



En déjeunant avec les gens de l'AQDR

Section Montréal-Nord

Mercredi 3 mars 2010



François Béland



MARS, C'EST LE MOIS DES PARTIES DE SUCRE



En mars, quoi de plus agréable,
Que de se gaver de sirop d'érable,
Et que dire des repas imprégnés de ce liquide doré,
Soupe aux pois, fèves au lard et omelettes sucrées,
Pour terminer avec les bonnes tartes à la mode d'autrefois.

Après s'être ainsi rassasié, il faut bouger,
Il faut se dégourdir les jambes et ... danser...
...Au son d'une musique endiablée,
Danses de ligne, danses sociales et "sets carrés,"
C'est alors que le "diable" est dans une "cabane surchauffée."

Les jolies dames évoluant avec grâce et souplesse,
Les hommes, sans hésiter, se hâtent d'en choisir une en vitesse,
Et à la fin, il y a la joyeuse randonnée en charrette...
...Dans les bois, avec de solides chevaux affublés de clochettes,
Et les gens sont heureux ! Et vive les parties de sucre sucrées !

F. Béland



PRIX GUY CHARTRAND : POUR L'ACTION ET LA MOBILISATION DES USAGERS

TRANSPORT 2000 QUÉBEC

En date du 15 février 2010, lors du déjeuner bénéfique de "Transport 2000 Québec" et de la remise des "Prix Guy Chartrand," le président M. Ronald St-Jean de l'AQDR, section de Montréal-Nord, et également, premier vice-président de l'AQDR nationale, recevait devant 500 invités, le prix "Guy Chartrand" de la part du président, M. Jean Léveillé du Conseil Transport 2000 Québec.

Transport 2000 Québec a créé en 2005 les "Prix Guy Chartrand" pour reconnaître les réalisations et la contribution d'individus qui sont congruentes avec la mission et les objectifs de l'organisation à savoir :

MISSION : Contribuer à l'instauration et à la mise en œuvre d'une politique de transport durable pour le Québec.

OBJECTIFS : Promouvoir l'accessibilité aux moyens de transports collectifs efficaces pour le plus grand nombre de personnes à travers le Québec.

Promouvoir le développement des moyens de transport ayant le moins d'impact sur l'environnement.

Promouvoir l'utilisation plus rationnelle des ressources énergétiques destinées au transport des personnes.

Aider le regroupement des usagers.

Durant plus de 5 ans, M. Ronald St-Jean a travaillé pour l'obtention de navettes de transport pour les personnes âgées sur le territoire de la STM. Aujourd'hui, déjà sept navettes sont à la disposition des ainé(e)s. La STM prévoit d'autres navettes pour la fin de l'été 2010 sur son territoire.

N.B...D'après les informations reçues. F. Béland

Déjeuner AQDR - Mercredi le 3 Mars 2010... (et la suite)

SIROP D'ÉRABLE EN QUELQUES CHIFFRES

Le Québec compte plus de 10,000 producteurs acéricoles.

Environ 83% de la production mondiale du sirop d'érable provient du Canada. Le Québec fournit à lui seul près de 92% de la production nationale, la part de l'Ontario s'élève à 4% et celle des provinces atlantiques (Nouveau-Brunswick, Nouvelle-Écosse, Ile du-Prince-Édouard) est également de 4%.

Au Québec, on dénombre 256 voies appelées "rue Des Érables," 68 voies "Chemin des Érables," 27 voies "Avenue des Érables" et 14 voies "Route des Érables."

Source : Commission de toponymie, Gouver. du Québec – 2004.

Le sirop d'érable est aussi produit dans certains états des États-Unis et la production tend à y rester constante. En ce qui concerne le Canada, la production de sirop d'érable a été multipliée par deux en vingt ans. Un érable productif peut donner entre 60 et 160 litres de sève par saison.

Le bois de l'érable à sucre, dont la couleur varie du presque blanc au blond pâle, est recherché en construction et en ébénisterie. Comme la planche d'érable sec ne perd pas sa forme, on en fait les plus beaux planchers, et des marches et rampes d'escaliers. F.B.



PROCHAIN "CROISSANTS/CAFÉ"

Le prochain "Croissants/Café" aura lieu mercredi le 10 mars 2010 au Centre des loisirs de Mtl-Nord (11121 rue Salk, Mtl-Nord) dans le local numéro huit (8).

Nous accueillerons les gens à compter de 9 h 30 et le tout débutera officiellement à 10 h. Les places étant limitées, il est préférable de réserver à l'avance en téléphonant au numéro suivant : 514-329-2333. Du café, beignes, croissants et autres vous seront servis.

Le thème de la rencontre sera le suivant :

"Déplacements sécuritaires pour personnes en perte d'autonomie"

Ce thème sera présenté par madame Sophie Côté, directrice de formation "Solutions Santé" ainsi que par madame Michelle Mes-

sier, formatrice accréditée pour les principes de déplacement sécuritaire des bénéficiaires.

DÉPLACEMENTS SÉCURITAIRES

Objectifs : Permettre aux proches-aidants et aux bénévoles de prendre conscience des principes de base pour aider un proche en perte d'autonomie à se déplacer sans se blesser et sans le blesser.

Contenu : Les principes de base pour faire des déplacements sécuritaires et les mouvements naturels du corps.

Modalités : Conférence de 60 minutes.
(une heure)

Approches pédagogiques : Théorie et démonstrations.

Jean-Pierre Gladu, membre du C.A.
Responsable des " Croissants / Café "

Prochain déjeuner AQDR : Notre prochain déjeuner aura lieu, mercredi le 7 avril 2010, ici même au "Restaurant La Flamberge" situé au 5600 blvd. Henri-Bourassa, (est) à Mtl-Nord (coin Lacordaire.) Venez nombreux, nous aimons vous revoir et amenez vos ami(e)s, nous aimerions les connaître. Au menu: rires, bonne humeur et joie de vivre! F.Béland

Vive les parties de sucre !



AQDR 721
Membres



Vive les parties de sucre !



AQDR 721
Membres

JOYEUX ANNIVERSAIRE AUX MEMBRES - MARS - 2010

Cardinal	Denise	1	Pelletier	Louis	8	Litalien	Paulette	21
Loyer	Réjean	1	Leclair (t)	Johanne	9	Vézina	Claudette	21
Thibault-Danis	Anita	2	Bertrand	Lise	10	Desmarais	André	22
Procopio	Antonio D.	2	Katz	H. Tamara	10	David	Thérèse	23
Trépanier	Suzanne	2	Gélinas	M-Ange	11	Payette	Lise	23
Dagenais	Claudette	2	Raymond	Jean	12	Perron	Viateur	23
Pauzé	Cécile	2	Lauzon	Robert	12	Hotte	Marguerite	23
Larivée	Guy	3	Marcotte	Jacqueline	13	Bélanger	Alain	24
Stiti	Hammad	3	Beauchamp	Maurice	14	Infantino	James	24
Gamache	Lise	5	Ramirez	James	14	Laroche	Jeanette	25
Dorion	Rose-Aimée	5	St-Louis	Bernard	15	Deschamps	Hélène	26
Gaumont	Gisèle	5	Biller-Fernando	Marthe	17	Laferrière	Gilles	27
Malouin	Monique	6	Fortunato	Cugliandro	17	Racine	André	27
Lafèche	Yves	6	Charbonneau	Nicole	18	Pelletier	Gildas	28
Morin	Robert	7	Cusson-Bareil	Francine	19	Baldassare	Beniamino	28
Scott	Frédéric	7	Gibeau	Jean-Marc	19	Loof	Oviette	29
Jeudy	Serge	7	Laporta	Maria	19	Benoit	Margaret	31
André	Guillaume	8	Lauzon	Françoise	21	Boucher	Gérard	31
Clermont	J-Pierre	8						

Bienvenue aux dix nouveaux membres de l'AQDR

Boulerice	André	Généreux	Diane	Minotti	Antonio
Corbin	Guy	Dupuis	Gilles	Roussel	Eugène
Dagenais	André	Lamy	Claudette	St-Pierre	Ginette
Di Michele	Sandro				

Nous déplorons le décès de Monsieur Jacques Blain membre de l'AQDR
Sincères condoléances à la famille.

COMMENT STIMULER SA MÉMOIRE !

DENISE CARDINAL, auteure, conférencière et consultante animera
une conférence lundi, le 30 mars à 19 h 30 sur :
"LES DIFFÉRENTES TECHNIQUES POUR AMÉLIORER SA MÉMOIRE."
RÉSERVATION ET INFORMATION (514) 324-7247

