# LE REFLET

VERSION IMPRIMÉE

AREQ CSQ

Volume 17, Numéro 3

Janvier 2010

Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec
Secteur J de l'AREQ (CSQ)- Beauce-Etchemins


**DANS CE NUMÉRO :**


| | |
|---|---|
| *Comités de l'AREQ* | 2 |
| *Amour et amitié* | 3 |
| *Cardio-secours* | 4 |
| *Recette* | 5 |
| *Décès* | 6 |
| *Décès* | 7 |
| *Mourir dignement* | 8 |
| *Assurances* | 9 |
| *Jeux* | 10 |
| *Jeux* | 11 |
| *Internet* | 12 |
| *Internet* | 13 |
| *Environnement* | 14 |
| *Impôt* | 15 |
| *Céline* | 16 |
| *Poème* | 17 |
| *Environnement* | 18 |
| *Littérature* | 19 |
| *Peregrina* | 20 |
| *Indexation* | 21 |
| *Coupons* | 22 |
| *L'homme* | 23 |
| *Orthographe* | 24 |

**Le Reflet** parait quatre fois par année : août - novembre - janvier - avril.
Bonne lecture!

## Vœux du jour de l'an pour 2010

MOT DU PRÉSIDENT GILLES POULIN

C'est la tradition d'offrir des vœux à l'occasion de la nouvelle année. Si vous le permettez, je vais d'abord tenir compte de la tradition, mais avec une note personnalisée…

Tout d'abord, je nous souhaite une année où les enfants de la terre chercheront la paix plutôt que le profit, une année où ils aimeront parler de leurs qualités plutôt que de leurs défauts.

Je nous souhaite une année où les hommes et les femmes de toutes races se mettront à croire à la vie où ils rejetteront la résignation et la passivité.

Je nous souhaite une année où les enfants découvriront le monde comme la plus belle œuvre d'art et non simplement comme une montagne de ressources naturelles.

Je nous souhaite une année où beaucoup de membres iront déranger un peu plus souvent ceux et celles qui souffrent de solitude et qui prendront le temps de leur parler et de les écouter afin d'embellir leur vie.

Enfin, je souhaite que la marmotte ne voie pas son ombre et que le printemps de vos vies soit lumière pour les autres et que votre solidarité s'exprime par une participation accrue aux activités qui vous sont offertes.

Évidemment, je vous souhaite une très bonne année 2010 et le paradis un peu sur terre et pleinement éternellement.

**Désormais, LE REFLET accepte la graphie de la nouvelle orthographe. Règles : pages 24**


Convention de la Poste-Publication
No: 40040492
Retourner toute correspondance
ne pouvant être livrée au Canada à :
1115, 133e Rue
Saint-Georges (Québec) G5Y 2R9

# COMITÉ DIRECTEUR SECTORIEL DE L'AREQ 2009-2010

| | |
|---|---|
| **PRÉSIDENCE**<br>***GILLES POULIN***<br>**Délégué au Conseil régional**<br>**Délégué au Conseil provincial** | **(418) 228-1427**<br>**gilles.p@globetrotter.net** |
| **1re VICE-PRÉSIDENCE**<br>***Jean-Guy Breton***<br>**Environnement**<br>**Sociopolitique** | **(418) 397-4760**<br>**jg.breton@globetrotter.net** |
| **2e VICE-PRÉSIDENCE** | **Poste vacant** |
| **SECRÉTAIRE**<br>***MARTINE MORIN*** | **(418) 228-7836**<br>**morinmartine@cgocable.ca** |
| **TRÉSORIÈRE**<br>***CLAIRE-ESTELLE GILBERT*** | **(418) 594-6992**<br>**clesgi@globetrotter.net** |
| **CONSEILLÈRE (1)**<br>***MONIQUE BIZIER***<br>**Assurances** | **(418) 383-5171**<br>**monbiz@sogetel.net** |
| **CONSEILLÈRE (2)**<br>***LIANE LOIGNON***<br>**Presse et Laure-Gaudreault**<br>**Condition féminine** | **(418) 228-0358**<br>**linon@cgocable.ca**<br>**Par intérim** |
| **FIL D'ARIANE**<br>***RICHARD MERCIER*** | **(418) 625-3365**<br>**rmercier@sogetel.net** |
| **TABLE DES AINÉS**<br>**CONDITION MASCULINE**<br>***GHISLAIN MORIN*** | **(418) 382-5105**<br>**morinpoulin@globetrotter.net** |
| **CHAINE ÉLECTRONIQUE**<br>***DIANE POULIN*** | **(418) 228-1947**<br>**areqbe1@gmail.com**<br>**areqbe2@gmail.com** |
| **CHAINE TÉLÉPHONIQUE**<br>***SUZANNE LOUBIER*** | **(418) 228-8037**<br>**suzanne.loubier@hotmail.com** |
| **SITE WEB**<br>***JEAN JIBOULEAU*** | **(418) 228-3546**<br>**jean_jibouleau@yahoo.ca**<br>**areqbe@hotmail.com** |
| **JOURNAL LE REFLET**<br>***JACQUES RANCOURT*** | **(418) 228-8525**<br>**logidlp@globetrotter.net** |

Notre site : **http://areqbe.qc.ca**
Notre blogue : **http://areqbe.blogspot.com**

**18 février** : Amour et amitié - Beauceville
**16 mars** : RCR - Saint-Georges
**17 mars** : Assurances - Saint-Georges
**24 mars** : RCR - Saint-Joseph
**29 mars** : RCR - Sainte-Justine
**30 avril** : Conférence - mode de scrutin
***Info : Jean-Guy Breton***
**8 septembre** : Golf - Lac-Beauport

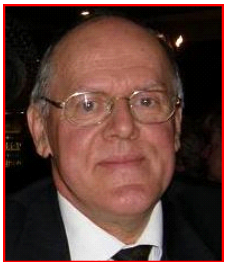
**Un sincère merci à celles qui gèrent le publipostage du journal ! Ci-dessous, la correctrice du Reflet et le photographe lors de plusieurs de nos activités.**

**Geneviève Roy**

**MERCI !**

**Photographe** →

**Correctrice** ←



**Guy Roy**

## « Prenons soin de notre coeur... » – Fête de l'amour et de l'amitié

## 18 février 2010 - Prix de présence

À l'occasion de la Saint-Valentin, vous êtes invités à briser la grisaille de l'hiver et à entretenir la flamme de l'amitié. À cette fin, nous vous proposons une rencontre à deux volets. Un premier, pour vous informer, par le biais d'une mini conference, sur les façons de prendre soin de votre coeur, celui qui bat dans votre poitrine; un deuxième, pour prendre soin de *l'autre coeur*, celui qui est le siège des sensations et des émotions, en partageant un bon repas avec des amis dans une atmosphère très *relax*, très conviviale teintée par le thème de l'amitié.

**Où** : Salle Curé-Morin (à l'arrière de l'église de Beauceville)

**Quand** : **le 18 février** prochain à compter de 10 h

**Cout** : membre = 13 $ Ami(e) et non membre = 23 $

**Conférencier invité** : un représentant de la Fondation du Coeur Beauce-Etchemin

**Confirmez votre présence avant le 12 février par le biais du coupon de la page 22.**

## BIENTÔT LE 8 MARS...

Je livre à votre réflexion aujourd'hui un texte qui a pour titre *Maintenir le cap sur l'égalité*. Ce texte est extrait du document *À parts égales, à part entière : L'Égalité entre les femmes et les hommes au Québec*, publié par le gouvernement du Québec.

« *Maintenir le cap sur l'égalité*

Souvent cité en exemple sur la scène internationale, le Québec est-il pour autant un paradis de l'égalité des sexes?

Les Québécois et les Québécoises ont certainement raison d'être fiers tant les progrès accomplis ont été considérables depuis les revendications des premières suffragettes. En éducation, pour ne citer que ce domaine, les filles sont maintenant plus nombreuses que les garçons à obtenir un diplôme au secondaire, au collégial et au baccalauréat.

À l'université, le nombre d'étudiantes dans certaines disciplines traditionnellement masculines telles la médecine, la dentisterie et le droit est en pleine croissance. Les jeunes parents bénéficient en outre des mesures les plus généreuses sur le continent pour concilier vie familiale et vie professionnelle.

Les jeunes constituent un excellent barème pour évaluer le chemin parcouru et surtout, pour envisager les étapes qui nous restent à franchir. Il faut en effet rappeler que dans un contexte de mondialisation et de changements démographiques majeurs, le combat pour l'égalité est plus pertinent que jamais.

D'où l'importance pour tous les citoyens et toutes les citoyennes de se mobiliser pour atteindre ce noble objectif. Chaque personne, dans son milieu de vie, chaque institution, dans son secteur d'activité, peut poser des gestes significatifs en faveur de l'égalité des sexes. Il s'agit là d'une responsabilité commune.

Il faut maintenir le cap afin que toutes et tous aient des conditions égales pour exercer pleinement leurs droits et développer leur potentiel. Hommes et femmes : mêmes droits, mêmes devoirs, mêmes responsabilités, mêmes privilèges. La société québécoise a besoin de l'énergie, de l'intelligence et du dynamisme de tous ses membres sans exception, sans distinction aucune. »

Quel geste poserez-vous le 8 mars prochain?

# CARDIO-SECOURS$_{MC}$ – RCR

Une formation de base en RCR est offerte aux membres de l'AREQ Beauce-Etchemins par M. Dominic Pépin, maître instructeur pour la Fondation des maladies du cœur du Québec.

Les normes ont été simplifiées; c'est pourquoi le cours ne dure que 3½ heures; exemple : les techniques sont uniformisées pour toutes les catégories d'âge.

Le cout de cette formation est de 30 $ par personne. L'AREQ assume 15 $; il vous restera 15 $ à débourser. Les amis(es) ou autres seront admis(es) s'il reste des places au cout de 30 $.

| DATES | HEURES | ENDROITS |
|---|---|---|
| Mardi 16 mars 2010 | 13 h à 16 h 30 | Fondation du cœur Beauce-Etchemin<br>2505, 10e Avenue Ouest<br>**Saint-Georges**<br>(coin 25e Rue et 10e Avenue – ancienne École Aubert-Gallion) |
| Mercredi 24 mars 2010 | 13 h à 16 h 30 | Salle de l'Âge d'or<br>135, rue Sainte-Christine<br>**Saint-Joseph** |
| Lundi 29 mars 2010 | 13 h à 16 h 30 | Centre civique – salle Claudia-Gagné<br>250, rue Principale<br>**Sainte-Justine** |

Un résumé du cours (cahier avec CD-Rom à l'intérieur) sera offert au cout de 12 $ l'unité aux personnes intéressées. Ce cahier permettra de réviser les notions de cardiosecours à domicile en tout temps.

Pour vous inscrire, veuillez communiquer avec Martine Morin au 418-228-7836 ou morinmartine@cgocable.ca et faire suivre le formulaire ci-dessous avec le chèque requis dans les meilleurs délais; chaque groupe est composé de 12 personnes. Les premiers inscrits (chèques reçus) seront les premiers à bénéficier du cours. S'il y a plus de 16 inscriptions, le cours sera donné avec deux (2) instructeurs.

Après la formation, vous recevrez une carte d'achèvement (certificat).

**FORMULAIRE D'INSCRIPTION – CARDIO-SECOURS$_{MC}$ – RCR**

**Je suis intéressé(e) à suivre le cours; mon nom est** _____

**Sexe :** _____ **Occupation : retraité**(e) **Téléphone :** _____

**Date et endroit choisis :** _____ _____

**Veuillez faire parvenir le chèque, à l'attention de AREQ Beauce-Etchemins, à Claire-Estelle Gilbert, 3547, 20e Avenue, Saint-Prosper GOM 1Y0. Si le paiement n'est pas reçu, la place n'est pas réservée.**

# GATEAU CHIFFON AU CAFÉ

Par Jocelyne Tanguay et Danielle G. Blais

2 ¼ tasses de farine
3 c. à thé de poudre à pâte
1 c. a thé de sel
½ tasse de sucre
½ tasse d'huile à salade
5 jaunes d'œufs
3 onces de chocolat mi-sucré râpé en lamelles très minces (facultatif)
¾ tasse de café fort refroidi
1 c. à thé de vanille
½ c. à thé de crème de tartre
5 blancs d'œufs

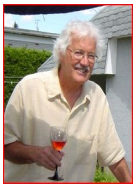
| | |
|---|---|
| CHAUFFER | le four à 325 degrés F. |
| TAMISER | trois fois ensemble la farine, la poudre à pâte, le sel; ajouter le sucre. |
| FAIRE | un creux dans le mélange de farine et y mettre sans brasser, l'huile, les jaunes d'œufs non battus, le café et la vanille. |
| BRASSER | d'abord le liquide pour en mélanger les éléments, puis incorporer avec la farine et battre le tout jusqu'à ce que la pâte soit lisse. |
| INCORPORER | ensuite les lamelles de chocolat. |
| BATTRE | les blancs d'œufs dans un grand bol, ajouter la crème de tartre, monter jusqu'à ce qu'ils soient devenus très fermes. (beaucoup plus que pour une meringue). |
| INCORPORER | à l'aide d'une cuiller de bois, les blancs d'œufs au premier mélange de farine, environ un quart à la fois, en repliant après chaque addition, jusqu'à ce que la pâte et les blancs d'œufs soient bien mêlés. |
| VERSER | dans un moule tubulaire de 10 pouces. |
| CUIRE | environ 1 heure au four préalablement chauffé. |
| RENVERSER | au sortir du four, renverser le gâteau sur un entonnoir, laisser ainsi jusqu'à complet refroidissement. |
| RETIRER | du moule avec précaution et couvrir du glaçage suivant. |

## GLAÇAGE CHOCOLAT-BEURRE

½ tasse de cacao Fry's
2 tasses de sucre à glacer
1/3 tasse de beurre ramolli
1 œuf moyen
¾ c. à thé de vanille

Tamiser ensemble le cacao et le sucre à glacer, dans un bol. Ajouter le beurre, l'œuf et la vanille; bien mélanger avec la mixette. Rendement 1 2/3 tasse.

Envoyez-moi votre recette préférée. Je me me ferai un plaisir de la partager dans Le Reflet. Un simple courriel à mon adresse logidlp@globetrotter.net et le tour est joué. Jacques Rancourt



# De passage dans nos vies

**14 juin 2009**
**IRÈNE MATHIEU**
**Mère de Jacques Roy**

**15 septembre 2009**
**DENISE LONGCHAMPS**
**Membre**

**16 octobre 2009**
**LUCIENNE BOULET**
**Membre**

**19 octobre 2009**
**GILBERTE ROULEAU**
**Membre**

**21 octobre 2009**
**JEAN GIGUÈRE**
**Père de Thérèse Giguère**
**Beau-père de Simon Roy**

**23 octobre 2009**
**BENOiT POULIN**
**Père de Diane Poulin**

**23 octobre 2009**
**IRÈNE POMERLEAU**
**Membre**

**28 octobre 2009**
**PAULINE LANGEVIN**
**Soeur de Michèle Langevin**

**10 novembre 2009**
**MARCEL LANGRANGE**
**Frère de Bruno Lagrange**
**Beau-frère de Michel Morin**

**14 novembre 2009**
**RACHEL TANGUAY**
**Mère de Alain Audet**

**15 novembre 2009**
**JEAN AUDET**
**Beau-frère de Murielle Carrier**

**18 novembre 2009**
**SOLANGE BILODEAU**
**Soeur de Normande Bilodeau**
**Belle-soeur de Mariette Vachon**

# De passage dans nos vies

**19 novembre 2009**
**FLORIDA BEAUDOIN**
**Mère de Renée Rancourt-Roy**
**Mère de Jean-Claude Roy**

**19 novembre 2009**
**MARCELLE GAGNÉ**
**Soeur de Roseline Gagné**

**19 novembre 2009**
**BENOIT LANDRY**
**Membre**

**30 novembre 2009**
**THÉRÈSE GOUPIL**
**Mère de Robert Prévost**

**1er décembre 2009**
**ROMÉO CARRIER**
**Père de Marguerite Carrier**

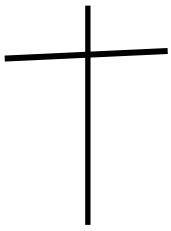
**27 décembre 2009**
**PAMPHILE BOULANGER**
**Père de Denise Boulanger**
**Père de Madeleine Boulanger**

**29 décembre 2009**
**CÉCILE CLOUTIER**
**Mère de Sylvie Rodrigue**

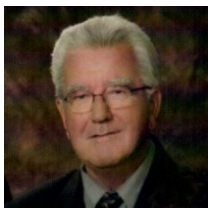
**29 décembre 2009**
**LOUIDA BUSQUE**
**Conjoint de Jocelyne Larouche**

**29 décembre 2009**
**JEAN-PIERRE MAHEUX**
**Membre**

**1er janvier 2010**
**MICHEL POULIN**
**Membre**



**5 janvier 2010**
**MARTIN POMERLEAU**
**Frère de Jocelyne Pomerleau**
**Beau-frère de Maurice**



**7 janvier 2010**
**LUCIEN GOSSELIN**
**Frère de Claude Gosselin**

**11 janvier 2010**
**MARIE-PAULE LANGELIER**
**Mère de Paule Roy**
**Belle-mere de Jules Caron**

**11 janvier 2010**
**DORISSE CARON**
**Soeur de Louise Caron**

# Mourir librement et dignement

Par Jacques Rancourt

Le 18 novembre 2009, quarante membres de notre section ont assisté à la conférence de M. Yvon Bureau sur la façon de terminer sa vie en dignité. Avec humour, le conférencier a abordé tous les aspects moraux et légaux de cette cruciale question existentielle. J'ai glané quelques-uns de ses propos que je vous livre au hasard.

Naitre est une chance inouïe, mais terminer sa vie, c'est notre destin. Personne n'y échappe. Personne ne sort vivant de sa vie. Mourir est un verbe qui tue. Yvon a fait une petite enquête auprès de l'assistance sur trois éléments majeurs.

Le mandat d'inaptitude
Directives anticipées au testament biologique
Arrangements funéraires

Il est très important de régler ces trois éléments pendant que la personne est encore lucide. C'est le plus beau cadeau à laisser. Il ne faut pas qu'il nous arrive ce qui est arrivé à une dame qui affirme : « Le Bon Dieu est venu le chercher à Noël et l'hôpital l'a laissé partir à Pâques ».

Quand tout est clair, la famille, les aidants, le corps médical savent à quoi s'en tenir. On ne sait pas ce que l'avenir nous réserve.

Perdre sa dignité
Perdre son identité
Devenir un fardeau pour les autres
Vivre une fin de vie qui va créer de la désunion

C'est pourquoi, il est si important de tout régler pendant qu'on est lucide. Cette initiative permet de diminuer le nombre de suicides et de meurtres pas compassion et donne une plus grande sérénité dans la fin de vie.

Association québécoise pour le droit de mourir avec dignité
http://www.aqdmd.qc.ca/

Vous trouverez dans ce site les formulaires suivants :
Testament de vie ou directives anticipées
Mandat en cas d'inaptitude pour les soins de la personne
Adhésion à l'Association

## ASSURANCES (*Activité gratuite)*

**<u>Réunion sur les assurances</u>, mercredi, le 17 mars 2010 à 14 h au restaurant Charles, salle « Le Cellier » 10330, boul. Lacroix, Saint-Georges.**

<u>Régime d'assurance-maladie SSQ</u>

Compte tenu de la bonification des montants maximaux remboursés par traitement chez les professionnels de la santé, cela entraine un ajustement de la prime d'assurance-maladie de 1,7 % pour les moins de 65 ans et plus.

<u>Nouvelle carte ASSUREQ</u>

Lorsqu'une nouvelle carte ASSUREQ est émise par le SSQ, seules les garanties aux fins d'utilisation y apparaissent. Ainsi, si la personne détient de l'assurance-vie, cette information n'apparait plus sur la carte, pour respecter la confidentialité. On peut la retrouver sur l'État des dépôts de la CARRA.

<u>Voyage</u>

Les vaccins pour les voyages ne sont pas remboursés. Information que j'ai reçue.

Vous pouvez peut-être quand même essayer????

Si problème de santé ou changement d'ordonnance, il est préférable de s'informer si vous êtes vraiment assuré(e) 1 888- 833-6962 ou 418 651-6962

<u>Annulation-voyage ou Assistance-voyage</u>

Voir les renseignements dans la brochure ASSUREQ ou tel: SSQ 1-800-380-2588 ou 418-651-2588 ou Can Assistance: Canada-É-U. 1-800-465-2928 Ailleurs dans le monde (à frais virés): 514-286-8412 Ces numéros sont sur votre carte d'assurance.

***<u>Café servi gratuitement</u>***

**Info : Monique Bizier**

## Cancer du sein : mythes ou réalités

**Mythe** La mammographie prévient le cancer du sein.

**Réalité** La mammographie ne prévient pas le cancer du sein. Mais elle permet de détecter des tumeurs à un stade précoce et ainsi d'augmenter les chances de guérison.

**Mythe** Il est inutile de dépister le cancer du sein puisqu'on ne peut en guérir.

**Réalité** Erreur!... Plus de 70 % des femmes qui sont atteintes d'un cancer du sein y survivent et mènent une vie tout à fait normale. Bonne nouvelle, le taux de guérison augmente grâce à l'amélioration des traitements et au dépistage précoce de la maladie.

**Mythe** Le cancer du sein touche surtout les femmes de moins de 50 ans.

**Réalité** C'est faux. Près de 80 % des cancers du sein sont diagnostiqués chez des femmes de plus de 50 ans. L'âge est le facteur de risque le plus important du cancer du sein, et la probabilité d'être atteinte d'un cancer du sein augmente avec l'âge.

**Mythe** Les traumatismes aux seins, les soutiens-gorge à cerceaux et l'utilisation d'antisudorifiques peuvent causer le cancer du sein.

**Réalité** Oubliez ces histoires à faire peur : les traumatismes aux seins, les soutiens-gorge à cerceaux et les antisudorifiques ne font pas partie des facteurs de risque du cancer du sein.

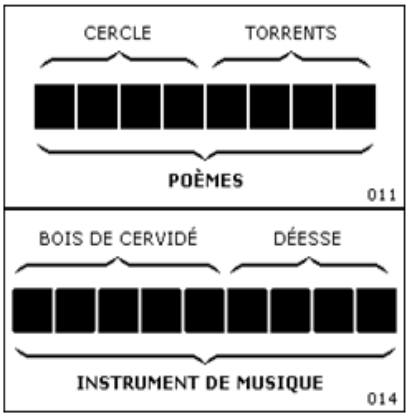
Texte transmis par Carole Dionne, responsable régionale du Comité de la condition des femmes.

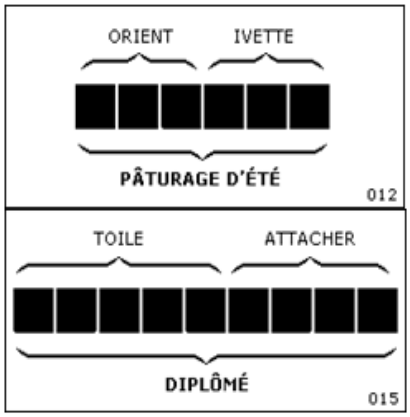
# Divertissement

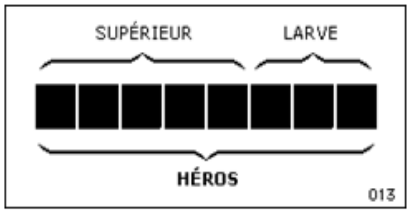
Les charades, la mini-grille et les mots-croisés sont reproduits avec l'aimable autorisation de « Chez Muse ».

En signe de remerciements, visitez le site http://gauterdo.com/

## Les charades







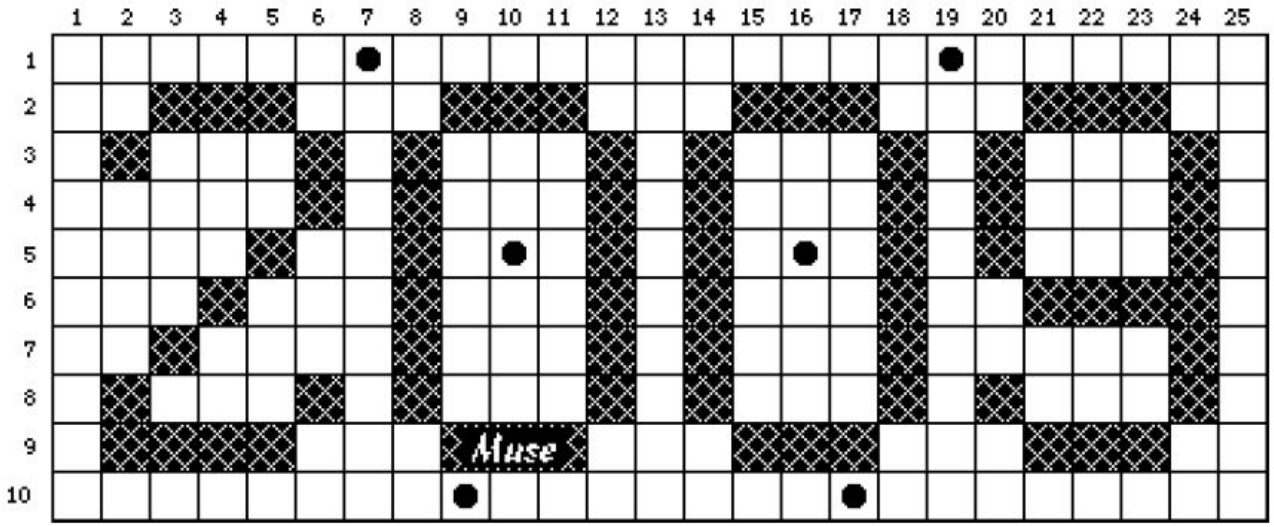



## Le proverbe

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | D | E | I | E | A | E | E | L | A | T | L | E | C | A | E | A | I | E | D | A | E | C | E | C | A | E | I | C | E |
| I | I | L | P | E | L | H | O | M | A | E | M | B | E | E | G | E | N | O | E | E | I | E | L | C | E | E | L | I | R |
| O | L | T | Y | L | R | R | Q | N | E | E | P | C | E | E | L | I | O | O | O | L | N | I | L | C | N | I | U | O | U |
| | U | | | P | S | T | S | S | M | U | R | E | L | L | U | N | S | | P | U | R | S | | L | O | V | T | |
| | U | | | | | U | | U | O | | | P | R | R | | U | U | | U | | | T | | | R | O | | | |
| | | ■ | | ■ | | ■ | | | | | | | ■ | | | | | ■ | | | | | ■ | | | ■ | | | |
| ■ | | | ■ | | ■ | | | | | | ■ | | | | | | ■ | | | ■ | | | ■ | | | | | | ■ |
| | | ■ | | | | | ■ | | | | | ■ | | | | | | ■ | | | ■ | | | ■ | | | ■ | | |
| | | | ■ | | | | | ■ | | | ■ | | | | | ■ | | | | | ■ | | | | | | | ■ | | |
| ■ | | | ■ | | | | ■ | | | ■ | | | | | ■ | | | | | ■ | | | ■ | | | | | ■ | ■ |
| | | ■ | | | ■ | | | | | | | | | | ■ | | | ■ | | | | | ■ | | | | | ■ | ■ |

**Par Jean Jibouleau**

# Mots croisés




Note: Les cases marquées d'un point et les cases pleines ont même valeur d'arrêt entre les mots

**HORIZONTALEMENT**

**1.** Mangeoire - Fabricant de prothèses - Héros grec.
**2.** Marque la surprise - Règlement - Plante parasite - Océan - A cessé d'exister.
**3.** Admirateur - Thymus du veau - Mouvement catholique - Offrande.
**4.** Précipitation solide - Orienta - Procédé de synthèse (chimie) - Détérioré.
**5.** Anneau de cordage - Soldat américain - Plein jusqu'au bord.
**6.** Bouche - Mis en mouvement - En ce lieu-ci - Posséda - Argent.
**7.** En matière de - Voies publiques - Exprime le refus - Boeuf sauvage - Chat.
**8.** Lombric - Situé - Dix-neuf - Prière mariale.
**9.** Baudet - Principe de vie - Sans humidité - Dialecte roman.
**10.** Soignés, bien mis - Abbés - Chapelle.

**VERTICALEMENT**

**1.** Atoca.
**2.** Facteur Rhésus - Époques.
**3.** Fiscalité.
**4.** Durée de la vie - Île de l'Atlantique.
**5.** Créé - Cloison.
**6.** Se dit en Espagne - Passage peu profond d'une rivière - Année.
**7.** Qui se soumet à une règle.
**8.** Représente environ 3,1416 - En matière de.
**9.** Avares.
**10.** Neuf - Pantois.
**11.** Arbres de Noël.
**12.** Mercure - Paresseux.
**13.** Figure de style par laquelle on atténue une expression.
**14.** Condition - Possédé.
**15.** Marqué par la joie.
**16.** Signifie qu'une chose a cessé d'exister - Canton suisse.
**17.** Écorce.
**18.** Éminence - Dans la Rose des Vents.
**19.** Embraser.
**20.** Patrie d'Abraham - Soldat américain - Calcium.
**21.** Rigide - Sodium.
**22.** Risqua - Électronvolt.
**23.** Venus au monde - Règle de dessinateur.
**24.** Sélénium - Précieux.
**25.** Perfection.

# Les trois génies de la lampe magique

La lampe magique du web contient plusieurs génies. Ils sont chargés de vous servir en vous apportant le son, l'image et la vidéo. Il ne tient qu'à vous d'ouvrir cette lampe d'Aladin. Les génies de la télé, des journaux et de la radio seront alors à vos pieds pour répondre à vos moindres caprices.

## Le « petit écran » sur votre écran

Radio-Canada constitue certainement une référence incontournable dans le domaine de la télé. Pour revoir certaines émissions, il vous faudra installer « Silverlight » produit par Microsoft. Une fenêtre vous permettra de télécharger et d'installer facilement cet utilitaire.

C'est léger et gratuit. À partir de ce moment, toutes les émissions disponibles sur le site de Radio-Canada peuvent être visualisées sur votre écran d'ordinateur. Il faut évidemment un accès internet suffisamment rapide. Allez, utilisez http://www.radio-canada.ca/television/emissions/index.asp vous y trouverez une liste alphabétique qui devrait vous satisfaire. Mais vous n'échapperez pas aux commerciaux. Ils font désormais partie de notre quotidien tout comme le publisac, les pourriels et le cordon de neige glacée que nous laisse la déneigeuse.

Si vous cherchez du côté anglophone, voici un lien http://www.chocolat.tv/live-broadband-tv/canada-tv.html qui vous présente 11 chaines canadiennes.

D'un point de vue plus international voici quelques liens intéressants : http://www.webmaster-gratuit.com/tele/tele-liste.htm , http://fr.wwitv.com/index.html. Le site TVWEB360 http://tvweb360.com/ est un peu différent. On y choisit la langue et le pays, le poste et l'émission. Ne soyez pas trop déçu s'il y a des coupures. Certains services fonctionnent avec des moyens très limités. Ça peut être intéressant pour se familiariser avec une nouvelle langue.

## Quand la radio joue cet air-là…

Si vous faites partie des personnes qui ont dû s'expatrier pour s'établir en Beauce, peut-être seriez-vous intéressé à écouter un poste de radio de votre région d'origine. Le site http://www.dti.ulaval.ca/pp/rva/presteleconf/radioQc.html vous présente une liste de 192 stations du grand Québec.

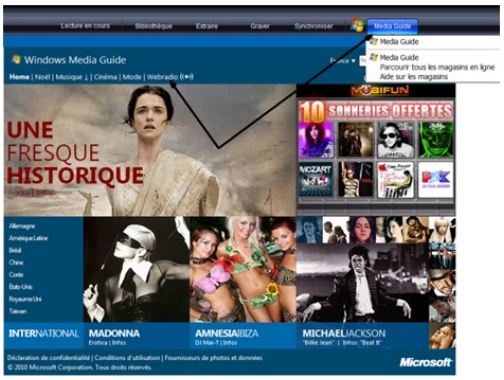
# Les trois génies de la lampe magique suite...

C'est une bonne façon de savoir ce qui se passe au Lac Saint-Jean ou en Gaspésie. Même les « Snow-birds » peuvent écouter CKRB.

Certaines stations s'écouteront avec Winamp ou Window Media alors que d'autres seront accessibles sur leur site web spécifique. Une icône appropriée vous l'indiquera.

Si vous préférez une radio plus musicale, vous trouverez certainement votre bonheur à http://www.live365.com/index.live ou encore http://www.radiotoplist.com/. Lors d'une longue soirée d'hiver, rien de tel que de choisir une radio « smooth jazz » accompagnée d'un bon livre et d'un vieux porto. Certains de ces sites exigeront l'installation d'un « plug-in » particulier. C'est habituellement sans risque, mais pas toujours. À chacun de décider.

Vous avez très probablement dans votre ordinateur tout ce qu'il faut pour écouter la radio sur le web, gratuitement et sans installation particulière. En effet, le lecteur Window média vous offre plusieurs dizaines de stations radiophoniques en tous genres. Ouvrez le lecteur Windows media et sélectionnez l'onglet de l'extrême droite, « Media guide ». Choisissez ensuite le bouton « Webradio ». La page qui s'affiche alors vous donne un très grand choix de stations musicales.




**Les médias écrits**

Commençons d'abord par des nouvelles locales (www.enbeauce.com/).

Et voici les journaux régionaux du Québec : http://www.banq.qc.ca/portal/dt/collections/revues_journaux/liste_journaux_reg_qc/liste_journaux_reg_qc.jsp?bnq_resolution=mode_1024

Les principaux quotidiens québécois sont aussi représentés sur le web. Le Devoir possède son propre site (http://www.ledevoir.com/) alors que La Presse et Le Soleil sont hébergés sur le site de Cyberpresse (http://www.cyberpresse.ca/ et (http://www.cyberpresse.ca/le-soleil/). Normal, ils sont tous deux la propriété de Power Corp.

Et pourquoi pas des nouvelles de l'étranger : l'Angleterre produit The London Daily News (http://www.london-daily.co.uk/) , la France Le Monde (http://www.lemonde.fr/) et l'Espagne El Pais (http://www.elpais.com/global/ ). Et si vous cherchez un peu vous trouverez sans problème des revues et magazines tels que Châtelaine, Protégez-vous, People, Geo, Time, etc.

Mais n'oubliez pas le conseil habituel : l'Internet s'aborde avec beaucoup de curiosité et un peu de paranoïa.

***Notez que dans la version internet du Reflet, les liens sont actifs et il n'y a qu'un clic à faire pour accéder au site recherché.***

# QUI A PEUR DE LA VÉRITÉ? ou LES POURSUITES – BÂILLONS.

Par Jean-Guy Breton, responsable du sociopolitique

Je vous avais parlé dans Le Reflet du mois de mars 2009 d'un livre que j'avais lu et qui m'avait fortement impressionné. Son titre : Noir Canada, Pillage, Corruption et Criminalité en Afrique, écrit et abondamment documenté par Alain Daneault et associés, édité par Écosociété.

Pour mémoire, ce livre raconte comment les compagnies minières exploitent les ressources de l'Afrique sans tenir compte ni des populations, ni de l'environnement et sans verser la moindre compensation aux pays où elles s'installent. Ces compagnies entretiennent les dictateurs locaux et les chefs de guerre, ne reculant devant rien, pas même le meurtre ou le génocide, pour engranger leurs profits faramineux.

Nous avons rencontré M. Deneault le 11 octobre dernier à Québec. Lors de sa conférence, il a repris les grandes lignes de son livre et nous a informés des poursuites judiciaires dont les auteurs sont l'objet ainsi que leur maison d'édition. Ces poursuites se chiffrent à 11 millions de dollars et sont intentées par deux compagnies qui sont montrées du doigt dans le livre : BARRICK GOLD et BANRO.

Voilà un beau cas de poursuite – bâillon qui vise à faire taire des journalistes ou des chercheurs qui dénoncent des injustices flagrantes. Vous comprendrez que ces honnêtes citoyens n'ont pas les mêmes moyens de se défendre en cour devant ces compagnies milliardaires…!

Citons un autre cas plus récent : Alain Gravel et Radio-Canada. Ce journaliste à l'émission « Enquête » a produit, en septembre dernier, un reportage dénonçant la corruption dans le monde de la construction. Un des plus gros entrepreneurs dans ce secteur, Tony Accurso, a intenté une poursuite de 2 millions de dollars contre Gravel et Radio-Canada, ainsi que 500,000 dollars à titre de « dommages exemplaires et punitifs ».

En quoi tout cela nous concerne-t-il? Que peut-on y faire, nous les retraités? Voici quelques réflexions que m'inspire la lecture de « Noir Canada » : le Canada est depuis longtemps devenu le paradis fiscal et judiciaire des compagnies minières à travers le monde. Le gouvernement fédéral fait tout pour favoriser les investissements des grandes institutions financières dans ces compagnies. Vous me voyez venir?

Par exemple, la Caisse de dépôts et de placements du Québec (nos avoirs…) devient indirectement complice des crimes de ces compagnies en Afrique ou ailleurs. Par ailleurs, nos gouvernements, autant à Ottawa qu'à Québec, consentent d'importantes baisses d'impôt ou encore de l'énergie au rabais à ces compagnies.

Même Hydro-Québec international (qui nous appartient) ne se gêne pas pour accaparer, par des opérations douteuses, les ressources africaines.

Que pouvons-nous faire concrètement? D'abord, inciter par tous les moyens nos grandes institutions à retirer leurs billes de ces compagnies mafieuses et à faire des investissements éthiques. ***(Suite page 15)***

## QUI A PEUR DE LA VÉRITÉ? ou LES POURSUITES – BÂILLONS.

Par Jean-Guy Breton, responsable du sociopolitique

### Suite et fin

Ensuite, pousser nos gouvernements à voter des lois pour protéger la liberté de recherche et d'expression de l'information. Le Québec a déjà initié un projet de loi en ce sens, mais il reste beaucoup à faire. N'oublions pas que c'est le principe même de la démocratie qui est en cause!

Je vous incite fortement à lire le livre « Noir Canada » qu'on retrouve dans toutes les bonnes bibliothèques et librairies.

Je vous incite aussi à signer la pétition sur internet en appui aux auteurs de « Noir Canada » ainsi qu'aux éditions Écosociété.

**QUI A PEUR DE LA VÉRITÉ? SURTOUT CELLES ET CEUX QUI ONT DES CHOSES À SE REPROCHER!**

---

# OFFRE D'EMPLOI

**Des retraités de l'enseignement sont demandés pour compléter des rapports d'impôts en faveur des gens à faibles revenus, surtout des démunis.**

**Aucune expérience n'est requise.**

**Formation et documentation fournies par des personnes d'expérience.**

**Durée de l'emploi : 5 à 6 semaines, soit du 9 mars au 16 avril 2010.**

**Le travail se fait chez soi à son rythme.**

**Le salaire est une grande satisfaction pour les services rendus et une bonne renommée pour notre association.**

**Faites parvenir votre offre à Michel Longchamps en appelant au** *(418)228-2616* **ou en écrivant à** *midam@globetrotter.net*

# Dans le silence, la réponse est venue, si étincelante...

Par Céline Grenier

Dans les champs vallonnés de mon enfance, je m'enveloppe à la tendresse, à la jeunesse de ce Premier de l'an pelotonné sous une neigeuse blancheur à la lueur frileuse de cette fin d'après -midi. J'ai mal, trop mal. Je marche ma tristesse. Une personne aimée, l'âme agitée, noyée dans un sombre chagrin habillé de fabulations, d'incohérences semant des doutes et entachant le souvenir d'êtres précieux, rompt l'amitié, accuse...

Mais « j'ai l'âge du pardon », comme le chante Ginette Reno.
Dans le silence de cette nature, la réponse est venue, si étincelante, si belle.
En cas de larmes, donnez du temps à votre souffrance, posez des étoiles dans votre regard, allez vers l'autre, découpez-vous des clés pour le bonheur.

Je sais que je ne prendrai aucune résolution en ce Premier de l'an 2010.
Je m'interrogerai, m'interpellerai.
Quand un enfant nait, le monde change.
Devant un enfant, nous devenons plus humains. Que de coeurs de grands-parents s'attendrissent! Nous réalisons que nous sommes interdépendants les uns des autres.

**Quand une année nouvelle nait, est-ce que le monde change?**

Nous vieillissons un peu plus. La vulnérabilité fait de plus en plus partie de notre condition humaine, mais, comme il est écrit : la seule personne qui est avec vous pour la vie, c'est VOUS!

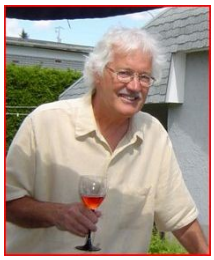
VIVEZ PLEINEMENT et AVANCEZ avec CONFIANCE!

« Sur la route des mots », dans la beauté apaisante de cette nature hivernale, j'ai laissé « neiger » ma souffrance, une injustice.
Et mon horizon 2010 s'est jardiné des douceurs familiales, des amitiés, des espoirs, des sourires d'enfants...
Merci de m'avoir lue, gens de l'Areq, vous êtes des étoiles sur ma vie, des musiques.

Que l'Année nouvelle vous soit partage et harmonie!

# Quand tout s'efface

Par Jacques Rancourt



Chaque fois que je la vois
J'ai l'âme à la tristesse
Oublier toute une vie
Oublier tout son passé
Vivre une mort en attente
Vivre dans l'angoisse
Vivre désespérée

Chaque fois que je la visite
Je remarque sa présence absente
Je vois la détresse sillonner son visage
Je vois ses mains calleuses
Je vois son regard triste et inquiet
Elle me regarde et elle se questionne
Qui est cet étranger près de moi
Que vient-il faire dans ma chambre
Pourquoi toutes ces questions sur moi
Je ne sais même pas où je suis et ce que je fais ici
Je ne me souviens plus de ce que j'ai fait de ma vie
Je ne reconnais plus les êtres qui m'ont été si chers
Je suis incapable de savoir si c'est le jour ou la nuit
J'oublie les moindres gestes à peine exécutés
Ne me demandez pas de me projeter dans votre futur
Quelques bribes de mon passé remontent à la surface
Je plonge parfois dans des moments de ma vie passée
Comme si je les vivais maintenant en temps réel

Chaque fois que je la visite
Je deviens inconsolable
Quelle triste fin pour une femme
Qui a tant vécu travaillé et aimé
Cette longue attente dans les corridors de l'oubli
Ces gouttes de tristesse qui ruissèlent sur son visage
Ce silence lourd d'une personne qui a tant bavardé
Cette terrible agonie d'un corps dont l'âme s'évapore

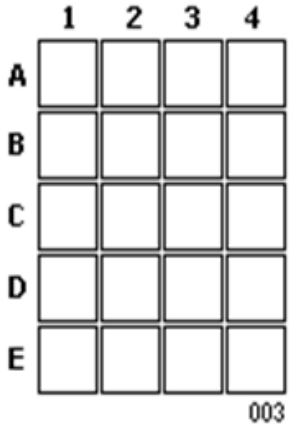
# Sudoku facile

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 | | | 1 | | 8 | 2 | | 3 |
| | 2 | | | 4 | | | 9 | |
| 8 | | 3 | | | 5 | 4 | | |
| 5 | | 4 | 6 | | 7 | | | 9 |
| | 3 | | | | | | 5 | |
| 7 | | | 8 | | 3 | 1 | | 2 |
| | | 1 | 7 | | | 9 | | 6 |
| | 8 | | | 3 | | | 2 | |
| 3 | | 2 | 9 | | 4 | | | 5 |

# La mini-grille

**A. Souverain**
**B. Riveta**
**C. Baudets**
**D. Sans mélange**
**E. Détériorée**

**1. Fort**
**2. Canal naturel**
**3. Reconnu**
**4. Effleurée**




003

# LA SOIF DU RIDICULE

Par Jean-Guy Breton

Y comprenez-vous quelque chose, vous autres,
Qu'on puisse acheter l'eau en bouteille
Dans une région du monde comme la nôtre
Où l'eau naturelle est abondante merveille?

A-t-on jamais vu sarcastique vendeur
Convaincre les Inuits du Grand Nord
D'acheter frigidaires et congélateurs
Dont ils se privent depuis toujours sans remords?

Mais voilà que de puissantes multinationales,
Les mêmes qui vendent des boissons gazeuses,
Ont conçu pour nous une vaste cabale
Pour monnayer cette ressource précieuse.

Pourtant l'eau du robinet est pratiquement gratuite,
Elle répond à tous nos besoins quotidiens.
En plus elle est disponible tout de suite,
Et nous sommes de la salubrité les vaillants gardiens.

L'eau du marché n'est pas meilleure
Et nous coûte mille fois le prix!
Hélas, nous suivons ces gourous enjôleurs
Qui se rient de nous et font grands profits!

S'ensuivent des effets nuisibles à l'environnement :
Comme ces milliards de contenants plastifiés
Qui sont partout jetés tout bonnement
Par carence de règlements bien codifiés.

Voilà donc un dossier où, à l'évidence,
Nous devons changer nos manières bébêtes!
Car c'est une grande insulte à l'intelligence
Que d'agir comme des poules sans tête!

**Quelques remarques plus prosaïques**

Les Québécois seraient parmi les plus grands buveurs d'eau embouteillée du monde. Ils consomment, chaque jour, plus de 250 000 bouteilles d'un demi-litre.

En Amérique du Nord, une personne sur cinq n'utilise que de l'eau en bouteille pour satisfaire ses besoins d'hydratation au quotidien.

Les entreprises qui vendent de l'eau en bouteille dépensent, en publicité, de 10% à 15% du coût de chaque bouteille. Elles profitent de la peur que certaines personnes ont de l'eau du robinet.

Pourtant, selon plusieurs études, les normes de qualité de l'eau embouteillée sont moins strictes que celles de l'eau potable.

Dasani (Coke) et Aquafina (Pepsi) utilisent de l'eau du robinet filtrée. C'est écrit sur la bouteille. Cette eau est revendue environ 10 000 fois plus cher que l'eau du robinet dont elle provient.

Produire des contenants demande 17 millions de barils de pétrole à travers le monde.
Recyclage : au Québec, à peine 1 bouteille sur 9 est recyclée.

**Quelques solutions possibles :**

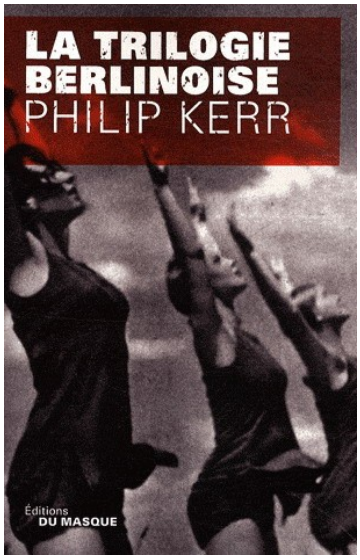
Faire l'acquisition d'une bouteille réutilisable et la remplir avec de l'eau du robinet.
Penser à apporter cette eau avant de se déplacer, après l'avoir fait séjourner au réfrigérateur.
En Ontario, la vente d'eau embouteillée est interdite dans plusieurs maisons d'enseignement et édifices municipaux.
À la limite, il est préférable de choisir une eau embouteillée d'origine locale. (Amaro – Aqua-Beauce – Eska – Saint-Élie – Nutrinor – Saint-justin, etc.)

**Source : La vie en vert – Télé-Québec**
**19 nov. 2008.**

# CHRONIQUE LITTÉRAIRE

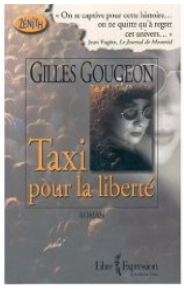
Par Jean-Guy Breton

**André Mathieu – Le bien-aimé – Roman historique – 468 pages.**
L'histoire se passe dans la région de Lac-Mégantic, aux environs des années 1880. C'est un roman qui s'est construit à partir d'une histoire vraie. Laissons parler l'auteur : « La plupart des personnages de ce roman sont réels. Quand la réalité dépasse la fiction, alors naît la légende dans laquelle entrent celles et ceux qui furent au cœur de l'impensable. »
C'est l'histoire tragique d'un jeune homme qui, privé de son héritage par un usurier malhonnête, se révolte contre la société. Provoqué en duel, il abat celui qui devait l'arrêter. Cela devait initier la plus grande chasse à l'homme de toute l'histoire judiciaire du Canada. L'intrigue est bien menée et le dénouement est toujours imprévisible…ce qui fait l'intérêt de ce livre.

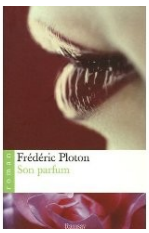



**Philip Kerr – La trilogie berlinoise – Roman historique – 836 pages – Ed. du Masque.**
En réalité, ce roman comporte trois histoires différentes, mais qui s'enchaînent parce que les protagonistes sont les mêmes, à trois époques différentes : 1936 – 1938 et 1947. Les nazis sont au pouvoir et font la pluie et le beau temps… mais la guerre perdue fera changer la face du monde pour les Allemands et leurs alliés.
Ces romans policiers, où l'humour est toujours présent, réussissent à garder notre intérêt du début à la fin. Si les histoires sont inventées, les scènes où elles se déroulent sont bien réelles et beaucoup de personnages ont bel et bien existé… dans toute leur horreur. L'écriture est bien ciselée et la traduction est excellente. Si vous aimez le genre « polar », vous serez servi(e) à souhait.

## Livres recommandés par une lectrice membre de l'A.R.E.Q.




**Gilles Gougeon – Taxi pour la liberté – Roman – 384 pages – Ed. Libre expression.**
Taylin, 19 ans, cherche sa liberté. Élevée en Allemagne depuis sa naissance mais contrainte par sa famille de retourner en Turquie, elle s'y sent prisonnière des valeurs traditionnelles musulmanes. Déterminée à vivre sa vie, selon ses propres principes, elle décide de fuir et parcourt l'Europe en quête de son identité.




**Frédérick Ploton – Son parfum – Roman – 358 pages – Ed. Ramsay.**
Joséphine a 30 ans. Elle est vive, insolente, drôle et très belle. Et elle est aveugle. Son père étant l'inventeur de quelques parfums célèbres, elle fera carrière dans la parfumerie, ce qui l'entraîne dans mille aventures aussi romantiques qu'imprévisibles.

# PEREGRINA

Par Julie Rodrigue

C'est le 7 janvier, à la chapelle du Centre culturel Marie Fitzbach, que Julie Rodrigue, bien connue dans la région pour son implication dans le domaine de la musique, entre autres comme présidente du Concours Clermont Pépin, ainsi que dans le monde de l'éducation, comme enseignante en musique et conseillère pédagogique après des enseignants, nous présentait une autre facette d'elle-même : Sarâ Julia, l'artiste et la créatrice.
À cette occasion, Sarâ Julia a présenté sa toute nouvelle œuvre « *Peregrina »,* la pèlerine en espagnol. *Peregrina* nous amène en voyage dans les pays que l'artiste a parcourus (Tibet, Pérou, Égypte, etc.) et sur ses chemins intérieurs, à la recherche de la liberté, de la joie et du bonheur de vivre. Dix-sept compositions au piano, des textes inspirants disponibles en français, en anglais et en espagnol, des vidéos et de magnifiques photos créent une atmosphère propice à la rêverie ou à la plongée en soi.
« En vous partageant cette œuvre, c'est vous que je veux faire voyager... Sur ma musique, sur la planète et en vous-mêmes! » Tel est le souhait que Sarâ Julia a exprimé en précisant toutefois que « *Peregrina »* s'adresse autant aux gens qui aiment la musique, qu'à ceux qui désirent faire un beau voyage dans différents coins de la planète ou à ceux et celles qui, comme elle, cherchent des pistes pour être plus heureux!

« J'accompagne maintenant d'autres personnes dans cette quête ici, au Québec, et dans des voyages de ressourcement au Pérou, tout en poursuivant la mienne! » ajoute-t-elle.
Dans le même coffret, Sarâ Julia nous offre généreusement le DVD et le CD « *Peregrina »* maintenant en vente chez Archambault de St-Georges ou disponible via le site de l'artiste.
Pour en savoir plus long et visionner des extraits de l'œuvre, rendez-vous sur son site : www.sarajulia.ca

Sarâ Julia a quitté le milieu de l'enseignement et se consacre maintenant à sa vie, à sa musique, à l'écriture et à l'accompagnement des Êtres sur leur chemin d'évolution, dans le plus grand respect et amour de leur mouvement.

# Ode à l'indexation

Par Jean-Guy Breton

**« Patience et longueur de temps**
**Font mieux que force ni que rage. »**
**Disait, il y a de cela fort longtemps,**
**Un fabuleux fabuliste plus que sage.**

**L'Histoire et les évènements lui ont donné raison**
**Même les guerres et les pires injustices,**
**Causées par les humains malades de déraison,**
**Finissent par trouver une solution propice.**

**Mais limitée est l'existence...!**
**On ne peut réinventer l'Histoire!**
**Encore plus fragile est la patience,**
**Qui ne trouve pas bientôt d'exutoire.**

**Je ne suis pas, de nature, un lâcheur!**
**Mais l'espérance entretenue d'un aboutissement**
**Fera de moi un autre de ces décrocheurs**
**S'il ne surgit aucun résultat de nos engagements.**

**Vous vous demandez à quoi riment ces pauvres vers?**
**À quel sujet correspond ma vexation?**
**Tout de go je répondrai, amis très chers,**
**Qu'il s'agit du dossier de l'indexation!**

**Quelques décennies que traine cet épineux dossier**
**Qui génère, chiffres à l'appui, baisse de pouvoir d'achat,**
**Dont je suis, à ce qu'on dit, l'un des héritiers**
**Et dont on exige rétroactivement le rachat.**

**Mais le gouvernement n'est pas pressé,**
**Et mine de rien semble se payer ma tête,**
**Sachant bien que je ne suis pas oppressé,**
**Et que je passerai bien le temps des Fêtes!**

**Inexorablement le temps s'écoule, je vieillis sans cesse!**
**De moins en moins cette chose m'intéresse.**
**Je pense néanmoins que devant l'inéluctable**
**Décrocher est une réaction honorable.**

**Je sais, je sens, vous ne serez pas contents!**
**Je serai peut-être à vos yeux un lâche.**
**Mais une foule d'autres dossiers tout aussi importants**
**Sauront bien m'occuper et me garder à la tâche.**

Dans le dernier numéro du journal *Le Reflet*, il avait été mentionné qu'une somme de 14 500 $ avait été remise à la Fondation Laure-Gaudreault à la suite du tournoi de golf de septembre dernier.

Dans les faits, c'est un chèque de 14 520, 76 $ qui a été versé. De plus, lors de l'activité de Noël, tenue au Georgeville le 10 décembre dernier, une somme de 185 $ a été amassée au profit de cette fondation.

Il est à noter que la Fondation Laure-Gaudreault, qui compte environ 260 membres dans notre secteur, célèbrera ses vingt ans d'existence en 2010.

Liane Loignon

# LE COIN DES COUPONS

**FONDATION LAURE-GAUDREAULT** **FORMULE D'INSCRIPTION**
320, rue St-Joseph Est, bureau 100 Québec (Québec) G1K 9E7 **Rég/Sect: 03J**
(418) 525-0611 ou 1-800-663-2408 Télécopieur (418) 525-0769

Nom : _____ Prénom : _____ No de membre de l'A.R.E.Q. : _____

Adresse : _____ Code postal : _____ Tél. : _____

Devenir MEMBRE 10,00 $ ____ DON $_____ CARTE $_____ TOTAL : _____

Volume **Les souvenirs de Laure Gaudreault** 10,00 $ + poste 2,00 $ = 12,00 $ TOTAL : _____

Date : _____ Signature : _____

**Envoyer à ——>** **AREQ SECTEUR BEAUCE-ETCHEMINS**
3547, 20e Avenue, SAINT-PROSPER (Québec) G0M 1Y0

**AMOUR ET AMITIÉ** (à envoyer avant le **12 février**)

Nom : _____ Accompagné(e) de : _____

Adresse : _____ Localité : _____ Code postal : _____ No de tél. : _____

(Courriel : _____)

**MEMBRE = 13 $ Ami(e) et non membre = 23 $** Mon chèque de $ _____

Faire le chèque à envoyer par la **poste seulement** au nom de AREQ SECTEUR BEAUCE-ETCHEMINS
N.B. Notez que tous les "amis" ont déjà reçu leur carte. Si vous n'avez pas cette carte, cela veut dire que vous êtes non-membre et que vous devez payer 23,00 $.

## Suggestion pour ceux et celles qui viendront à Beauceville le 18 février

Vous avez peut-être, au fil de vos lectures, glané quelques phrases, un extrait d'un texte, une maxime, qui parlaient du coeur, de l'amour, de l'amitié, des relations humaines. Apportez-le afin de le partager avec les personnes qui seront à votre table. Cela pourra favoriser de belles découvertes.

Liane Loignon

# Le mystère de l'homme

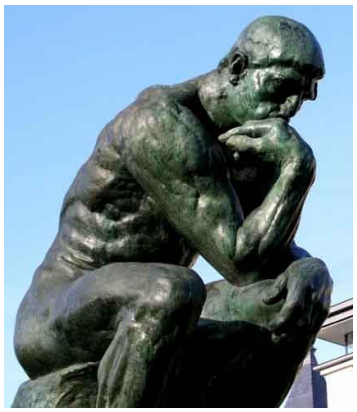
(Texte suggéré par Ghislain Morin, responsable de la Condition masculine)

Dans le dictionnaire, on lit, comme définition du mot *mystère* : *ce qui est incompréhensible, caché, inconnu.* À parcourir les rubriques concernant les hommes et les multiples interrogations ou difficultés qu'elles sous-tendent toutes, nous avons la tentation d'affirmer que, parce qu'il est si difficile à cerner et à aider, l'homme est peut-être, nous sommes peut-être, faudra-t-il se l'avouer un jour, un mystère, des mystères ambulants…

Si nous acceptons cette première perception, nous acceptons plus facilement que de nombreuses incohérences ou turbulences surgissent quand il s'agit de se pencher sur la réalité des hommes.

On dit qu'il est macho; et, pourtant, on le retrouve parfois avec des points au cœur qui sont dignes de personnes dites sensibles. On dit qu'il n'a pas de sentiments; et, pourtant, on le surprend parfois en train d'essuyer furtivement, tout en se cachant, un visage qui pleure. On dit qu'il n'a peur de rien; et, pourtant, des maux physiques l'assaillent parce qu'il n'a pas exprimé ses angoisses. On dit qu'il se suffit facilement à lui-même; et, pourtant, quand il a connu la vie à deux et qu'il revient à la case départ de la solitude, il perd ses repères et choisit même, parfois, de tout arrêter. On dit qu'il n'a pas besoin de l'aide des autres; et, pourtant, les maux des hommes et leurs conséquences habituellement trop terribles font, plus souvent qu'on ne le souhaiterait, les manchettes de tous les médias à sensation. On dit qu'il ne parle pas facilement de ses choses à lui; et, pourtant, à y regarder de près, il n'aurait que cette envie que quelqu'un l'écoute se livrer jusqu'en ses zones secrètes, sans fausse pudeur, sans fausse gêne. Et, on pourrait continuer longtemps l'énumération. Avec toutes ces ambigüités que certains portent journellement, on peut reprendre la question : l'homme serait-il devenu un mystère?

Tout ce qui vient d'être dit s'avère épisodiquement la triste réalité qui emprisonne à répétition des hommes qui, sans se l'avouer à eux-mêmes ou même sans le faire voir à l'extérieur, ont soif d'avoir leur place bien à eux en ce monde qu'ils voudraient aussi leur.



Dans ce contexte rempli d'imbroglios, se donner la mission d'aider les hommes, à quelque point de vue que ce soit, s'avère un défi d'une difficulté inouïe. Il ne suffit plus de faire partie d'un comité, il ne suffit plus de faire partie d'un regroupement d'hommes, il ne suffit plus d'offrir des activités, il ne suffit plus.

Mais, que faudra-t-il faire, dans les faits, pour s'approcher des hommes sans être mal perçus; que faudra-t-il pour leur tendre la main d'une façon persuasive, pour offrir notre aide et notre présence à ceux qui risquent de tomber bas, d'avoir mal longtemps, trop longtemps, si personne ne les accompagne?

Nous savons qu'il y a des hommes à la mer, nous sommes sur le pont et nous avons la bouée de sauvetage dans les mains. Quelle est maintenant la meilleure manière d'agir pour ne pas se soustraire à la demande non formulée de ceux qui sont dans le besoin? Si la peur de se faire approcher persiste chez certains, il ne faut certainement pas quitter le quai et replacer sans plus la bouée de sauvetage. Peut-être que, dans quelques minutes, peut-être que dans de longues minutes, la main du naufragé va se tendre pour attraper enfin l'aide lancée avec ardeur et avec la meilleure volonté du monde.

Jean-Noël Laprise
Comité de la condition masculine
Secteur Pascal-Taché

Le *Grand vadémécum de l'orthographe moderne recommandée* (règles détaillées et liste de 5000 mots rectifiés) est en librairie (9,50 $/9,90 €), de même que le guide complet avec exercices *Connaitre et maitriser la nouvelle orthographe*.
Pour être informé gratuitement par courriel des avancées de l'orthographe modernisée, écrivez à qmnf@renouvo.org.

## Nouvelle orthographe : résumé des principales règles

**La soudure** s'impose dans un certain nombre de mots (mots composés avec contr(e)-, entr(e)-, extra-, infra-, intra-, ultra-, composés avec des éléments « savants », onomatopées, mots d'origine étrangère…). Ex. : contrappel, entretemps, extraterrestre, agroalimentaire, tictac, weekend, portemonnaie

**Les numéraux composés** sont systématiquement reliés par des traits d'union.
Ex. : vingt-et-un, deux-cents, trois-millions-six-cent-mille, trente-et-unième (31e)

**Dans les noms composés** du type pèse-lettre (verbe + nom) ou sans-abri (préposition + nom), le second élément prend la marque du pluriel lorsque le mot est au pluriel (au singulier, il n'y a pas de marque de pluriel).
Ex. : un compte-goutte, des compte-gouttes ; un après-midi, des après-midis

**Les mots empruntés** forment leur pluriel de la même manière que les mots français. Ex. : des raviolis, des matchs, des gentlemans, des miss

**On emploie l'accent grave** (plutôt que l'accent aigu) dans un certain nombre de mots (pour régulariser leur orthographe) et au futur et au conditionnel des verbes qui se conjuguent sur le modèle de céder.
Ex. : évènement, règlementaire, je cèderai, ils règleraient

**L'accent circonflexe disparait sur i et u.** On le maintient néanmoins dans les mots dû, mûr, sûr, jeûne(s) et le verbe croitre lorsqu'il y a ambigüité avec croire (je croîs, il croît, je crûs…), de même que dans les terminaisons verbales du passé simple (vous fûtes) et du subjonctif.
Ex. : cout ; entrainer, nous entrainons ; paraitre, il parait

**Le tréma** est déplacé sur la lettre u prononcée dans les suites -güe- et -güi- et il est ajouté dans quelques mots.
Ex. : aigüe, ambigüe ; ambigüité ; argüer, gageüre

**Les mots empruntés** sont accentués conformément aux règles qui s'appliquent aux mots français. Ex. : révolver, téquila, pizzéria

**Les verbes en -eler ou -eter** se conjuguent sur le modèle de peler ou de acheter. Les dérivés en -ment suivent les verbes correspondants. Font exception à cette règle appeler, jeter et leurs composés (y compris interpeler).
Ex. : j'amoncèle, amoncèlement, tu époussèteras

**Les mots en -olle** et les verbes en -otter (et dérivés) s'écrivent avec une consonne simple. Font exception colle, folle, molle et les mots de même famille qu'un nom en -otte (comme botter, de botte).
Ex. : corole ; frisoter, frisotis ; greloter, grelotement.

**Le participe passé** de laisser est invariable s'il est suivi d'un infinitif.

**Quelques familles sont réaccordées** : bonhomme/bonhommie, siffler/persiffler

**Quelques anomalies sont supprimées** : douçâtre, levreau, relai, quincailler, féérique

**Si deux variantes existent, on choisit la plus française** : iglou, acuponcture, fiord, kirch

Consultez les sites **www.nouvelleorthographe.info** et **www.orthographe-recommandee.info** pour plus d'information.

Tests d'initiation dans le **www.cyberprofesseur.com.**