

L'APRFAE en action...



Assemblée générale - 15 novembre 2017



Comité environnement

«Ne regrette pas de vieillir. C'est un privilège refusé à beaucoup !»

Félix Leclerc

sommaire

| | |
|-------------------------------|-------|
| mot de la présidente | 2 |
| tous azimuts | 2 |
| nous étions là pour vous | 3 |
| j'ai aimé... | 4 |
| par Monts et par Vaux | 5 |
| virage vert... virage vers... | 6 |
| vivre ses passions | 7 |
| actualités à l'APRFAE | 8-9 |
| arts visuels | 10 |
| activités passées et à venir | 11-12 |
| chronique santé | 13 |
| nouvelles des régions | 14 |
| babillard | 15 |
| coin-détente | 15 |

mot de la présidente



Hommage à Pierre Dion : un collègue, mais surtout un ami

Ce n'est pas par manque de coordination ou par manque de cohésion que vous trouverez quelques textes dans le présent numéro référant à notre ami Pierre. L'un de ces textes décrit sommairement son parcours de vie et l'autre, plus intime, est une lettre ouverte de sa grande amie. Deux textes qui

traduisent bien l'affection indéfectible et inévitable que nous développions à ses côtés. En lisant ces textes, vous constaterez combien Pierre, décédé subitement le 22 novembre dernier, était l'ami apprécié de toutes et tous, et que nous le regrettons douloureusement.

Je profite de ce petit espace qui m'est réservé pour lui rendre un dernier hommage, au nom des membres, des amies et amis de l'APRFAE.

Pierre est l'un des bâtisseurs importants de notre Association. Depuis ses débuts, il a su s'entourer de personnes qui ont travaillé avec lui à construire les bases d'une association qui ne cesse de se développer depuis. Sa rigueur au travail, ses idées et sa riche expérience ont contribué à présenter des activités de qualité aux membres, mais également, à développer une association humaine, dynamique et préoccupée par le bien-être des personnes qui la composent.

Un homme bon, simple, disponible et engagé. Sa bonhomie et son inlassable détermination suscitaient la confiance des personnes qui ont eu le privilège de le côtoyer et de travailler avec lui.

Les collègues avec qui il a travaillé au cours des sept dernières années seront certainement d'accord avec moi pour témoigner combien il a su imprégner l'Association d'une empreinte ayant rythmé la cadence et marqué le pas.

Afin d'exprimer ma profonde gratitude, je prends l'engagement de protéger cette trace indélébile et même de lui permettre de poursuivre son œuvre.

Au nom des membres de l'APRFAE,

Merci, Pierre, et repose en paix !

Nicole Frascadore

tous azimuts

L'APRFAE en action !

En effet, depuis l'assemblée générale en novembre dernier, il y a eu et il y aura de l'action à l'Association.

Des nouveaux membres, Martine Roberge et Jean-Pierre Julien ont été élus au conseil d'administration et Michel Paquette est de retour suite au décès de notre ami Pierre Dion. Et pour la première fois, cinq membres ont été élus au comité environnement, une première à l'APRFAE en sept ans. Vous trouverez d'ailleurs une présentation du comité dans la chronique **virage vert... virage vers...** En page 3, Féministes, tant qu'il le faudra et Viser la justice sociale constituent les campagnes et actions menées par notre Association.

Le comité des activités ne chôme pas non plus de même que le comité des arts visuels qui nous proposent de multiples visites ou sorties dans des endroits plus qu'intéressants tout au long du printemps : musées, cabane à sucre, voyage...

Vous pourrez aussi lire de beaux témoignages sur Pierre Dion, membre de l'APRFAE qui a œuvré plusieurs années au comité des activités et au CA.

Notre organisation continue toujours à progresser en termes d'augmentation du nombre de membres et à accueillir de jeunes personnes retraitées comme M. René Poirier, passionné d'horticulture.

Les régions Haute-Yamaska et Outaouais ont aussi le vent dans les voiles car leurs membres n'auront pas le temps de s'ennuyer dans les prochains mois.

Sur ce, bon printemps et n'oubliez pas de bouger !

Lucie Jobin, coordonnatrice



Pierre Dion

nous étions là pour vous

féministe
tant
qu'il le
faudra !

Le Collectif 8 mars, Agence Uppercut. Direction artistique et dessin graphique Noémie Darveau.

La journée internationale des femmes, célébrée à travers le monde, est un moment important pour réfléchir à nos réalisations passées, notre avenir et surtout aux multiples défis qui nous attendent dans un monde où les femmes, malgré les beaux discours de nos « bien-pensants », subissent encore les inégalités économiques et sociales.

Les multiples violences contre les femmes et notamment les femmes autochtones, les violences sexuelles révélées par #moiaussi, l'impact sexiste du néolibéralisme et des mesures d'austérité dont les coupes dans les services publics, l'absence d'équité salariale pour de nombreuses femmes, la privatisation des services de garde éducatifs, la discrimination systémique en emploi qui persiste sont encore aujourd'hui des barrières à franchir.

Pourquoi être féministe tant qu'il le faudra ?

Parce que les femmes sont encore, en 2018, victimes de violence, parce qu'elles sont femmes, discriminées au travers de l'absence d'équité salariale et des mesures d'austérité, reléguées au second plan en emploi à cause de leur sexe.

En ce 8 mars, revendiquons l'égalité tant qu'il le faudra, en portant l'épinglette du 8 mars pour démontrer l'importance d'une société égalitaire, juste, solidaire et



Un salaire viable en 2018, est-ce trop demandé ?

Depuis bientôt deux ans, les revendications pour l'obtention du salaire minimum à 15 \$/h reviennent régulièrement dans les médias. L'économie du Québec en a-t-elle les moyens ? Et pourquoi pas ?

D'un côté, il y a les syndicats et les groupes de pression et de l'autre, le patronat et des travailleuses et travailleurs qui ont peur de perdre leur emploi.

La vérité est que la majorité des personnes au salaire minimum ne sont pas aux études. En général, elles travaillent à temps plein et ont plus de vingt-cinq ans. Elles ont presque toutes un point en commun : elles ont de la misère à joindre les deux bouts.

Voici quelques chiffres pour illustrer notre propos. Vivre seul à Montréal en 2016 coûtait 24 962 \$ et à Gatineau, 24 041 \$. Pour une personne monoparentale avec un enfant en CPE, il faudrait ajouter environ 9 000 \$. En 2017, travailler 40 h/semaine à 11,25 \$ donne un salaire annuel brut de 23 400 \$. Avec la hausse annoncée de 0,50 \$ le 1^{er} mai 2018, il passerait à 24 440 \$.

Pour remédier au salaire minimum insuffisant, le Conseil du patronat du Québec affirme que c'est au gouvernement à résoudre ce problème. Ce dernier a obéi et continue d'augmenter les transferts fiscaux comme la Prime au travail, le Crédit de solidarité et le Soutien aux enfants et de réduire les impôts des contribuables à faible revenu pour un total de 1,2 G\$. De plus, les entreprises du Québec reçoivent davantage de subventions gouvernementales que les autres au Canada. En 2016-2017, elles atteignaient au minimum 3,1 G\$.

Finalement, on a les moyens de financer ce 4,3 G\$. Le gouvernement pourrait donc intervenir autrement. Avec un salaire viable à 15 \$/h, il verrait ses recettes fiscales augmentées et pourrait soutenir le maintien des emplois des petites entreprises.

Jocelyne Dupuis

en paix. Le mouvement féministe continue de lutter pour que disparaissent toutes les barrières qui nous freinent.

À l'approche des élections provinciales, les beaux discours qui réaffirment que l'égalité entre les femmes et les hommes est une valeur fondamentale ne font pas disparaître, dans les faits, les inégalités

économiques et sociales que subissent les femmes.

Nous avons produit différents textes sur la parité femmes-hommes dans les lieux de pouvoir et sur le rôle et l'avenir du Conseil du statut de la femme (CSF) dont vous pourrez prendre connaissance bientôt.

Le Comité de la condition des femmes

j'ai aimé...

Exposition Leonard Cohen

Une brèche en toute chose

Au MAC, jusqu'au 9 avril 2018

Quel superbe après-midi passé à parcourir l'exposition interactive du Musée d'art contemporain (MAC) dédiée à l'œuvre du remarquable poète, romancier, auteur-compositeur-interprète qu'est Cohen!

Né en 1934 à Montréal, dès l'adolescence, il apprend à jouer de la guitare et publie ses premiers poèmes dans une revue étudiante. Après avoir vécu en Angleterre et en Grèce, où il écrit ses premiers romans, il s'installe aux États-Unis dans les années 1960 et commence à chanter dans les festivals. Ses premiers albums sont considérés comme des classiques avec des succès tels que *Suzanne*, *Story of Isaac* ou *Hallelujah*.

Ses œuvres de littérature sont traduites en français. Il publie *Les perdants magnifiques* (1974), *L'Énergie des*

esclaves (1974) et *Le livre de miséricorde* (1985). En 1994, il se retire du monde et devient moine bouddhiste dans un monastère californien.

Les années 2000 marquent son grand retour en poésie et sur la scène musicale avec une tournée internationale. Le 10 novembre 2016, à l'âge de 82 ans, il s'éteint. Son œuvre est particulièrement célébrée.

L'exposition s'inspire des thèmes de l'amour, du désir, de la perte et de la rédemption. Elle nous permet, en ouvrant de multiples portes, de pénétrer dans diverses salles livrant l'intériorité de son œuvre.

Dès le début, une projection sur trois des quatre murs d'une salle présente des interprétations variées de cette icône.

Je me sens touchée par l'ambiance et j'apprécie les paroles traduites en français. Je prends le temps de m'imprégner de cette illustre voix profonde et caverneuse qui comble le cœur.

Une autre porte s'ouvre sur un authentique orgue Wurlitzer des années 1950, entouré de vieux haut-parleurs et de pavillons de gramophones, qui me permet d'écouter des poèmes tirés du recueil *Book of Longing* (2006) selon les touches que je choisis sur le clavier.

Pénétrant dans une autre salle, j'ai accès à une expérience unique. Chaque visiteur chante *Hallelujah* dans un micro



Leonard Cohen en 1981

en communauté avec les personnes présentes sur les lieux ainsi que d'autres dans le monde, reliées par un site Internet; en temps réel, nous formons un chœur de 514 personnes.

Au total, vingt façons sont offertes pour s'approprier la personnalité de Cohen qui a cartographié les chemins les plus obscurs de l'émotion et a semblé reconnaître l'inévitabilité de la douleur et de la déception : « Il y a une brèche en toute chose » selon ce qu'il a écrit tout en ajoutant : « C'est ainsi qu'entre la lumière ».

Quelques jours avant sa mort, est sorti son 14^e et dernier album qui permet d'entendre sur un ton chagrin : « Un million de bougies brûlant pour un amour qui n'est jamais venu, tu veux que ce soit plus sombre, nous tuons la flamme ». Cette chanson émouvante intitulée *You Want it Darker* a été acclamée à titre posthume lors des *Grammy Awards* 2018.

En complément à l'exposition, une murale inaugurée en novembre 2017 lui rend hommage. Elle se trouve dans l'arrondissement de Ville-Marie sur l'édifice du 1420, rue Crescent. Elle est visible de l'observatoire du Mont-Royal. Cette immense fresque de 11 000 pieds carrés reproduit une photo de sa fille, Lorca Cohen.

J'ai tellement apprécié l'expérience vécue que je désire maintenant écouter des CD de Cohen et aussi lire ses poèmes et romans. Des heures de plaisir en perspective! Je vous en souhaite autant.

Huguette Desrosiers Grignon



murale en l'honneur de Leonard Cohen

par Monts et par Vaux

Des musées pour tous les goûts

Vous n'avez qu'à penser à un objet quelconque et à vous imaginer qu'il se trouverait immortalisé dans un cabinet de curiosités ou, encore mieux, faire l'objet d'une exposition dans un musée, par exemple.

Visiter un musée de miniatures en Europe, un musée des vêtements, que le Manneken-Pis revêt quasiment tous les deux jours par année, à Bruxelles, un musée de poupées, un musée de vêtements brodés de torero, à Ronda ou le musée sous-marin à Alexandrie, en Égypte, m'a donné l'idée de me lancer à la recherche des musées les plus insolites et les plus bizarres au monde. Et je vous en fais part.

Lesquels avez-vous visités parmi les suivants ?

- Puisque nous sommes dans la nourriture, un *musée de la pizza* existe à Philadelphie. Les États-Uniens étant friands de ce mets italien, ils ont érigé un musée pour auréoler la sacro-sainte pizza. Il fallait y penser ! Moi, j'aime les anchois ! À quand mon musée ?
- Si nous parlions du *musée des relations brisées*, à Zagreb, en Croatie ? Tristement, ce musée, consacré aux relations amoureuses brisées, expose différents effets personnels, laissés par l'un des deux conjoints partis, accompagnés d'une histoire autour de l'objet. Ce peut être une lettre d'amour déchirante, un soulier, etc. Ce sont des histoires d'amour à l'envers. Si vous ne saviez pas quoi faire à Zagreb, voilà une activité !
- Le *musée de Northampton*, en Angleterre, possède la plus grande collection de chaussures qui viennent du monde entier. La ville de Northampton a été considérée comme la ville de la chaussure pendant 500 ans. Un musée de savates n'a rien d'insolite ! Et vous avez raison !
- Que pensez-vous du *musée des égouts de Paris* ? Rien d'extraordinaire si l'on considère que cela existe depuis très longtemps. On y apprend comment Paris traite ses eaux. Sous un ciel de pierres bien imbriquées, le plafond ne risque pas de tomber et vous finissez par vous habituer à l'odeur.
- Un musée de boîtes à lunch (*Lunchbox Museum*), à Columbus, aux E.-U., a regroupé plusieurs boîtes à lunch qui reflétaient la culture populaire américaine du temps. Au début, les boîtes étaient en métal et constituaient une menace à la santé des enfants, car elles pouvaient servir d'arme. En 1985, les mères les ont remplacées par d'autres en plastique.
- Le *musée international de la cryptozoologie*, à Londres, semble fascinant. Notre monde est peuplé de mystères et nous cherchons à inventer des monstres, des êtres légendaires de tout acabit, comme le yéti, le monstre du Loch Ness, Dracula, etc. Un petit tour dans la chambre noire, ça vous dirait ? Bouh !
- Énumérons quelques musées en vitesse, comme le *musée des cheveux*, à Avanos, en Turquie, qui regroupe 16 000 mèches de cheveux du monde entier ; le *musée de la torture* à Amsterdam, fascinant et qui, en même temps, donne froid dans le dos ; le *musée de la tondeuse à gazon*, à Southport, au Royaume-Uni (300 spécimens) ; le *musée de la machine à laver*, près de Lyon, en France ; et enfin, finissons en beauté avec le *musée des nouilles*, à Yokohama, au Japon, en fait, c'est plus des contenants de soupe aux nouilles (ramens). Non, je ne parle pas de l'Assemblée nationale ! Je n'oserais pas !
- Au Québec, il existe des musées de bateaux miniatures réalisés par des sculpteurs québécois. Il y a un *Musée des bateaux miniatures* à Baie-Saint-Paul, à Saint-Jean-Port-Joli, à La Pocatière, à Rivière-du-Loup et à Trois-Pistoles.



Musée du Chat du bédéiste
Philippe Geluck, en Belgique



Musée des toilettes, en Inde

- Un musée original ? Le *musée international des toilettes*, à New Delhi, en Inde ! Les artistes « toiletistiques » s'évertuent à trouver l'urinoir le plus original, la cuvette qui recueillera la « substantifique » matière le plus élégamment ou disgracieusement possible. Si vous êtes dans le coin, allez vous rouler de rire ou d'admiration !
- Le *musée phallogique* se trouve à Reykjavik, en Islande. Il regroupe 280 spécimens d'organes de mammifères (pénis) ayant vécu en Islande. La destination islandaise est très prisée ces derniers temps ; un petit détour sera très « vit-vifiant ».

À la prochaine chronique !

Marie-Rose Bascaron

virage vert... virage vers...

ENFIN !

Le 19 janvier dernier, se tenait la première réunion du Comité environnement. Il est nécessaire de spécifier que le comité est maintenant lié au Comité sociopolitique. C'est avec enthousiasme que les membres partagent un vif intérêt pour les causes environnementales parce que nous ne pouvons plus dissocier l'économie de l'environnement. Les problèmes de la pollution de l'eau, de l'air et des sols sont une cause directe ou indirecte de mortalités à travers le monde. Il y a aussi les défis que représentent les changements climatiques. En tant que membre de ce comité, je peux vous certifier que notre préoccupation envers la Planète dépasse la vision à court terme, mais englobe une vision à long terme pour le bien aussi des générations futures.

Il y a eu des échanges en ce qui touche nos intérêts, expertises et formations. Des antécédents dans le domaine des sciences, des arts et de la littérature ne sont que quelques facettes de la richesse accumulée au fil des ans dans notre groupe, tant du point de vue des connaissances que des expériences. Chacune d'entre nous a à cœur d'en faire profiter notre comité, mais aussi toute la communauté.

Ayant toutes enseigné un certain nombre d'années, nous savons comment la part de l'éducation est importante pour ce qui est des enjeux qui nous concernent toutes et tous. Comme personnes retraitées, nous avons également un rôle important et essentiel à jouer dans le partage de l'information.

Le 30 janvier dernier, certaines d'entre nous ont participé au Forum régional annuel 2018 qui est une table de concertation régionale du Haut-Saint-Laurent/Grand Montréal dont le sujet principal concerne la qualité de l'eau. Le 7 février se tenait une rencontre des membres de la FAE à Laval quant aux questions de l'Éducation relative à l'environnement (ERE). En outre, le mouvement héros, de par ses actions et les thèmes éducatifs abordés, constitue en soi une plate-forme de ressources disponibles dans le monde de l'éducation. La prochaine réunion de notre comité a été fixée le 2 mars. L'acronyme **h é r o s** représente les cinq valeurs thématiques du mouvement héros : humanité, écocitoyenneté, respect, ouverture et solidarité. Les membres du comité environnement sont animés d'une volonté de partage afin que l'ERE puisse continuer à avoir une place capitale dans nos milieux.

En terminant, nous tenons à souligner que notre collègue Odette Sarrazin, membre de l'APRFAE et collaboratrice au *Virage vert, virage vers*, une femme d'exception, militante environnementaliste et protagoniste incontournable de la lutte contre le projet d'oléoduc Énergie Est au Québec, a reçu de grandes distinctions afin de souligner son implication exemplaire dans l'avancement des intérêts de la nation québécoise.

Lors d'une cérémonie à la Maison Ludger-Duvernay à Montréal, Mme Sarrazin a reçu la médaille *Bene Merenti de Patria*. Créé en 1923, ce prix souligne les mérites d'un compatriote ayant rendu des services exceptionnels à la patrie; de plus, le prestigieux titre *Patriote de l'année* lui a été décerné par la Société Saint-Jean-Baptiste (SSJB) comme personne s'étant distinguée dans la défense des intérêts du Québec et des luttes démocratiques des peuples. Parmi les récipiendaires de ce titre, on compte notamment Jacques Parizeau, Bernard Landry, Camille Laurin, Jean Duceppe, Fred Pellerin, Julie Snyder, Dr Gilles Julien, Hélène Pedneault...

Linda Binette



Lucie Jobin, Odette Sarrazin et Jocelyne Dupuis

ASSURANCE VOYAGE

- Assurance annulation
- Interruption
- Soins médicaux d'urgence
- Assurance tout inclus
- Plan annuel multivoyage
- Régime non médical
- Visiteurs au Canada
- Assurance pour «Snowbird»

Obtenez jusqu'à **12.5%* DE RABAIS**
sur votre assurance voyage
Exclusif aux membres de l'APRFAE

Comparez les produits et tarifs des **14 assureurs** les plus concurrentiels.

securiglobe.com
1 888 211-4444



SECURIGLOBE®

Cabinet de Services Financiers

* Cette offre exclusive SécuriGlobe est proposée en collaboration avec un nombre limité d'assureurs. L'offre est disponible sur tous les produits d'assurance voyage offerts par les assureurs participants.

vivre ses passions

Tout le monde a une vie intéressante. Certaines personnes la trouvent plus palpitante que d'autres et nous sommes à la recherche de ces femmes et de ces hommes qui ont façonné la société. N'hésitez pas à nous en proposer.

René Poirier - tant qu'il y aura des fleurs...

Ce passionné d'horticulture a été enseignant en 2^e année du primaire durant la majeure partie de sa carrière. Grâce à sa ténacité et à des projets rassembleurs, il a su communiquer sa passion à des milliers d'élèves au fil des ans.

On l'a déjà vu à l'émission Jardins d'aujourd'hui, à Radio-Canada, avec Ronald Leduc. Il a d'ailleurs reçu le Prix Jardins d'aujourd'hui pour avoir contribué, de manière bénévole, à la diffusion de l'horticulture. Voici les grandes lignes de ce parcours inspirant.

mhb : Présente-toi, parle-nous de ce qui t'a amené à l'horticulture.

RP : Je viens d'une famille de 5 enfants et je suis né en Abitibi, dans le village d'Authier-Nord. Probablement que ça ne te dit rien ce nom-là, c'est un coin perdu de l'Abitibi. J'étudiais en ville durant l'année scolaire et l'été, je retournais à la maison. J'ai appris très jeune à aimer les plantes. Ma mère n'aimait pas les fleurs naturelles, elle préférailt les fleurs artificielles, par exemple, les roses en plastique parce que ça durait plus longtemps. Mon père, par contre, était cultivateur et c'était quelqu'un qui aimait la terre. Je me souviens vers l'âge de 18 ans, alors que j'étais chauffeur de camion pour payer mes études, j'avais acheté le livre Plantes d'intérieur en couleur, un livre de 200 pages, ça été l'élément déclencheur. Plus tard, j'ai habité dans une commune près de la rivière des Prairies avec une amie à moi et des étudiants en musique, dans une vieille maison que les locataires précédents avaient peinte de toutes sortes de couleurs. On faisait un potager et avec ma « chum » qui enseignait l'écologie, on s'est inscrits à des cours d'horticulture à Saint-Hyacinthe. J'ai par la suite enseigné l'horticulture aux adultes, aux cours du soir. Puis j'ai fini par avoir un poste permanent au primaire, et j'ai commencé à parler de plantes et de fleurs dans ma classe, car ça faisait partie de ma « tâche éducative », mes minutes de TE dans le jargon de l'administration scolaire.

mhb : Tu as pris ta retraite en 2006, en quoi consistent tes projets actuellement, comment occupes-tu tes journées ?

RP : Je suis toujours actif auprès de l'école et j'ai 5 classes dont je m'occupe. Chaque classe a un betta, un poisson qui doit vivre seul dans son bocal, et quelques plantes. Je montre aux profs comment s'en occuper. Aussi, je



Un oxalis est remis à chaque enfant pour son anniversaire

donne une plante à chaque élève quand c'est sa fête – un oxalis – et j'organise un tirage de 2 plantes par semaine. Pour les boutures, je recycle les pots de yogourt, et on fait notre compost aussi. On s'occupe, en plus, des animaux et des plantes des voisins quand ils sont en vacances, on est très impliqués dans notre quartier. Avec l'entretien de la maison, nos animaux – un chien et un chat, en plus des 16 aquariums disséminés dans la maison et ceux qu'on prête à l'école et qu'on reprend à l'été – puis nos plantes, on n'a pas le temps de voyager, mais ça ne nous manque pas. On est heureux comme ça. Toutes les écoles devraient avoir des plantes, des animaux, et ça devrait être pris en charge par des appariateurs. Ce serait bon pour la lutte au décrochage. Je trouve que l'architecture



Le sous-sol de René est une véritable serre

des écoles est ennuyeuse, c'est déprimant. À l'école Alpha, ils ont rénové le bâtiment et il y a un long corridor qui est en fleurs à longueur d'année. C'est de toute beauté !

mhb : Quelle est, selon toi, ta plus grande réalisation à ce jour ?

RP : Le Prix, bien sûr, mais la plus grande réalisation, c'est sans doute l'exposition horticole à l'école Alpha. On l'a faite chaque année, pendant 15-20 ans, et tout le monde embarquait, tout le monde ressortait avec une plante. À 1 200 élèves, calcule le nombre de plantes !

Aussi, l'aménagement paysager sur le terrain de l'école, il a fallu être persévérateurs et recommencer plusieurs fois, car au début, il y avait du vandalisme. Chaque année, on y retournait et on plantait ! Des arbres, et des fleurs.

mhb : Quels conseils donnerais-tu aux personnes qui aspirent à prendre leur retraite bientôt ?

RP : D'avoir un jardin, des plantes, de la lumière. C'est la santé, c'est l'air pur. Il n'y a rien de mieux que les plantes pour purifier l'air, même la NASA le dit sur son site Internet !

mhb : Merci, René, grâce à ta générosité, tu as contribué à embellir la vie de milliers de jeunes ! Et bienvenue à l'APRFAE !

Il est possible de visiter le jardin de René dans le cadre de la Visite des jardins secrets, qui a lieu chaque été à Rosemère. Au coût de 15 \$ (10 \$ pour les aînés), les profits sont remis à l'organisme de répit Les Petits Plaisirs. Ce groupe permet aux familles de la région dont un enfant vit avec un handicap de bénéficier de certains services essentiels à leur qualité de vie.

Marie-Hélène Bernard
collaboration spéciale

actualités à l'APRFAE

Portrait de famille

Voici quelques faits saillants au sujet des membres de l'APRFAE.

Selon les plus récentes statistiques, nous en sommes maintenant à 963 membres réguliers et 68 membres associés. Au cours de l'année 2017, nous avons accueilli quelque 109 nouveaux membres. Rappelons que les membres associés sont principalement les conjointes et conjoints des personnes retraitées de l'éducation qui ont adhéré à notre Association. Le statut de Membre associé permet notamment, de participer à plusieurs activités et conférences.

Le membre le plus jeune est un membre régulier et il est né en 1962, année où les chansons comme *Twist contre twist*, chantée par Jen Roger et Denise Filiatrault, *Sylvie*, chantée par Michel Louvain et *Aimer et mentir*, de Tony Massarelli, occupaient le haut du palmarès musical au Québec.

Le doyen de l'APRFAE est lui aussi un membre régulier et il est né, quant à lui, en 1923, la même année que Maria Callas! Le premier numéro du Magazine Time apparaît en kiosque également en 1923! Chez nos membres réguliers, on compte 694 femmes et 269 hommes. Chez les membres associés, on dénombre 30 femmes et 38 hommes.

L'APRFAE est active dans plusieurs régions du Québec. Ainsi, pour la région de la Haute-Yamaska, on compte 79 membres. En Outaouais, il y a 125 membres. La grande région de Vaudreuil-Dorion, du point de vue géographique, est moins densément peuplée que d'autres régions du territoire de l'APRFAE et on y retrouve 6 membres... ce qui n'enlève rien à son dynamisme! La grande ré-

gion de Montréal est évidemment la plus représentée.

Plus concrètement, vous trouverez plus bas des graphiques qui mettent en lumière le taux d'adhésion et la répartition des membres par région.

L'APRFAE a le vent dans les voiles et son développement dépend non seulement de son taux d'adhésion, mais aussi de l'implication de ses membres. N'hésitez pas à communiquer avec notre équipe pour nous faire part de vos commentaires et suggestions. Nous souhaitons être près de nos membres et développer des services qui répondent à vos besoins.

Terminons par ce slogan qui nous représente : L'APRFAE, l'Association qui nous unit!

Marie-Hélène Bernard
collaboration spéciale

Séminaires de planification de la retraite 2017

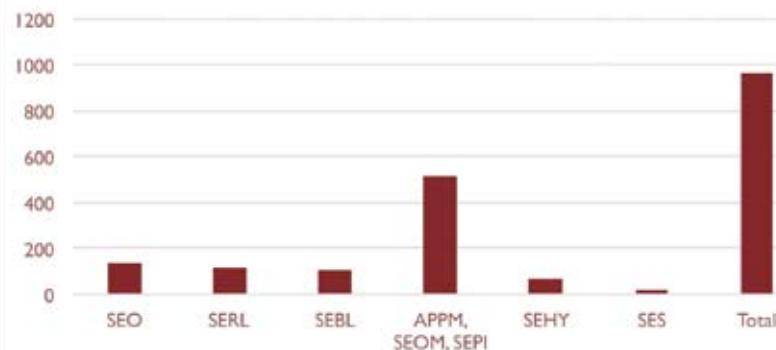
Toujours hautement appréciés, les séminaires de préparation à la retraite se sont déroulés du 3 novembre au 9 décembre 2017. Au total, 259 personnes ont assisté à ces formations offertes dans les différentes régions desservies par l'APRFAE.

La formule retenue, encore cette année, consistait en deux journées de conférences, traitant de différents sujets susceptibles d'intéresser les personnes qui préparent leur retraite. Tous les intervenantes et intervenants passionnés par leur sujet ainsi que les thèmes retenus ont su combler les attentes des participantes et participants qui sont ravis la tête pleine, et, nous l'espérons, le cœur plus léger!

Ces séminaires représentent un défi stimulant pour l'Association et c'est un réel plaisir que d'accompagner ces enseignantes et enseignants durant cette période importante de leur vie.

Marie-Hélène Bernard
collaboration spéciale

Nombre de membres réguliers par syndicat février 2018



Répartition des membres par genre février 2018



Salut à notre ami et collègue Pierre Dion

Le 22 novembre dernier, Pierre nous a quittés très rapidement. Membre de notre association depuis sa fondation en 2010, il devint l'année suivante membre du comité des activités; en 2012, il fut élu au poste d'administrateur et, tout dernièrement, il remporta l'élection comme vice-président trésorerie, en novembre 2017. Il était très enthousiaste à l'idée d'assumer cette nouvelle fonction; malheureusement, il ne fut en place que quelques jours.

Pierre : l'homme, le collègue, l'ami, le bon vivant

Chaleureux, il a été un père aimant, un grand-papa gâteau, toujours fier de ses deux fils et de ses petits-enfants, un homme de famille, un grand-frère; bref, un homme qui manquera aux siens. Diplômé en psychoéducation, il fut, à Boscoville, un homme engagé auprès de jeunes délinquantes et délinquants. Il a aussi œuvré à la DPJ. En outre, Pierre s'est impliqué activement au sein de la Croix-Rouge comme aidant

auprès de personnes sinistrées, ainsi qu'à l'accueil pour les nouveaux réfugiés. Jusqu'à tout dernièrement, il était appelé fréquemment à intervenir.

Engagé auprès de ses collègues, il fut représentant syndical pendant plusieurs années au Syndicat de l'Enseignement de l'Ouest de Montréal (SEOM). Impliqué au Conseil d'administration et responsable politique du comité des activités, il était un collègue apprécié et un membre fort actif. De plus, Pierre était très enjoué, un peu taquin, notre amie Thérèse Hamel peut en témoigner. Toujours positif, il transmettait sa bonne humeur à chaque rencontre.

Érudit, il aimait la lecture, il était abonné au théâtre et à de nombreux concerts, il fréquentait également Les Belles Soirées de l'Université de Montréal. Par-dessus tout, il était un grand connaisseur de hockey et fan du club



Pierre à la sortie de la boutique Harley-Davidson



Lucie Jobin et Pierre Dion devant la sculpture en bronze sur un trottoir près du centre culturel de Chicago.

des Canadiens de Montréal, croyez-moi. Pierre fut motocycliste pendant de nombreuses années; il affectionnait tout particulièrement les chandails Harley-Davidson. Lors d'un voyage à Chicago, il a même fait un détour par une boutique de cette grande marque pour s'en procurer plus d'un.

Épicurien, il appréciait grandement la bonne chère; pour avoir pris de nombreux repas en sa compagnie, nous pouvons en témoigner. De plus, toutes et tous ses collègues du conseil d'administration et du comité des activités partagent un souvenir mémorable : les mille-feuilles du Saint-Hubert BBQ dont il était friand.

Finalement, nous, ses collègues de l'APRFAE, ne garderons que de bons souvenirs de cet être d'exception qu'était Pierre.

Lise Gervais

Lettre à mon ami Pierre

Pierre, depuis que tu es parti, j'ai un grand vide au fond du cœur. Comment t'appellerais ce vide? Tu dirais : un mille-feuille sans la crème. Moi, je dis une cour d'école sans enfants. D'autres diraient une église sans ses fidèles. En fait, c'est pire que cela :

c'est le cratère d'un volcan,
une fosse au fond de l'océan,
un grand trou noir derrière les galaxies.
Pierre, tu es parti si vite que j'ai un gouffre au fond du cœur qui sera très difficile à combler. Avec ce que tu m'as apporté,

je saurai le réduire un peu. Tout au fond, j'étendrai un peu de ta compassion et de ta bonté. Puis, je verserai pêle-mêle toutes tes qualités, tes conseils, tes opinions, les histoires que tu racontais si bien ainsi que nos projets de voyage avec Lise; sans doute, j'irai visiter ces pays de tes rêves et je t'imaginerai en train de t'émerveiller à chaque découverte.

Sûrement que tout cela ne suffira pas à me consoler, ma blessure au fond du cœur mettra bien plus de temps à guérir. C'est alors que je prendrai les grands

moyens. Je ramasserai tous tes rires, tes moqueries et tes taquineries. Cela devrait faire un immense bouchon pour empêcher la tristesse.

Et un jour, par respect pour notre amitié, je cesserai de pleurer, c'est promis. Ce jour-là, malgré le vide, au lieu de me plaindre de ton absence, je remercierai le ciel de m'avoir envoyé un ami comme toi, car tu étais le meilleur ami du monde.

Ton amie pour toujours,

Thérèse

arts visuels

Exposition 2017 : Des artistes de l'APRFAE manifestent leurs couleurs.

Pour une seconde année, les artistes de l'APRFAE ont participé à l'exposition annuelle de notre association de personnes retraitées. Cette année, l'exposition se juxtaposait à l'Assemblée annuelle du 15 novembre des membres de l'APRFAE au Centre de congrès Palace de Laval. Onze d'entre eux se sont regroupés pour nous offrir des œuvres de qualité.

Tôt le matin, les artistes ont participé à l'installation de leurs œuvres qui débordaient de créativité, de couleurs, de textures et de beauté dans la verrière du Palace inondée de lumière du jour, pour se terminer à la lueur des étoiles.



Lunar, acrylique 20" x 30", oeuvre originale de Manon Labelle

Plusieurs médiums ont pris vie sous leurs pinceaux, brosses, spatules ou ont pris forme sous leurs doigts. Photographies, huiles, aquarelles, céramiques et cartes originales se sont côtoyées toute la journée et ont agrémenté les pauses de l'Assemblée générale. Vers 16 h, les artistes, les membres, les invitées et invités se sont regroupés autour d'un apéro pour le vernissage de notre seconde exposition, et ce, dans la joie, la bonne humeur et

le partage, car toutes et tous les artistes étaient présents pour répondre aux questions et piquer une jasette.

Une nouveauté a pointé le bout de son nez à cette activité : le coup de cœur des visiteuses et visiteurs. Mesdames Danielle Turgeon, aquarelliste, et Manon Labelle, peintre, ont suscité ce coup de cœur ex aequo chez les amatrices et amateurs d'art.

Vu le succès de l'opération, le comité des arts visuels compte répéter l'expérience l'an prochain et trouver un petit quelque chose de plus pour vous titiller.

Nous devons remercier toutes et tous les artistes participant à cette exposition qui nous démontre que la retraite est une vie nouvelle fort intéressante...

Le printemps 2018 avec le Comité des arts visuels

Le Comité des arts visuels de l'APRFAE a pensé vous offrir des activités printanières pour oublier les congères, les rues et les trottoirs glacés, et les soucis hivernaux. Trois activités enrichissantes et pratiques sont à l'agenda : une conférence sur les médiums mixtes, un cours de photographie et une visite guidée au Musée Pointe-à-Callière.

La conférence sur les médiums mixtes sera présentée par Mme Lorraine Séguin le 21 mars prochain dans les locaux de la FAE entre 13 h et 16 h.

Nous vous proposons pour le 2 mai 2018 une visite de l'exposition *Reines d'Égypte* au Musée Pointe-à-Callière.

Pour clore l'année 2017-2018, un cours de photographie vous est suggéré au parc de La Visitation le matin dès 10 h suivi en après-midi dans les locaux de la FAE d'un cours à partir des photographies prises par les participantes et participants. L'activité aura lieu le 16 ou le 23 mai 2018 avec M. Villandré.

Nous vous rencontrerons avec plaisir. N'oubliez pas de vous inscrire soit par courriel ou en téléphonant à Mme Danielle Turgeon au secrétariat de l'APRFAE.

Manon Labelle
Responsable du Comité des arts visuels



Parfum d'automne, aquarelle 11" x 30", oeuvre originale de Danielle Turgeon

activités passées et à venir

Sortie nationale en Haute-Yamaska

Jeudi, 19 octobre, sous un ciel ensoleillé d'automne, nous avons rendez-vous à la Cidrerie Milton, située sur la route 39, qui relie Saint-Hyacinthe à Granby.

Après un mot de bienvenue, le groupe se divise en deux pour la dégustation et la visite des lieux.

Nous avons droit à un bref historique de la Cidrerie qui appartient à la famille Lasnier de père en fils.

Nos généreux hôtes nous font goûter à toute une gamme de cidres : l'Original, le Houblonné, le Rose et j'en passe, pour terminer par le cidre de glace et de feu.

La présentation d'un vidéo et une visite de l'endroit où se fabrique le précieux liquide nous ont permis d'en apprendre davantage sur leur façon de travailler.

Dans une ambiance conviviale et devant une vue splendide sur le Mont Yamaska, un excellent buffet accompagné de cidre, bien sûr, nous attendait.

Après nos petits achats personnels à la boutique, nous partons vers Roxton Pond, à l'Argouseraie Quénébro. Ce nom vient de l'endroit où vivait la propriétaire d'origine bretonne, avant sa venue au Québec.

Après une présentation sur l'argousier par le propriétaire, nous avons été en mesure de constater toute l'ingéniosité de M. Perras pour en arriver à extraire l'écorce de cet arbuste, ses petits fruits et son jus.

La dégustation de produits dérivés tels que le jus, le thé, la confiture, l'oignon confit et le caramel ont fait le bonheur de notre palais. Pour terminer, une visite à la boutique nous a permis d'acheter, si désirés, les produits de notre choix.

Les participantes et participants ont semblé avoir bien apprécié leur visite aux deux endroits.



Dégustation à la Cidrerie Milton

C'est toujours un plaisir de faire découvrir les richesses que renferme notre région.

Lisette Beaulieu

Cabane à sucre Famille Éthier

Cette année nous retournons, encore une fois, à la cabane à sucre Famille Éthier, à Mirabel, le mercredi 4 avril. Nous ne résistons pas à leurs omelettes, pommes de terre et grands-pères au sirop et à tous leurs mets tellement savoureux que nous aurions de la difficulté à aller ailleurs. Les détails suivront vers la mi-mars. Une amie ou un ami pourra être invité.

Le Comité des activités

Quelle belle sortie à l'ITHQ!

En décembre 2017, nous avions réservé la salle de l'Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec, l'ITHQ, ne sachant pas d'avance le nombre d'inscriptions. L'an passé (2016), nous avions eu l'expérience d'une participation de 70 personnes. Et nous aurions pu encore rajouter des sièges. Cependant, le problème n'était pas les sièges, mais le nombre d'étudiantes et d'étudiants inscrits à l'institut qui assuraient le service.

Cette année, nous avons fonctionné différemment. Étant donné que c'est une activité locale, et que tout le monde y est invité, de la localité ou pas, nous avons décidé de réserver deux jours : le jeudi 7 décembre, pour 45 personnes, et le vendredi 8 décembre, pour une capacité de 35 personnes, quitte à libérer des places une semaine avant l'événement. Ce que nous n'avons pas eu besoin de faire puisque les inscriptions se sont faites à la vitesse de l'éclair et qu'il y avait même une liste d'attente.

Tout cela pour vous dire que l'activité a eu un franc succès. Nous avons rencontré nos fidèles consoeurs et confrères et surtout, beaucoup des nouvelles personnes retraitées dont certaines se reconnaissaient. L'atmosphère était à la fête et c'était joyeux. Les repas étaient excellents et chauds à point.

Bienvenue à vous toutes et tous et à l'an prochain !



Sourires satisfaits après un bon repas

Sortie nationale mercredi 6 juin 2018 région de Montréal

Le Comité des activités invite les membres et membres associés au centre-ville de Montréal le 6 juin 2018 (quartier boul. Saint-Laurent et avenue des Pins) pour une visite guidée du musée des Hospitalières de l'Hôtel-Dieu de Montréal en avant-midi et en après-midi une visite des jardins. Un dîner sera pris au restaurant Au Coin Berbère (apportez votre vin) ; on y sert une fine cuisine nord-africaine.

Le coût de l'activité sera d'environ 60 \$. Des renseignements supplémentaires sur les coûts, l'emplacement et le déroulement vous parviendront par invitation.

C'est un rendez-vous en juin pour terminer notre année.

Le Comité des activités

Marie-Rose Bascaron

CALENDRIER DES *activités* ANNÉE 2017-2018

<http://aprfae.com/activites/>

| DATE | ACTIVITÉ | NATIONALE | RÉGIONALE | RESPONSABLE |
|-----------------------|--|-----------|-----------|-------------------------|
| Jeudi 15 mars, 9 h 45 | Petit déjeuner au Kitchen 73, à Laval | | BLLMV | Danielle Tremblay |
| Mercredi 21 mars | Conférence-atelier sur les médiums mixtes - Lorraine Séguin, artiste peintre | X | | Comité des arts visuels |
| Mercredi 4 avril | Cabane à sucre Famille Éthier | X | | Marie-Rose Bascaron |
| 9 au 26 avril | Voyage au BENELUX | X | | Marie-Rose Bascaron |
| Mercredi 2 mai | Exposition Reines d'Égypte Musée Pointe-à-Callière | X | | Comité des arts visuels |
| Mercredi 9 mai, 18 h | Souper Table des Trois Vallées | | Outaouais | Bernard Gendron |
| Mercredi 16 mai | Atelier de photos Thème : paysage | X | | Comité des arts visuels |
| Mercredi 6 juin | Visite au Musée des Hospitalières de l'Hôtel-Dieu de Montréal | X | | Jean-Pierre Julien |
| Mercredi 13 juin | Randonnée en bicyclette et BBQ Souper 17 h et AGA | | Outaouais | Bernard Gendron |

Outaouais, 4^e mercredi du mois, petit-déjeuner au restaurant Saint-Éloi, 9 h 30

Haute-Yamaska, 4^e jeudi du mois, petit-déjeuner à 10 h

Lise Gervais, retraites@aprfae.ca

février 2018

CONCOURS PROFITEZ DE LA VIE AVEC LA CAPITALE¹

STE-FOY
BEAUPORT
NISSAN



PLUS DE
**220 000 \$
EN PRIX À GAGNER**

Participez dès maintenant!

partenaires.lacapitale.com/aprfae
1 844 928-7307



LaCapitale
Assurances générales

Cabinet en assurance de dommages. ¹ Détails et règlement disponibles au partenaires.lacapitale.com/aprfae. Le concours se déroule du 1^{er} juillet 2017 au 31 octobre 2018. La valeur des 10 prix varie entre 1 474 \$ et 43 800 \$. Chacun des véhicules à gagner est assorti d'une protection Airmedic à vie valant environ 9 500 \$ et, si admissible, d'un crédit d'assurance de 500 \$. La valeur totale des prix est de 222 474 \$. Toutes les valeurs indiquées incluent les taxes. Aucun achat requis. Chaque gagnant devra répondre à une question d'habileté mathématique. Images à titre indicatif seulement. Les prix remis peuvent varier.

chronique santé

En santé, s'informer et participer : L'Institut universitaire de gériatrie de Montréal vous en donne les moyens

Dans cette chronique, vous pouvez trouver la liste des conférences présentées par l'Institut de gériatrie de l'Université de Montréal (IUGM).

Le 13 février dernier, j'ai eu le plaisir d'assister à une présentation intitulée *Danser pour mieux vieillir ou Comment l'exercice physique affecte-t-il notre santé cérébrale?* donnée par le Dr Louis Berher, neuropsychologue.

Tout en nous faisant valoir les bienfaits de l'exercice physique sur notre santé cognitive, le Dr Berher nous a suggéré d'établir un *plan de retraite de notre cerveau* en développant plusieurs portefeuilles, tout comme on fait au niveau financier.

Ainsi nous pourrons pratiquer différents sports ou activités seul ou en groupe et même entre amies et amis; participer à des activités culturelles ou à des ateliers d'art, de discussion, d'écriture; sans négliger le bénévolat. En bref, éviter de s'isoler et trouver du plaisir afin de maintenir, notre santé cognitive.

Lucie Jobin

Centre AvantÂge

Institut universitaire de gériatrie de Montréal du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

4545, chemin Queen-Mary
Montréal (Québec) H3W 1W5
Téléphone : 514 340-2800, poste 3139
Courriel : avantage@criugm.qc.ca



Résumé des conférences –

24 mars – 13 h 30

L'homme et la femme : différents face aux médicaments

(Durée : 90 minutes)

Cara Tannenbaum, gériatre, chercheuse au CRIUGM

En vieillissant, on prend de plus en plus de médicaments – c'est un fait. Mais on sait moins que l'homme et la femme réagissent différemment à ces médicaments, tant au niveau physiologique qu'au niveau des attitudes concernant la prescription et la déprescription de certaines classes de médicament. Conférence présentée en collaboration avec *Les Belles Soirées de l'Université de Montréal*. Tarifs : Régulier : 25 \$; 60 ans et + : 21 \$; Étudiants : 15 \$. Inscription et paiement en ligne à www.bellesoirées.umontreal.ca

12 avril – 14 h

Nouvelles perspectives dans le traitement de la maladie de Parkinson

(Durée : 60 minutes)

Paola Campana, B. Sc., physiothérapeute, assistante chef du service de physiothérapie et chargée d'enseignement clinique, IUGM

Dr Michel Panisset, codirecteur, programme de neurochirurgie fonctionnelle interuniversitaire pour les troubles du mouvement, neurologue

Qu'est-ce que la maladie de Parkinson? Quelles en sont les conséquences et comment apprendre à vivre avec cette maladie? Plusieurs traitements sont maintenant disponibles, tels que la médication et la chirurgie, mais il existe aussi des approches non invasives comme l'activité physique et les stratégies cognitives.

3 mai – 14 h

L'activité physique : la même recette pour tous?

(Durée : 60 minutes)

Dre Mylène Aubertin-Leheudre, Ph.D., chercheuse au CRIUGM, professeure au département des Sciences de l'activité physique, UQAM

Notre corps est fait pour bouger. Avec l'âge, il peut devenir difficile de rester actif, ce qui peut entraîner une réaction en chaîne : plus nous sommes sédentaires, plus notre corps a de la difficulté à supporter les efforts physiques, plus nous sommes tentés par la sédentarité et ainsi de suite. Pourtant, il est possible de prévenir et même de briser ce cercle vicieux par des interventions et une approche personnalisée.

24 mai – 14 h

Identité et vieillissement : la vie comme un récit

(Durée : 60 minutes)

Jocelyn Maclure, Ph. D., professeur de philosophie de l'Université Laval, Isabelle Dumont, Ph. D., professeure de travail social à l'UQAM

Si les efforts pour guérir les maladies et améliorer la qualité de vie des personnes âgées sont essentiels, il importe aussi de prendre conscience que le fait d'être mortels structure profondément les conceptions de l'existence humaine et de ce qu'est une vie bonne, une vie ayant un sens. Ainsi, les conférenciers prendront le contre-pied du discours, souvent associé au « transhumanisme », qui voit le vieillissement et la mortalité comme intrinsèquement et exclusivement négatifs, puis présenteront certains aspects de l'approche thérapeutique dite « narrative » selon laquelle la vie gagne à être vue comme un récit.

14 juin - 14 h

Que se passe-t-il dans notre corps en vieillissant?

(Durée : 60 minutes)

Dre Catherine Brodeur, interniste-gériatre à l'IUGM du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

Quels sont les changements normaux qui se produisent dans nos différents systèmes (cardiovasculaire, digestif, etc.) en vieillissant? Comment peut-on expliquer que notre corps réagisse de façons différentes aux situations auxquelles il est confronté? Lors de cette conférence, un survol sera fait sur le vieillissement physiologique des différents organes et ses conséquences.

nouvelles des régions

Haute-Yamaska

L'année 2018 a bien débuté pour les membres de l'APRFAE Haute-Yamaska

Au premier déjeuner mensuel du 25 janvier dernier, dix-huit personnes étaient présentes au Bistro Forik de Granby. Plusieurs discussions enflammées et joyeuses, des retours sur les réalisations récentes et sur les projets à venir. Du beau, du bon et du bien en perspective. Il faut déjà compter sur la visite de notre présidente qui viendra nous entretenir d'assurances au prochain rendez-vous du 22 février.

Anise Bourassa Lamy

Santé au quotidien

Pour une deuxième année consécutive, quelques membres de l'APRFAE, section Haute-Yamaska ont participé à la Grande Marche de Granby en compagnie de 1 500 participantes et participants.

Cette marche, d'une longueur de 5 kilomètres, a été un franc succès. Elle a été l'occasion, en plus de nous aider à garder la forme, d'attirer l'attention sur notre organisme puisque nous avons affiché fièrement notre drapeau durant la marche, et que nous avons expliqué notre sigle à des marcheuses et marcheurs qui nous accompagnaient.

Martine Roberge

Initiation à la danse folklorique

Le 23 novembre dernier, nous avons vécu en Haute-Yamaska une activité bien spéciale : nous nous sommes initiés à la danse folklorique, avec Monique Benoit, membre très active de la région. Cette dernière, qui a su faire danser même les moins souples, nous a fait vivre cette activité dans la bonne humeur totale ! Nous avons appris des danses de divers pays et selon diverses traditions. Le tout s'est terminé autour d'un bon repas, dans un restaurant de Granby.

Martine Roberge



Dans l'ordre, Danielle Bombardier, Gail Sheppard, Louise Lemire, Lisette Beaulieu, Monique Benoît, Priscille Lafontaine

Outaouais

En ce début d'année 2018, les membres du comité de l'APRFAE-Outaouais vous souhaitent que celle-ci soit bonne pour vous avec la santé comme grande priorité.

L'année 2017 s'est terminée avec notre traditionnel repas des fêtes, cette fois-ci au restaurant l'Académie. Les membres présents ont pu savourer un excellent repas et en profiter pour se souhaiter les meilleurs voeux.

Le 19 octobre au Resto Rumeur nous recevions à dîner cinq de nos nouveaux retraités. Nous leur souhaitons un passage à la retraite rempli de bons moments.

Le 28 octobre, c'était au tour de notre syndicat local (SEO) de recevoir les nouveaux retraités à l'Hôtel Double Tree by Hilton. À cette occasion, Suzanne Lapointe, membre du comité régional, a présenté les buts et les différentes activités locales accessibles. À noter que notre association compte actuellement 135 membres en Outaouais ainsi que 16 membres associés.

Les activités régulières de notre association se poursuivent toujours : déjeuner le quatrième mercredi de chaque mois, tai chi, mini tennis, quilles et le pickleball. Concernant cette dernière activité, une association régionale a vu le jour le 9 janvier 2018. L'Association régionale de pickleball de l'Outaouais a comme objectif de promouvoir ce nouveau sport dans notre région. Le volet sportif de nos activités se porte bien. Nous sommes toujours à la recherche d'une personne intéressée à développer le volet culturel. Nous serons là pour la seconder.



Pickleball

Les prochaines activités à mettre à votre agenda sont les suivantes : une invitation vous parviendra sous peu pour un souper à l'École hôtelière de l'Outaouais prévu le 9 mai 2018 ainsi qu'une invitation pour notre BBQ et randonnée à vélo le 12 juin prochain.

Bon courage... l'hiver tire à sa fin et surtout, ne vous fiez pas à la marmotte !

Francine Tremblay
pour le comité régional APRFAE-Outaouais

babillard

Ce babillard est réservé **gratuitement** pour vous. Faites-nous part de vos trouvailles, expositions, concerts, conférences, activités ou autres auxquels vous participez et qui sont d'intérêts communs aux personnes retraitées de l'APRFAE (retraites@aprfae.ca).

Notre nouveau recueil de textes, intitulé HORIZON, est maintenant disponible.

L'atelier d'écriture AREQ-ARSSMI est fier de vous proposer des textes issus de la plume de ses retraitées et retraités. Pour vous le procurer, rejoindre hgrignon @bell.net ou 514 338-3710.

Cours de piano. Thérèse Hamel à Bois-des-Filion, 450 965-0785

Voyage en Égypte en automne, vols, croisière sur le Nil, mer Rouge, 19 jours. Infos : Marie-Rose Bascaron 514 939-1232 ou mrbascaron@hotmail.com

numéros à conserver :

APRFAE 514 666-6969

Ass. La Capitale
(contrat 3992)..... 1 866 612-3473

Ass. La Capitale
(contrat 1275)..... 1 844 928-7307

Caisse Desjardins
de l'Éducation..... 514-351-7295
ou 1 877 442-3382

Retraite Québec
(CARRA)..... 514 873-2433
1 800 368-9883
ou 1 800 463-5185

RAMQ..... 514 864-3411
ou 1 800 561-9749

SAAQ..... 514 873-7620
ou 1 800 361-7620

Sécurité de
la vieillesse 1 800 277-9915

Crédit d'impôt..... 514 864-6299
ou 1 800 267-6299

Office de protection des
consommateurs 514 253-6556
ou 1 888 672-2556

Références-Aînés 514 527-0007

Solution du jeu :

DEPPE

coin-détente

Mots à caser

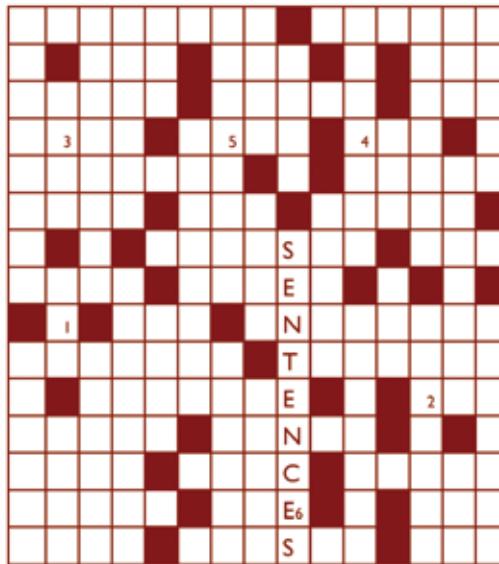
adapté par Huguette Desrosiers Grignon

Chaque mot de la liste a sa place dans la grille. Pour commencer, aidez-vous du mot fourni. Vous devez trouver :

la ville du festival mondial du cerf-volant

Réponse :

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|------------------|-----|-----|------------------|----------|---------|
| 3 lettres | | | 4 lettres | | |
| AIR | ERS | PAR | EIRE | LAME | AERES |
| ALE | EST | RDA | EMUT | LENA | ALEAS |
| AMI | ÉTÉ | SON | ERIC | NESS | AMONT |
| CRS | ILS | SPI | ERNE | OPTE | OREES |
| CRU | LIE | STE | ITEM | PELE | ELIME |
| ENA | MON | ZEN | LAIS | RATE | ELIRA |
| | | | | | TOITS |
| 5 lettres | | | 6 lettres | | |
| | | | ETIREE | ACEREES | MURISSE |
| | | | FESSEE | AILETTE | OVIPARE |
| | | | FOUACE | ASOCIAL | RIDELLE |
| | | | HUERAS | ESSUIES | STIMULE |
| | | | LAITON | HALTERE | TEINTAS |
| | | | MORSES | INSENSE | |
| 7 lettres | | | 8 lettres | | |
| | | | CHENILLE | OMISSION | |
| | | | CHOMEUSE | OSSUAIRE | |
| | | | ENURESIE | SALPETRE | |
| | | | ESTIMENT | | |



source:
Jeux évasion, été 2017

Membres du Conseil d'administration et des différents comités 2017-2018

Le conseil d'administration
composé de sept postes :

Nicole Frascadore
à la présidence

Jacques Dupont
à la vice-présidence au
secrétariat

Michel Paquette
à la vice-présidence à la
trésorerie

Jocelyne Dupuis
administratrice à l'action
sociopolitique et à
l'environnement

Lise Gervais
administratrice à L'Après FAE
et aux activités

Jean-Pierre Julien
administrateur

Martine Roberge
administratrice à la condition
des femmes

Comité des finances :
Michel Paquette,
Suzanne Desaulniers, Michel
Dounavis, William Fayad

Comité des statuts :
Jacques Dupont,
Jean Lavallée, Martine Roberge

Comité de la condition des femmes :
Martine Roberge,
Lisette Beaulieu, Marie-Paule
Bélec, Lucie Jobin, Danielle
Paquette

Comité d'action sociopolitique :
Jocelyne Dupuis,
Diane Brunet, Badiâa Sekfali,
Siham Abou Nasr

Comité de l'environnement :
Jocelyne Dupuis,
Siham Abou Nasr, Linda Binette,
Hélène Martel, Badiâa Sekfali,
Stella Vargas

Comité des élections :
Michel Trempe, président
Thérèse Hamel, Charles
Sajous

Comité activités :
Lise Gervais,
Marie-Rose Bascaron,
Jean-Pierre Julien, Danielle
Tremblay

Comité des arts visuels :
Nicole Frascadore,
Manon Labelle, Véronik
Lebeau, Carmen Neault,
Gilles Therrien

Comité journal :
Lise Gervais,
Claude Belcourt, Danielle
Bérault, Huguette
Desrosiers Grignon,
Lucie Jobin, Dorothée
Larochelle

Comité du recrutement :
Michel Paquette,
Rita Duguay, Pauline
McDermott, Jocelyne
Séguin, Robert Tibi,
Danielle Tremblay

Comité régional
Outaouais :
Jacques Dupont, Bernard
Gendron, Suzanne
Lapointe, Pierre Martel,
Diane Ross, Francine
Tremblay

Comité Haute-Yamaska :
Martine Roberge, Lisette
Beaulieu, Danielle
Paquette

Dossier Web :
Nicole Frascadore,
Danielle Turgeon



Dîner de Noël de la région BLLMV à l'ITHQ



Souper de Noël de la région de l'Outaouais



Déjeuner de la région BLLMV au Coco Gallo



Dîner de bienvenue des nouveaux membres (2016-2017) de la région BLLMV à la crêperie TY-BREIZ



Déjeuner de la région Haute-Yamaska



Sortie nationale dans la région de la Haute-Yamaska à la Cidrerie Milton

L'association qui nous unit

L'ASSOCIATION
DE PERSONNES
RETRAITÉES
DE LA FAE



N'hésitez pas à nous faire parvenir des articles, des annonces : concerts, expositions, conférences, voyages, etc. Nous nous ferons un plaisir de vous publier.



Le journal de l'APRFAE
Infographie :
Danielle Turgeon

APRFAE
8550, boul. Pie-IX, bureau 100
Montréal (Québec) H1Z 4G2

Téléphone : 514 666-6969
Télécopieur : 514 666-6770
Courriel : retraites@aprfae.ca

www.aprfae.ca

