



Joyeux Noël à tous et toutes !



PROMENADES EN TRAINEAU

Durant les " Fêtes " lorsque nous étions " jeunots,"
Confortablement emmitoufflés et bien au chaud,
Nous adorions les belles promenades en traîneau,
Lequel glissait, tout doucement, sur la neige blanche,
C'était agréable, c'était nos sorties du dimanche.

Quand il faisait très froid et pour nous éviter de geler,
Papa nous mettait des briques chaudes sous les pieds,
Le cheval trottait encouragé par le son des clochettes..
...et le chant joyeux des garçons et fillettes !

On avait la joie au cœur, c'était Noël, c'était l'hiver,
Images du passé qu'on aime à se rappeler, c'était hier,

Moments heureux, cette période des " Fêtes d'antan,"
Partout où il y avait de la neige et des enfants ! 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 déballant 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.

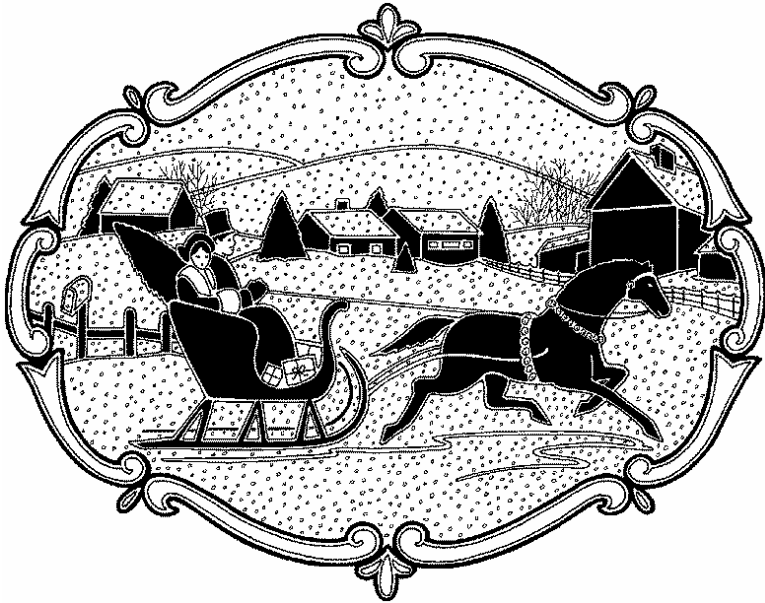
Peut-être, et sûrement dans certains cas, ces mêmes aînés ne recevront aucune visite de la famille et pourtant c'est également Noël pour eux. Dans nos moments de réjouissances, ayons une pensée spéciale pour les gens âgés esseulés et aussi pour les plus démunis. Au nom des membres du C.A. et en celui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

" Très sincère et Joyeux Noël "

Ronald St-Jean, président

Déjeuner AQDR Mercredi le 05 décembre 2007... (et la suite)

VIVE LE TEMPS DES FÊTES D'ANTAN



Menu du repas de la nouvelle année

(Samedi 12 janvier 2008)

Coupe de vin blanc ou rouge
(gracieuseté du président)

Salade et crudités

Fesse de bœuf au jus
(avec pommes de terre et légumes)

Gâteau cascade aux fruits

Thé – café

VENEZ FÊTER AVEC L'AQDR LA VENUE DE LA NOUVELLE ANNÉE 2008

Venez partager avec nous le grand repas annuel des "Fêtes" et célébrer la venue de la nouvelle année au Centre des loisirs de Mtl-Nord (11,121 rue Salk, près de Charleroi).

Venez vous régaler et vous amuser avec vos ami(e)s dans une ambiance de joies et de bonne humeur où il y aura de la danse, des chants, des surprises et des prix de présence.

Il reste encore des billets à vendre et nous en avons avec nous ce matin. Le prix est le même que l'an passé, c'est-à-dire \$ 20. 00 l'unité par personne pour les membres et pour les non-membres, ce sera \$ 22. 00 l'unité par personne.

Pour de plus amples informations, veuillez s.v.p. téléphoner au 514-329-2333, et ce, entre 9. 00 hres et 12 : 00 hres.

Pssst : N'oubliez pas d'apporter votre vin ! Les portes ouvrent à 11 : 30 hres.

L'AVANTAGE DE VIEILLIR : C'est l'occasion d'une rencontre décisive avec soi-même.

Si la vie est un bienfait, la vieillesse est une faveur !

La jeunesse est gratuite, mais la vieillesse se gagne.

Ne regrettez pas de vieillir – tout le monde n'a pas ce privilège ! F.B.

Prochain déjeuner AQDR : Notre prochain déjeuner aura lieu, "mercredi le 9 janvier 2008," ici même au "Restaurant La Flamberge" situé au 5600 boul. Henri-Bourassa, (est) à Montréal-Nord (au coin de 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.B.



"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 ANNIVERSAIRE AUX MEMBRES - DÉCEMBRE 2007

AQDR 626 membres

Longo	Antonio	1	Molini	Lise	8	Champoux	Agathe	20
Arcand	Bibianne	2	Piché	Guy	8	De Vico	Mary	20
Gendreau	Nicole	3	Mongrain	Laurianne	11	Robitaille-Renaud	Laurette	20
Gravel	Françoise	3	Cefaratti	Pierina	12	Rossi	Ronald	20
Hiszar	Rita	3	Moran-Carrière	Irène	12	Gascon	Dolorès	21
Lavoie	Suzanne	4	St-Pierre-Lemay	Clémence	12	Pagé	Julie	21
Roy	Jeanne D'Arc	4	Trudel	Robert	12	Corbeil	Gérard	22
Teolis	Mireille	4	Bonnah	Tom	13	King	Norman	25
Virgilo	Louisa	5	Cardone	Mauro	14	Lévesque	Noëlla	25
Devault	Colette	6	Lacombe	Pierre	15	Succès	Chesnel	26
Vallières	René	6	Girardeau	Robert	17	Pigeon	Pauline	28
Gagné	Lyse	7	Gelly	Claudette	18	Trottier-Berthiaume	Noëlla	28
Pilla	Guiseppe	7	Desaulniers	Véronique	19	Clair	Madeleine	30

Bienvenue aux huit nouveaux membres de l'AQDR

Auger	Réjeanne	Clément	Ronald	Lapierre	Paul
Bastien	Huguette	Collerette	Serge	Rousseau	Jocelyne
Bellemare	Liette	Côté	Christiane		

Nous déplorons les décès du docteur Jean-Paul Valcourt, conjoint de madame Janine Kavanagh, membre de l'AQDR ainsi que de M. Roger Lavoie, membre de l'AQDR et époux de madame Antonine Lavoie, membre de l'AQDR et M. Rocco Durante, également membre de l'AQDR.

Sincères condoléances aux familles.



A TOUS ET TOUTES : UN TRÈS JOYEUX NOËL 2007 !

Au plaisir de se rencontrer de nouveau en janvier 2008

RÉSERVATION ET INFORMATION (514) 324-7247

Denise Cardinal, auteure, conférencière et animatrice certifiée (membre AQDR)