



Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées
11,121 rue Salk, Montréal-Nord, Qc. H1G 4Y3 Tél: 329- 2333 Téléc: 324-1328

Section Montréal-Nord

En déjeunant avec les gens de l'AQRD

JOYEUX NOËL à tous ... Mercredi 7 décembre 2011 François Béland



DÉPLACEMENT NOCTURNE...!

Glissant sur la neige blanche, un traîneau ...
... avance au son des clochettes, tirés par deux chevaux.
Le froid intense et le vent fouettent les visages et ...
... les passagers arrivent enfin, au but de leur voyage.
Dans une sympathique clairière, entourée de sapins ...
...la petite église, en haut de la colline, leur apparaît soudain.
Au clocher, les carillons résonnent, invitant les fidèles ...
... à venir participer à cette messe solennelle ...
... afin de se remémorer la naissance de l'Enfant-Dieu.
La petite église est pleine de gens heureux ...
... qui ne veulent pas rater ce moment magique ...
... de la venue sur terre, du Fils de l'Homme, le Christ !
Et pour Noël la chorale entonnera des chants magnifiques.
Après la cérémonie, dehors, chacun ira de ses bons vœux ...
... avec la parenté, les proches et les amis ...
...et s'en retournera joyeux, dans le silence de la nuit ! F.B.

NOËL: TEMPS DE COMPRÉHENSION ET DE PARTAGE...

Noël approche à grand pas et j'aimerais vous souhaiter les meilleures choses du monde mais je ne sais trop par quoi commencer. Ou plutôt je le sais, mais laissez-moi d'abord vous dire quelques mots au sujet du pardon et du rapprochement.

Noël c'est l'occasion rêvée pour se rapprocher et pardonner à celles et ceux qui nous ont déçu(e)s, déçu(e)s, ou carrément mis dans l'embarras et le pétrin durant l'année qui vient de s'écouler.

Ne perdons pas notre temps "à charrier" sur nos épaules et dans notre cœur toutes ces déceptions antérieures. Oublions le passé et ses moments troublants et sachons pardonner avec dignité afin de pouvoir fêter avec tout le monde et dans l'allégresse ces jours merveilleux de fin d'année.

Les petits enfants, avec leur franchise désarmante et leur naïveté sympathique, nous font la leçon sur la manière de célébrer Noël. Et je crois que nous devrions calquer et ajuster notre mentalité du "Temps des Fêtes" sur celle de ces petits êtres si attachants.

Comme tout bon grand-papa j'ai toujours eu des frissons lorsque je voyais mes sept (7) petits-enfants s'émerveiller en débarrassant leurs cadeaux au pied de l'arbre.

Et quand je voyais cette expression sur leur petit visage, je ressentais toujours dans mon for intérieur, l'intensité de ces moments agréables vécus dans ma tendre jeunesse. Que de beaux souvenirs et j'imagine que ce doit sûrement être la même sensation pour les autres grands-papas et grands-mamans de la planète.

De nos jours, comme il y a vingt-cinq ou cinquante ans, plusieurs enfants, et même certains aînés, n'auront pas la chance de recevoir de cadeaux pour Noël. Nos aînés, isolés dans leur petit appartement ou leur chambre, se rappelleront avec nostalgie leurs Noëls d'antan. Malheureusement, et très souvent, ils n'auront personne à qui se confier.

Peut-être, et sûrement dans certains cas, ces mêmes aînés ne recevront aucune visite de la famille et pourtant c'est également Noël pour eux. Dans nos moments de réjouissances, ayons une pensée spéciale pour les gens âgés esseulés et aussi pour les plus démunis. Au nom des membres du C.A. et en celui de mon épouse, permettez-moi de vous souhaiter un ...

"Très sincère et Joyeux Noël"
Ronald St-Jean, ex-prés.

Déjeuner AQDR - Mercredi le 7 décembre 2011

CROISSANTS / CAFÉ DE DÉCEMBRE 2011



L'événement aura lieu le 14 décembre et se tiendra au Centre des loisirs (11 121 rue Salk à l'angle de Charleroi) au local 8

Les places étant limitées, il est préférable de réserver : au (514) 329-2333. Les conférences-partage débutent à 10 h 00. Café, croissants, beignes et autres vous seront servis ...

L'accueil se fera dès 9 h 30.

Cette fois-ci, le retraité invité, un homme bien connu de Mtl-Nord, sera monsieur Roger Lagacé.

Une rencontre interactive -- Bienvenue à tous et toutes

Poursuite d'une nouvelle formule :

Afin de tenter une réponse à la question : Qui sont ces retraités engagés ? Nos membres sont conviés à une deuxième rencontre nouveau genre pour notre section.

Un retraité a accepté de venir raconter le parcours qui l'a mené à s'impliquer socialement au service de sa communauté et en particulier au sein de l'AQDR.

À la manière d'une émission radiophonique, notre invité, Roger Lagacé, se prêtera à une entrevue. Une courte chronique sur un sujet d'actualité sera également au programme.

Pour s'inspirer de nos témoins et bâtisseurs :

Notre invité connaît bien la formule puisqu'il a lui-même produit des émissions radiophoniques durant plusieurs années. Nous aurons la chance, entre autre, de l'entendre sur sa contribution à titre d'ex-président de l'AQDR section Mtl-Nord.

Certainement qu'il saura partager sa vision sur l'avenir de notre Association ainsi que celle d'un homme engagé à une multitude d'actions créatives couronnées de succès. Ça promet !



Vous êtes toutes et tous cordialement invités au

**Dîner du Nouvel An
de l'AQDR Montréal-Nord**

*Le samedi 7 janvier 2012 de 11 h 30 à 15 h.
au Centre de loisirs de Montréal-Nord 11121 ave Salk*



Venez vous régaler en musique, en excellente compagnie, faire quelques pas de danse, gagner de beaux prix.

Soyons nombreux à venir passer de bons moments ensemble!

*Procurez-vous les billets aux heures d'ouverture du secrétariat,
jusqu'au 22 décembre 2011*

Membre : 25 \$ Non-membres : 30 \$



"Les étreintes ...

AQDR

En déjeunant avec vous...
F.Béland

...Les étreintes sont bonnes pour la santé.

Elles aident le système immunitaire, guérissent la dépression,

Réduisent le stress et améliorent le sommeil.

Elles revigorent, rajeunissent et ne s'accompagnent

D'aucun effet secondaire incommode.

Bref, les étreintes sont un remède miracle...

...Les étreintes sont 100% naturelles et organiques,

Et aussi sucrées, sinon plus, qu'une friandise,

Exemptes d'ingrédients artificiels et non polluantes,

Sans danger pour l'environnement et tout à fait saines.

...Les étreintes s'offrent merveilleusement bien en cadeau.

Quelle que soit l'occasion, elles sont agréables à donner et à recevoir,

Elles constituent une preuve d'amour,

Elles n'ont pas besoin d'emballage et, bien entendu,

Elles sont échangeables en tout temps...

...Les étreintes sont virtuellement parfaites,

Elles ne requièrent pas de piles,

Et ne se déprécient pas à cause de l'inflation,

Elles ne font pas grossir et ne nécessitent aucun versement mensuel,

Et ne peuvent ni se faire voler, et encore moins, se faire taxer. ..

...Pensez à tous ceux et celles qui vous entourent,

Avez-vous quelque chose à leur dire?

Avez-vous quelques étreintes à leur faire?

Attendez-vous et espérez-vous qu'on vous le demande d'abord?

Je vous en prie, n'attendez pas ! Faites les premiers pas... !

Charles Faroone

Pssst... Psst...Psst... Pour demeurer en santé il nous faut :

...Il nous faut quatre étreintes par jour pour survivre,

Il nous en faut huit par jour pour bien fonctionner,

Et il nous en faut, absolument, douze par jour pour croître...!

Virginia Satir

Joyeux Noël à tous et toutes ...!



A.Q.D.R. 580 membres

JOYEUX ANNIVERSAIRE AUX MEMBRES - Décembre - 2017

Lapalme	Jacqueline	1	Naud	Roland	8	Huard	Gérard	21
Ménard	André	1	Moran-Carrière	Irène	12	Dionne	Thérèse	21
Laverdière	Bibianne	2	Cefaratti	Pierina	12	Lévesque	Noëlla	25
Richard	Jean-Pierre	2	Lafrance	Denise	13	Archambault	Roland	26
Belliveau	Robert	3	Lacombe	Pierre	15	Hotte	Robert	26
Teolis	Mireille	4	Cohn	Carole	16	Monfette	Thérèse	27
Bueno	Jechiel	5	Champagne	Claude	16	Trottier-Berthiaume	Noëlla	28
Virgilo	Louisa	5	Besette	Justina	17	Gendron	Gilles	28
Neider	Lucie	5	Chappini	Attilio	17	Nelson	Paul-André	29
Vallières	René	6	Parc	Pierre	18	Poirier	Nicole	29
Braccia	Raffaele	6	Desaulniers	Véronique	19	Clair	Madeleine	30
Gagné	Lyse	7	Marchand	Jacques	19	Caissy	Henri	31
Piché	Guy	8	Pagé-Bellefeuille	Juliette	21			

Bienvenue aux dix-sept nouveaux membres de l'AQDR

Barriault	Benny	Dubé	Lydia	Nadeau	Roger
Brousseau	Guy	Gauthier	Louiselle	Nahoul	Nouhad-William
Champagne	Richard	Gerbas	Renzo	Neider	Lucie
Copelovitch	Esther	Laroche	Gemma	Pelletier	Georgette
Deschenes	Edmond	Laverdière	Claudia	Primeau	Paulette
Després	Ginette	Mengon	Dario		



Prochain déjeuner AQDR: Notre prochain déjeuner aura lieu mercredi le 4 janvier 2012 ici même au "Restaurant La Flamberge," situé au 5600 boul. Henri Bourassa est, (près Lacordaire) à Mtl-Nord. Venez nombreux, nous aimons vous revoir et amenez vos ami(e)s, nous aimerions les connaître. Le tout débute à 8 h 20 Au menu : rires, humour, joie de vivre et bonne humeur. F.B.