



Section Montréal-Nord

En déjeunant avec les gens de l'AQDR



Mercredi 9 janvier 2008



François Béland

**BONNE ET HEUREUSE ANNÉE 2008 EN SANTÉ
A TOUS ET TOUTES !**

RECETTE POUR BIEN COMMENCER LES PREMIERS JOURS DE L'AN NOUVEAU

Une tasse de partage et une demi-tasse d'envie de...
...fêter. Un quart de tasse d'esprit d'enfance et...
...un quart de tasse du sens de l'humour.
Une cuillère à soupe du don de soi et deux...
...cuillères à soupe de paix et d'amour.
Deux cuillères à soupe de pardon, un quart de...
...tasse de prières et une cuillère à thé de silence.
Assaisonner le tout de sourires et de mille pas...
...faits pour rien dans les magasins. D'une pincée...
...de patience, cela dépend des jours, augmenter...
...au besoin et...sans oublier l'éternel sel et poivre !
Pour les plus nostalgiques, un soupçon d'appels...
...téléphoniques à des connaissances, ou bien...
...encore, un regard sur les photos prises...
...les années précédentes.

Cette recette ne se réalise pas en un tour de main...
...et un peu comme pour les grands vins, elle...
...demande une lente maturation. Il convient...
...alors d'ajouter les éléments, de jour en jour,...
...et ce,...à compter du 25 décembre.
De la sorte, elle sera toute fin prête pour le...
...nouveau "Jour de l'an" et les jours suivants.
Le résultat saura, sans nul doute, plaire...
...à tous les convives.
Notez bien que c'est vous-même qui serez le...
...premier satisfait de cette lente fabrication.
Pssst! Il n'y a pas d'ordre à suivre pour faire...
...cette recette. Il suffit d'ajouter les ingrédients...
...au jour le jour, en suivant les...
...besoins du moment. Jérôme Martineau

SOUHAITS DE NOUVELLE ANNÉE

Que 2008 vous fasse don de l'inquiétude... face aux réponses trop faciles,
aux demi-vérités et aux relations superficielles, afin que vous puissiez vivre
dans la profondeur de votre cœur.

Que 2008 vous fasse don de la colère... face à l'injustice, l'oppression et
l'exploitation des autres, afin que vous oeuvriez pour la justice,
la liberté et la paix.

Que 2008 vous fasse don des larmes... à verser pour ceux et celles qui
subissent la souffrance, le rejet, la famine et la guerre, afin que vous sachiez
tendre la main pour consoler et changer leur souffrance en joie.

Et que 2008 vous rende assez fou... pour croire que vous pouvez rendre
ce monde différent, afin de faire ce que d'autres déclarent impossible !

Auteur inconnu

Au nom du C.A, permettez-moi de vous souhaiter une "Bonne et Heureuse Année 2008"
Ronald St-Jean, président

Déjeuner AQDR - Mercredi le 09 janvier 2008... (et la suite)

QUE NOUS RÉSERVE L'ANNÉE 2008 ?



Sûrement des surprises, des joies, des imprévus et des pépins...
...mais faut-il s'arrêter tant que ça à ces jours incertains ?
Pour les surprises, espérons qu'elles seront heureuses...
...et ne rendront personne malheureux...malheureuse.

Tant qu'aux pépins et aux imprévus, sont-ils inévitables ?
Vont-ils réellement se produire pour causer tort et faire mal ?

Avec du recul, et si vous analysez honnêtement le tout, il y a...
...certains de ces pépins qui ont fait du bien malgré tout. Et...
...qui ont permis à des gens de prendre conscience de la réalité...
...et de retomber les deux pieds sur terre, afin de mieux...
...planifier gestes et paroles, prises de décisions et temps...
...en vue d'affronter, plus subtilement, cette vie dont ils...
...pourront toujours en être fier.

...SOYONS OPTIMISTES ... SOYONS POSITIFS ...!

Tout ça pour vous dire qu'il est primordial de vivre intensément...
...les prochaines heures d'aujourd'hui et les moments présents...
...car ces moments ne reviendront pas, l'avenir peut être meilleur ou pire.

Mais maintenant vous êtes là, voyez où vous en êtes dans le cours de votre existence...
...face à l'avenir, au passé puis, chaque instant, pleinement et avec constance...
...au jour le jour, " VIVEZ " et regardez ce qui se passe ici.

Écoutez les sons du moment, respirez le parfum de la vie...
...et buvez-en l'enchantement, s.v.p. faites-le maintenant...
...pas plus tard et surtout n'attendez pas à demain.

Car ces précieux instants, ces précieux moments...
...jamais plus ne reviendront, vous pouvez en être certain...!

Oubliez " les hier malheureux " ainsi que les échecs, les peines et les chagrins du passé !

Tout cela, c'est terminé, et on ne peut, absolument rien y changer.

Ce qui est important pour vous, aujourd'hui et les jours prochains...

...c'est de vous nourrir constamment de " positivisme et d'optimisme... "

...et de continuer à faire des projets et à maintenir la flamme de l'espoir bien allumée !

Et surtout...surtout...veillez à ne pas laisser mourir vos rêves...!

“ Bonne et heureuse année 2008 ”

François Béland

Pssst : N'oubliez pas le repas annuel de l'AQDR, samedi le 12 janvier prochain à 12 :00 hres, afin de célébrer la venue de l'an 2008. Les personnalités suivantes participeront à l'évènement: le député de Bourassa (Ottawa) M. Denis Coderre, la ministre des Aîné(e)s (Québec) Mme Marguerite Blais, la députée de Crémazie (Québec) Mme Lise Lapointe, le représentant de Mme L. Beauchamp (Québec) M.Gilles Deguire, le maire de l'Arrond. de Mtl-Nord, M. Marcel Parent et M. Norbert Rodrigue, président, AQDR nationale.



AQDR 626 membres

Joyeux anniversaire aux membres - janvier -2008

Barazin	Jean	1	Rémillard	Paul-Émile	9	Nadeau	Faby	24
Arsenault-Cyr	Gilberte	2	Huard	Amédé	11	Boulé	Monique	24
Thibodeau	Denise	2	Champagne	Jean	13	Perreault	Marthe	24
Lebel	Marie	2	Houle	Michelle	13	Beck	Philippe	24
Villeneuve	Diane	2	Fazio	Theresa	13	Corbeil	Normand	24
Kairouz	Dib Nars	3	Bellavance	Adolphe	15	Dufort	Diana	25
Sivret	Clément	3	Ferland	Anita	15	Rousseau	Jocelyne	25
Crispino	Connie	3	De Bellefeuille	Claire	15	Rabeau	Lise	26
Poirier	Roger	5	Desrosiers	Blanchette	15	Ferri	Giuseppe	25
Lamarche	Ghislaine	5	Kavanagh	Janine	17	Deguire	Maryse	27
Beaudoin	Clément	7	Soares	Maria	17	Migliara	Salvatore	27
Leclerc	Yolande	7	Ouimette	Diane	19	Raymond	Louise	29
Simard	André	7	Capone	Tina	20	Tétreault	Hubert	30
Trudel	Diane	8	Demers	Denis	20	Lamoureux	Gaston	30
Breton	Marcel	8	Croteau	Jacques	21	Gilbert	Gisèle	30
Pozzi	Tony	8	Lecours	Alfred	22	Lapierre	Paul	30

Nous déplorons le décès de Mme Berthe Laforce, membre de l'AQDR, section de Montréal-Nord.
Sincères condoléances à la famille.

Prochain déjeuner AQDR : Notre prochain déjeuner aura lieu "mercredi le 6 février 2008" ici au "Restaurant La Flamberge" situé au 5600 boul. Henri Bourassa (est) à Mtl-Nord. Venez nombreux, et amenez vos ami(e)s, nous aimerions les connaître. Au menu: rires, bonne humeur et joie de vivre! F.B.



DÉSIREZ-VOUS BÉNÉFICIER D'UN MEILLEUR SOMMEIL ?

Alors ne manquez pas la prochaine conférence sur " les 12 règles pour mieux dormir "
Date : mercredi le 30 janvier 2008 à 19 :30 hres.

RÉSERVATION ET INFORMATION (514) 324-7247

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

SUPPLICATIONS ... SUPPLIANTES ...



*Aujourd'hui Seigneur, j'ai 90 ans et j'ai encore...
tant à accomplir et j'espère, Seigneur...
que vous me laisserez vivre jusqu'à 91 ans.*

*Mais si, alors, je n'ai pas encore fait tout ce que...
je désire faire, voudriez-vous me laisser là, jusqu'à 92 ans !*

*Il y a tant d'endroits où je voudrais aller et tant de choses à voir,
pourriez-vous faire en sorte que j'atteigne mes 93 ans ?*

*Le monde change si rapidement et nous réserve ...
tellement de surprises que, j'aimerais vivre jusqu'à 94 ans.*

*Et alors, si je suis encore en vie, pourquoi...
et il n'y a aucune raison valable, de ne pas me rendre à 95 ans ?*

*Plus d'avions voleront dans les airs, j'aimerais rester pour voir ...
ce qui va se passer, quand j'aurai 96 ans.*

*Je sais, cher Seigneur, que je demande beaucoup et que c'est...
sûrement agréable de vivre au ciel, mais j'aimerais, si vous ne
voyez pas d'inconvénient, retarder mon départ jusqu'à 97 ans !*

*Je comprends qu'alors, je ne marcherai pas vite et que je serai...
...parfois (ou souvent) en retard,
Mais ce serait si plaisant d'être encore là à 98 ans !*

*J'aurai vu tellement de choses et me serai si bien amusé que,
j'en suis sûr, je serai prêt à partir à l'âge de 99 ans ... peut-être...
... peut-être ... peut-être ... peut-être ... !*

F. Béland