup de privations. La construction du couvent était peu avancée; seul le premier étage était maçonné. Elles s'installèrent dans la vieille maison d'école petite et basse. Il y avait deux classes pour loger plus de 120 élèves!

Faut-il parler du mobilier? La première classe comprenait une dizaine de tables à six places, les petits n'avaient que quatre vieilles tables, les autres écrivaient sur leurs genoux. La classe était de plein pied; l'hiver la neige arrivait sur les jambes des enfants.

Les beaux jours arrivés, les ouvriers se remirent au travail avec acharnement afin que les soeurs puissent quitter leur pauvre demeure. Le curé lui-même travailla comme un simple ouvrier.

Le 14 mai, les soeurs firent leur entrée au couvent qui était loin d'être terminé. Elles ne disposaient que de trois pièces. C'était déjà plus que les deux chambres du presbytère offertes si charitablement par monsieur Guillaume.

Mgr Thomas Duhamel bénit la maison quelques semaines plus tard souhaitant aux soeurs d'accroître leur nombre pour le plus grand bien de la paroisse.

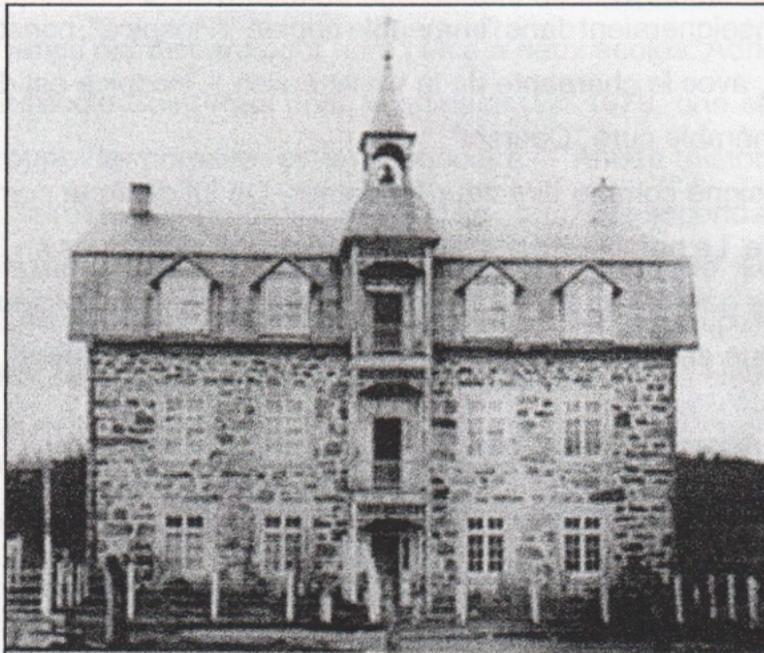
Aux examens de juin, quatre élèves présentés obtenaient leur diplôme. Les Filles de la Sagesse avaient vécu leur première année scolaire à Chénéville. Au mois d'août 1904, avait lieu la bénédiction de la cloche. Au cours des années 1905-1911, les soeurs de Chénéville eurent des encouragements et reçurent des félicitations pour leur travail.



Les premières postulantes furent Graziella Bédard, Léona Allard, Élizabeth Gariepy et Rose-Alba Cardinal.

En 1908, une quatrième classe était ouverte, sept candidates présentées aux examens sont reçues, en 1910. Soeur Joseph de la Paix arriva en 1913 et demeura vingt et un ans à Chénéville avant d'être remplacée par Soeur Marie-Jules du Carmel.

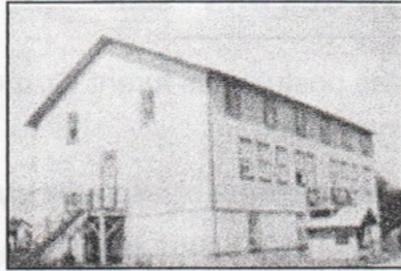
Les fondatrices sont venues et elles sont parties. Les Filles de la Sagesse restèrent un peu plus de cinquante ans à Chénéville.



Couvent des Soeurs de la Sagesse appelé «Sainte-Famille»

Au fil des ans suite

École "Coursol" (école des garçons)



L'année scolaire 1944-45 a débuté avec cinq fondations dans le diocèse d'Ottawa et Chénéville est l'une d'elles. Monsieur Émile Coursol, curé, de concert avec les commissaires messieurs Urbain Chéné, Dr. A. Clairoux, Athanase Maillé, Eusèbe Pilon et Réal Périard, entreprit en 1942, auprès du Frère Jean-Félix, provincial, des démarches afin d'obtenir des religieux mais ce fut un échec. Il revint à la charge deux ans plus tard et il obtint trois frères qui enseigneraient dans l'immeuble appelé "l'Hospice", construit autrefois par le curé Guillaume, avec la charpente de la vieille église. L'Hospice est devenu école et porte le nom du vénérable curé "Coursol".

Le Frère Julien fut désigné comme directeur-fondateur. On lui désigna comme aide les frères Antoni et Aristide. Le nombre d'élèves se maintient à 60, distribués en 3 classes, de la 3e à la 9e année. Ils gardent un bon souvenir de leurs anciens professeurs, les Filles de la Sagesse, ainsi que de messieurs Lionel Duguay, Cossette, Raymond, et Pellerin.

École "Coursol"

Les frères ont habité à divers endroits: d'abord dans la maison d'Armand Servant. La deuxième année chez madame Closson, de 1946 à 1949, chez Paul Malette et enfin de 1950 à 1958, une nouvelle résidence face à l'école du temps.

En 1944, une chorale de 40 petits garçons naissait sous la direction du Frère Julien. Deux ans plus tard, ces jeunes furent remplacés, faute de "combattants" par la gent féminine du couvent d'à côté. Soeur Alexandre, musicienne chevronnée, voyait à préparer ses chanteuses tandis que madame Landriault les accompagnait à l'orgue.

Après un terme de six ans, le Frère Julien disait adieu à ses amis comme à ses chanteurs. En 1958, les supérieurs retirèrent les Frères du Sacré-Coeur de Chénéville.

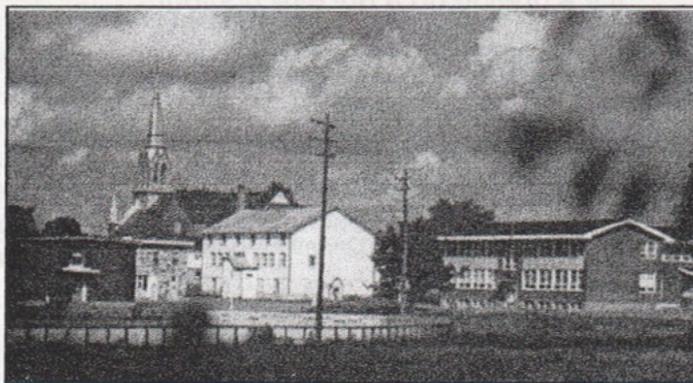


École "Saint-Paul"

Au mois de juin 1957, Monsieur le curé Henri Bélanger et les membres de la Commission scolaire de Chénéville invitent la congrégation des Sœurs de la Charité d'Ottawa à venir en mission à Chénéville. C'est ainsi qu'au mois d'août 1957 une nouvelle mission est fondée, la 133e de la Congrégation. C'est le départ des trois fondatrices pour Chénéville dont la supérieure Soeur Marie- Gustave.

Le couvent "Sainte Famille", des Filles de la Sagesse, sera à l'avenir dénommé couvent "Saint-Paul" en hommage à Mère Saint-Paul, supérieure générale de la Congrégation. Les années passent...l'école Saint-Paul a dû laisser sa place. Toutefois, les paroissiens bénéficient et apprécient le dévouement des Soeurs de la Charité.

Les écoles des rangs ont disparu pour faire place à deux écoles: Adrien- Guillaume pour le secondaire et l'école Saint-Paul pour le primaire. En 1979, une seule école, Adrien-Guillaume regroupe le primaire et le secondaire. Année historique alors que la Commission Scolaire Régionale Papineau décide de fermer le secondaire pour peupler les écoles de Saint-André-Avellin et la polyvalente de Papineauville. Les paroissiens, les parents des enfants et les gens des villages environnants se regroupent pour dire non aux commissaires. Il aura fallu une grève des parents pour garder les élèves du secondaire 1 et II à Chénéville.



École Saint-Paul, la Salle des Losirs, (ancienne école Coursol), École Adrien-Guillaume



Vieillir en beauté

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec son coeur
Sans remords, sans regret, sans regarder l'heure...
Aller de l'avant, arrêter d'avoir peur
Car à chaque âge se rattache un bonheur.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec son corps
Le garder sain en dedans, beau en dehors.
Ne jamais abdiquer devant un effort
L'âge n'a rien à voir avec la mort.

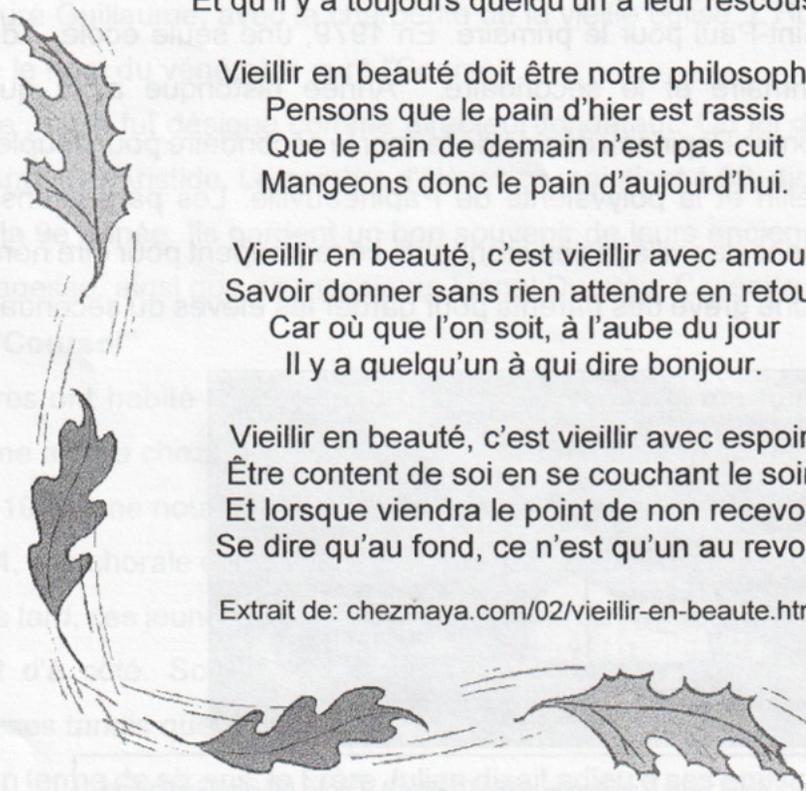
Vieillir en beauté, c'est donner un coup de pouce
À ceux qui se sentent perdus dans la brousse,
Qui ne croient plus que la vie peut être douce
Et qu'il y a toujours quelqu'un à leur rescousse.

Vieillir en beauté doit être notre philosophie
Pensons que le pain d'hier est rassis
Que le pain de demain n'est pas cuit
Mangeons donc le pain d'aujourd'hui.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec amour
Savoir donner sans rien attendre en retour
Car où que l'on soit, à l'aube du jour
Il y a quelqu'un à qui dire bonjour.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec espoir,
Être content de soi en se couchant le soir.
Et lorsque viendra le point de non recevoir
Se dire qu'au fond, ce n'est qu'un au revoir!

Extrait de: chezmaya.com/02/vieillir-en-beaute.html



Denise Fahey



Aiguillée de mots peaufinés suite

VIVEMENT AVOIR 80 ANS ! ...

À tous ceux et celles qui ont enfin atteint l'âge d'or, j'ai de bonnes nouvelles pour vous car la vie commence à 80 ans .

Les 80 premières années de la vie sont les plus difficiles à passer, les 80 suivantes sont une suite de joyeux anniversaires .

Dès que vous atteignez le 80, on se précipite pour porter vos bagages et on vous aide à monter les escaliers. Si vous oubliez votre nom ou le nom de quelqu'un, si vous oubliez un rendez-vous ou un numéro de téléphone, ou si vous prenez trois rendez-vous différents à la même heure, même si vous oubliez le nombre de petits-enfants dont vous êtes la grand-mère, vous n'avez aucune explication à donner, vous n'avez qu'à dire votre âge .

Les 80 ont un énorme avantage sur les 70. À 70 ans, les gens de votre entourage s'impatientent à la moindre occasion. À 80, vous avez l'excuse parfaite, peu importe la bêtise que vous faites. Si vous agissez en enfant, c'est votre retour en enfance et on cherche les symptômes de l'amollissement de votre cerveau.

À 70 ans, vous n'avez que des ennuis. Les gens s'attendent à ce que vous déménagiez dans un condo en Floride, que vous vous plaigniez de votre arthrite, (anciennement ils appelaient ça lumbago), et vous demandez à tout le monde de cesser de murmurer, parce que vous ne les entendez plus. La réalité est que vous avez perdu 50% de votre audition.

Si vous réussissez à survivre jusqu'à l'âge de 80 ans, tout le monde est surpris que vous soyez encore vivants. On vous traite maintenant avec respect, juste parce que vous avez vécu aussi longtemps. On est même surpris de vous voir marcher et parler avec sérénité.

Donc, mes amis et amies de l'âge d'or, faites tout votre possible pour atteindre cet âge honorable, ce sera la meilleure partie de votre vie. Les gens vous laisseront tout passer, vous pardonneront tout, vous pourrez tout vous permettre. La vie commence vraiment à 80 ans !

Je sais de quoi je parle !
Une petite vieille

Auteur: Louis L. René de Cotret

« En vieillissant, on devient plus fou et plus sage. » La Rochefoucauld

« Vieillir, c'est organiser sa jeunesse au cours des ans . » Paul Éluard



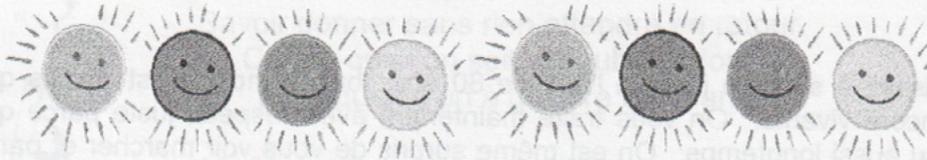
Sourire

Sourire, c'est chanter les plaisirs de l'enfance
C'est avoir dans le coeur des notes de vaillance
Sourire, c'est chanter!

Sourire, c'est aimer la puissante nature
C'est donner au prochain et panser sa blessure
Sourire, c'est aimer!

Sourire, c'est pleurer, acceptant la souffrance
C'est se sacrifier par devoir et bonté
C'est vivre le verset de sublime vaillance
Qu'ont écrit les héros aux pages du passé
C'est pardonner toujours et garder le silence
Sourire, c'est pleurer!

André Georget



Ce beau texte nous vient de **Lucille Bariteau**



Le fil noué



Nous souhaitons un prompt retour à la santé à Rachel Aubry.
Également à Jacques Pépin dont l'état de santé nous tient en haleine.



As-tu ton Épi-Pen?

Il fait beau et chaud. Vous décidez d'élaguer les plants de tomates de votre jardin et vous en profitez pour ajouter des matières premières à votre compost. Belle activité pour un après-midi ensoleillé. Mais les guêpes sont aussi actives et comme elles ont élu domicile dans le bac, elles n'apprécient pas que vous approchiez de leur territoire. Une première vous pique, suivie d'une consoeur. Ça fait mal! Très mal!

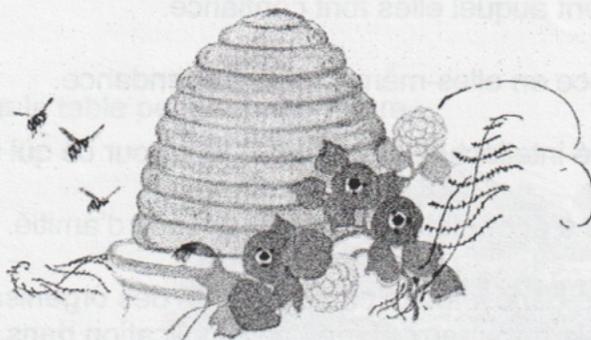
Presque tout le monde a déjà vécu une expérience semblable et nombreux sont ceux qui auraient une anecdote à raconter. J'imagine le bourdonnement des voix...

À l'occasion, les choses se passent différemment. Si, dans les minutes qui suivent une piqûre de guêpe, vous sentez les symptômes suivants: une poussée d'urticaire, ça pique partout, vos oreilles rougissent et enflent, vos lèvres doublent de volume et surtout si vous avez l'impression d'étouffer, n'hésitez pas à demander de l'aide. Vous avez un urgent besoin de soins fournis par un médecin ou à défaut, par un ambulancier.

Après un séjour de 24 heures à l'hôpital, vous retournerez à la maison avec votre Épi-Pen. Cette seringue contient la dose d'adrénaline que vous devrez vous injecter avant de vous rendre à l'hôpital, la prochaine fois. Vous savez maintenant que vous êtes allergique aux piqûres de guêpes.

À l'avenir, vos amis vous demanderont avant d'aller jouer au golf avec vous: "As-tu ton Épi-Pen?" Si vous êtes chanceux(se) et prudent(e), vous pourrez conter votre mésaventure encore longtemps.

Suzanne Gauthier Lalonde.





Une retraite réussie

Qu'est-ce qui est intéressant dans une bougie? Ce n'est pas la cire ni la mèche. C'est la flamme. Que la bougie soit neuve ou qu'elle arrive à sa fin, la flamme est la même, elle produit autant de chaleur, autant de lumière. De même, ce qui est important dans l'être humain, ce n'est pas seulement son corps, c'est son intelligence, son être qui reste le même de sa naissance à sa mort. La capacité de vivre, le désir de vivre le changement.

Dr Pierre Guillet

D'après le Conseil canadien national du Troisième Âge (CCNTA), les éléments qui favorisent une adaptation réussie à la retraite sont: une bonne santé, un revenu suffisant et une vie satisfaisante en ce qui a trait à la famille, aux activités communautaires et aux centres d'intérêt. La préparation à la retraite de nos membres a amené ceux-ci à faire des projets, à se lancer des défis de toutes sortes, à mettre en oeuvre leurs talents et leurs compétences pour se réaliser à d'autres niveaux. Ces projets, ces défis font appel aux ressources de leur personnalité et à leur capacité d'actualiser leur potentiel.

Beaucoup de membres de notre association vont se reconnaître dans les caractéristiques propres à ces personnes bien adaptées et créatrices:

.....Une attitude fondamentalement positive inspirée par la vie qu'elles mènent.

.....La conscience que leur propre bonheur dépend en grande partie d'elles-mêmes.

.....Un jugement auquel elles font confiance.

.....La confiance en elles-mêmes et l'indépendance.

.....La curiosité intellectuelle et l'intérêt vital pour ce qui se passe autour d'elles.

.....la capacité d'entretenir de solides relations d'amitié.

Que ce soit par le bénévolat, la participation à des organisations, les projets de toutes sortes, le travail, le retour aux études ou l'implication dans le réseau familial, vous connaissez tous et toutes des personnes qui vivent sereinement leur retraite. C'est sans doute cela que l'on appelle *l'art de vivre*.

Nicole Thomas / Condition des Femmes

Source: Module Femmes âgées et retraitées de l'A.R.E.Q.



Le fil se tisse

LISTE DES DÉJEUNERS POUR L'ANNÉE 2003-2004

Le jeudi 9 octobre	2003	à 9 h 30	à Notre-Dame-de-la-Paix
Le jeudi 13 novembre	2003	à 9 h 30	à Chénéville, <i>Steak House</i>
Le jeudi 11 décembre	2003	à 9 h 30	à St-André-Avellin, <i>Place du Forêt Noire</i>
Le jeudi 8 janvier	2004	à 9 h 30	à St-André-Avellin, <i>Le Vieux Chaudron</i>
Le jeudi 12 février	2004	à 9 h 30	à Plaisance, à déterminer
Mars	2004		repas à la cabane à sucre (date et lieu à déterminer)
Le jeudi 8 avril	2004	à 9 h 30	à Montebello, <i>Le Lycée sur la Rivière</i>
Le jeudi 6 mai	2004	à 9 h 30	à St-André-Avellin, <i>Place du Forêt Noire</i>
Le jeudi 10 juin (Fête des bénévoles)	2004	à 9 h 30	<i>Golf Héritage ou Golf de Montpellier</i>



Le goût du fil

Salade riz et crevettes

2 tasses de riz cuit et égoutté
Ajouter ciboulette, sel et poivre.
1 jus de citron
1/4 de tasse d'huile
Mélanger le tout et laisser reposer sur la table pendant une heure.

Faire gonfler une tasse de raisins.
Égoutter et ajouter au riz.
3 c. à table de miel
poudre de cari au goût
1 oignon râpé
1 tasse de noix hachées
1 boîte de mandarines égouttées
1 ou 2 boîtes de crevettes

Thérèse Turpin





La filature

La petite histoire de Laure Gaudreault

Laure Gaudreault est née à La Malbaie en 1889. Comme il n'y avait pas d'école dans le rang où les Gaudreault habitaient, c'est la mère qui enseigna à ses enfants, six filles et quatre garçons.

C'est à l'âge de 13 ans qu'elle commence à fréquenter la "vraie" école, au couvent des sœurs grises de la Charité à La Malbaie.

À 17 ans, Mlle Gaudreault devient institutrice dans Charlevoix. Elle se trouve à la tête d'une classe de 48 filles de tous les âges avec comme salaire un maigre 125\$ par an. Le dixième de ce que pouvait gagner un instituteur urbain.

La jeune fille veut devenir religieuse chez les Ursulines, mais sa santé l'oblige à renoncer à cet état de vie.

Après avoir enseigné jusqu'en 1919, c'est la mort dans l'âme qu'elle doit quitter son poste pour cause de maladie.

Puisque Laure Gaudreault ne peut plus enseigner, elle va écrire. Son but: être utile, participer à une prise de conscience collective et surtout faire que les institutrices rurales puissent avancer la tête haute. Elle poursuit son travail de journaliste en dénonçant les conditions de travail imposées aux jeunes institutrices.

Quand, en 1931, elle revient exercer sa profession, elle continue sa lutte. Les institutrices rurales du temps sont souvent jeunes et isolées. Elles redoutent de subir la colère de MM. les commissaires, de MM. les inspecteurs, de M. le Curé ou, pire encore de Mgr l'évêque.

En 1936 avec une trentaine d'entre elles naît l'ACIR, l'Association catholique des institutrices rurales. La petite caisse de l'Association possède 6,25\$...

Un an plus tard, 13 associations voient le jour et 300 institutrices se réuniront pour le premier congrès provincial à La Malbaie.

Laure Gaudreault va frapper à la porte des hommes politiques et, au besoin, insistera, mais sans jamais se départir de la politesse et de l'élégance qui lui étaient propres. Difficile d'envoyer paître quelqu'un qui s'adresse à vous avec déférence. On n'évinçait pas Laure Gaudreault. Son attitude en était une de gagnante et elle a gagné. Même Maurice Duplessis qui avait fait peu de cas des demandes antérieures de l'ACIR dut recevoir et écouter les doléances des institutrices rurales.

Ensuite Laure Gaudreault devient présidente de la FCIR, la Fédération catholique des institutrices rurales de la province de Québec. Un salaire annuel de 450\$ lui est assuré.



La filature suite

On ne parlait guère alors des délégués syndicaux ou de conventions collectives, mais la semence était jetée et la récolte suivrait.

Elle participe à la rédaction de *"Notre petite feuille"* qui deviendra en 1941, *"Notre feuille"*, un mensuel au service de la cause des enseignantes rurales. Celui-ci deviendra *"L'Enseignement"*, pas si lointain ancêtre de *"Nouvelle CSQ"*, aujourd'hui tiré à plus de 1 000 000 exemplaires.

Active dans le syndicat des enseignants jusqu'en 1965, Laure Gaudreault a de plus contribué à la fondation de l'AREQ, L'Association des retraitées et des retraités de l'enseignement du Québec, un regroupement "d'envergure et d'avenir". En 2003 son bulletin *"Quoi de neuf?"* atteint les 40 000 exemplaires.

Détermination, intelligence, ardeur au travail et dévouement constant ont fait de la syndicaliste une militante redoutable et redoutée.

Nicole Aubry-Hébert

Extrait d'un article écrit par Betty Achard pour le magazine *"Madame au foyer"*, septembre 2003.



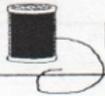


Le coup de fil

Un petit coup de téléphone pour vous donner de nos nouvelles!

Diane Modéry 423-5681	Suzanne Séguin 427-5575	Lucille Charron 983-7917 Annette Lesieur et Germain Brazeau 983-6203 Fernand Lauzon 427-5637 Thérèse F.-Bissonnette 427-5597 Lorraine Labrosse 423-6995 Marc Quesnel 427-5645 Claire Daigneault 427-5452 Francine Tessier 427-6646 Marie Potvin 427-5000	
		Denise Fahey 427-6734	Rhéal Lavigne 983-4126 Janine Marcotte 427-5718 Rollande Robillard et Hélène Bélisle 427-5623 Marcel Bélair 983-2260 Théo Latourelle 427-5790 Denise Ménard 427-5804 Pascal Chartrand 427-5636
		Aline, Lucien Bazin 423-5122	Bernadette Charlebois 423-1270 Claire et Melvin Durocher 423-6442 Rita Blais 423-6466 Jeanne Beauchamp 423-5736 Claudine Lavoie 423-8167 Jacques Pépin 423-6974 Gaétan Franc 427-5867 Michel Papillon 427-5357
		Georgette Ménard 427-5748	Rollande et Yvelin Corbeil 427-6983 Nicole Aubry-Hébert 427-5497 Huguette Roy 427-5215 Paulette Lalande 427-6663 Rachel Aubry et Gilles Ménard 427-5721 Claudette Ménard 427-5798 Yollande B. Demers 427-5060 Jeanne D'Arc Dicaire 427-5316 Carmelle Legault 427-5364
Margot L.-Cloutier 522-6658		Ghyslaine Ménard 522-6655 Pierrette Gerard 426-3920 Lucille Bariteau 426-3625 Monique Brunet 522-6142 Alcide Drouin 522-6525 Lise Dionne 522-6380	
Michèle M.-Simon 426-2507		Estelle G. et René Deschênes 426-2310 Gaétane Gallant 428-7865 Noëlla Guertin 428-7250 Lina Faubert 428-1595 Monique Vieni 428-1217	

	Juliette Tremblay 983-2392	Monique Charron 983-6688 Françoise Raymond 983-2611 Lucien Chabot 427-5460 Francine et Ernest Roy 983-7718 Marie, René Valence 983-2214 Lise Desjardins 983-2441 Jean-Marie Filion 983-2730	
Diane Modéry 423-5681	Suzanne Gauthier-L... 983-2432	Nicole, Claude Bessette 983-2606 Diane Barrette 983-2549 Huguette Séguin 428-7351 Thérèse Mercure 428-4867 Michèle L...-Daigneau 983-2446 Nicole Beaudry 983-6723	
	Raymond Whissell 983-2624	Thérèse W.-Pilon 983-6378 Germain Guindon 983-6694 Maurice Hotte 983-2517 Ginette et Philippe Lafleur 983-6781 Jeanne-Claire Demers 428-7624 Lucille Gravel 983-7705 Yves Lacombe 983-2730	
	Pauline Rioux 983-2439	Françoise Valiquette 426-2986 Ghyslaine Lafontaine 983-2022 Lyette Campeau 983-2126 Madeleine Guindon 428-7481 Jeanne Touchette 428-2213 Laurette Servant 983-2122	Pauline Duval 426-3013 Agathe Leduc 983-7956 Rollande B.-Lalonde 426-2168
	Lucie Lacoste-Monfils 983-2415	Irénée Monfils 923-2415 Julie Pilon 983-2249 Yves Hurtubise 428-7067 Darquise Provencher 428-7349 Louise Bricault-Bélisle 983-7912 Lucia Boyer 983-6382 Marie-Rose Carrier 983-3195 Gérald Dockstader 428-1803	
	Nicole Thomas 423-6969	Christiane Legris 423-5028 Lucie Labrosse 423-5148 Agathe Beauchamp 423-6952 Lucille Huet 423-5504 Denise L.-Goulet 423-6996 Henriette Villesèche 423-5855 Danielle Millette 423-5869	Françoise, Willie Mapp 423-5417
	Annette Maillé 428-7248	Fleurette Poirier 428-3122 Thérèse Turpin 428-3330 Lucie Sabourin et Maurice Gousy 428-3519 Paul Lalonde 428-3974 Fleurette Bédard 428-3354 Louise Lyrette 428-9318 Jocelyne Ladouceur 428-3587	Gilles Provost 687-3689
	Colette Barbary 684-3033 Jacques Gagné 985-0030 Russell Robertson 428-3280 Pierrette Chénier 423-6489		



La couleur du fil



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

Les retraités et retraitées 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 gratuitement dans la réalisation du journal Enfilant le temps.

L'Association des retraités(es) apprécie fortement le confort d'un local toujours gracieusement mis à sa disposition.



Municipalité de Montebello

Nous tenons à remercier la municipalité de Montebello pour le prêt d'un local.



www.inovesco.com

Merci pour votre soutien!

Assurances de dommages et services financiers

Téléphone: (819) 983-7366

Sans frais: 1-888-827-7777

Télécopieur: 1-(819) 983-2430



Desjardins

Les Caisses populaires Desjardins de la Zone des Deux-Vallées

Nous désirons remercier les Caisses populaires Desjardins de leur précieuse collaboration monétaire pour la création de l'Annuaire des retraités(es).