

L'ÉQUIPE

A.Q.D.R. section Saint-Hubert

Le journal de l'Association québécoise pour la défense
des droits des personnes retraitées et pré-retraitées

Avril 2005

Volume 23, numéro 8

DANS CE NUMÉRO :

Activités à venir.....	Page 3
Mère au foyer :.....	Page 2
Mot du président :.....	Page 1
Anniversaires.....	Page 3
Des nouvelles de :.....	Page 4
Santé :.....	Page 4
Parole d'homme:.....	Page 6
Voyage :.....	Page 5
Saviez-vous que... :.....	Page 5

Mot de la présidente

Je suis revenue de vacances juste à temps pour aller à la cabane à sucre. Je vous le dis tout de suite, je ne suis pas bronzée. Il n'a pas fait très beau ni très chaud, la journée où je suis allée un peu au soleil, j'ai réussi quand même à attraper un coup de soleil. J'ai dû par la suite faire bien attention. J'ai fait un beau séjour malgré la turbulence en avion et les grands vents qui nous ont cloués à nos sièges lors des deux envolées.

Le mois d'avril est le mois de la préparation de la l'Assemblée Générale Annuelle et c'est aussi la période des bilans. Pour ma part, c'est surtout le bilan des résultats qui me pose problème parce que je termine mon mandat le mois prochain...

J'ai trouvé l'année difficile au niveau de la participation et financier. C'est difficile de faire des activités intéressantes avec peu de moyens. C'est encore plus difficile quand on met beaucoup d'énergie et qu'il y a peu de participants.

Le nombre de membres aux déjeuners et aux conférences diminue et je suis en train de le prendre personnel. On ne peut faire plus avec les moyens qu'on a. Même les conférenciers qui acceptent de venir bénévolement sont rares. Il faut faire avec ceux dont le travail est rémunéré par l'employeur.

Je ne pense pas être négative, je suis réaliste. Je n'ai jamais eu peur de travailler et j'aime cela. Je suis prête à continuer mais il faut des soldats à qui déléguer des tâches et prendre la responsabilité de certaines activités.

Nous sommes une bonne association avec un noyau qui nous suit et je pense qu'on comble des besoins. Nous nous voyons seulement deux fois par mois; c'est plus difficile de tisser des liens que ceux qui se voient trois fois par semaine. Mais depuis que je fais partie de l'AQDR j'ai rencontré des gens intéressants et des amis(es). À la demande de plusieurs nous organisons des sorties et un voyage annuel. Cette année, je ne sais pas si nous aurons assez de participants pour les concrétiser. Quand je réponds aux appels des futurs membres, c'est une question qui revient souvent si nous organisons des sorties. La solitude est aussi un problème de notre génération...

Il reste un mois pour la préparation de l'AGA et pour le renouvellement des cartes de membres qui sont expirées. Pour voter, il faut être membre en règle. Il reste aussi ce même délai pour recruter des membres qui sont prêts à faire partie du CA et à faire avancer notre mission.

J'espère de tout cœur vous voir en grand nombre à notre Assemblée Annuelle.

Comme c'est mon dernier message avant les élections; je profite de l'occasion pour remercier tous ceux qui m'ont soutenue et qui ont travaillé à notre cause particulièrement les membres du CA et notre éditeur du journal Richard Cyr.

L'Équipe est publié de septembre à juin
Infos. : 3825 rue Windsor ,suite 211 Saint-Hubert, Qc, J4T 2Z6

Télécopieur : (450) 656-6229
Téléphone : (450) 656-9242

L'OPTIMISME COMME PHILOSOPHIE DE VIE.

Comme plusieurs le savent, je suis membre depuis quelques années du Club optimiste Laflèche et depuis 20 ans, presque, de l'Optimist International. Comme le nom l'indique, ce mouvement prône l'optimisme comme philosophie de vie.

Lorsqu'on écoute les nouvelles, on peut s'enfermer dans une logique d'échec à la vision et à l'écoute des catastrophes, des guerres et des scandales. On peut aussi avoir une attitude positive et constructive. Sans être utopique ou romantique, (les belles paroles ne changent pas la réalité) il faut être optimiste , c'est-à-dire, croire en la capacité de l'être humain et en particulier, de soi-même, pour changer son environnement.

Il y a plusieurs manières d'aborder une même situation. Il nous suffit en toutes circonstances de choisir celles que nous pensons la meilleure.

Plutôt que critiquer, il faut féliciter, encourager et aider à chaque occasion

Plutôt que de démolir, il faut construire.


Plutôt que de pleurer, rire et nous réjouir.

Plutôt que jalouser, admirer.

Et plutôt que se lamenter, se remettre au travail.

Nous sommes partis, vendredi dernier, à la Cabane à sucre, chez Meunier. Nous étions une vingtaine de membres et nous avons « jasé », bien mangé et dansé pour certains d'entre nous... Merci à tous les participants de la belle journée.


Félicitations aux organisateurs et spécialement à la responsable, Marie McLean.


ASSEMBLÉE NATIONALE
QUÉBEC

Député de Vachon

Hôtel du Parlement, bureau 2.53
Québec (Québec), G1A 1A4
Téléphone: (418) 644-0751
Télécopieur: (418) 644-3712

5610, chemin Chambly
St-Hubert (Québec), J3Y 7E5
Téléphone: (450) 676-5086
Télécopieur: (450) 676-0709
camilbouchard@assnat.qc.ca



CAMIL BOUCHARD

Boucherie ~ Charcuterie
SLOVENIA

Le spécialiste de la choucroute
Épicerie fine ~ Viande fumée
Viande fraîche de 1er choix ~ Coupe française
Comptoir de sandwiches variés: Smoked meat, Saucisses etc.

3653, boul. St-Laurent, Montréal

Tél.: 842-3558
Fax: 842-3629

SORTIE À LA CABANE À SUCRE

Le 18 mars dernier, 23 personnes se sont rendues à la Cabane Meunier pour se sucrer le bec. Nous avons bien mangé et fraternisé. Plusieurs se sont permis quelques pas de danse en ligne. Entre'autres notre organisatrice de l'activité Marie Mc Lean n'a pas quitté la piste un seul instant. Je vous dis qu'elle n'avait pas besoin de sa canne pour danser.

Je pense que toutes les personnes présentes se sont amusées. Même le voyage en autobus jaune a été agréable

DUR, DUR D'ÊTRE MÈRE AU FOYER

Un homme était extrêmement lassé et découragé de se lever pour aller travailler pendant que sa femme restait à la maison. Il voulait qu'elle sache combien il lui en coûtait chaque jour d'aller bosser, alors il pria : « Mon Dieu, je vais travailler tous les jours pendant huit heures et je ne compte pas les trois heures que je passe dans le Métro et l'autobus... Tout ça, pendant que ma femme reste à la maison ! Je voudrais qu'elle sache à travers quoi je passe. Pourriez-vous échanger nos corps afin qu'elle se rende compte de mon calvaire ?

Le Bon Dieu, dans son infinie bonté, exauça son souhait. Le lendemain, l'homme se réveilla changé en femme.

Alors, ELLE...

1. prépara le déjeuner pour la famille.
2. réveilla les enfants
3. prépara leurs vêtements pour l'école
4. les fit manger
5. emplit les boîtes à goûter
6. les conduisit à l'école
7. arrêta à la banque
8. passa au marché faire les courses
9. revint à la maison pour déballer et ranger les courses
10. fit la lessive
11. passa l'aspirateur
12. mangea seul en 10 minutes
13. courut à l'école ramasser les enfants
14. leur donna quelque chose à boire et à manger
15. leur fit faire leurs devoirs
16. sortit la planche à repasser et regarda la TV en repassant
17. prépara et servit le repas du soir
18. emplit le lave-vaisselle
19. ramassa le linge des uns et des autres.
20. donna le bain aux enfants et les coucha
21. À 21 heures, elle était exténuée et alla au lit où on attendait qu'elle veuille bien faire l'amour...

Le lendemain matin, elle se leva et se mit à genoux près du lit et pria :

« Mon Dieu, je ne sais pas à quoi je pensais... J'ai eu tort d'envier ma femme qui restait à la maison. S'il vous plaît, faites que nous puissions, chacun, reprendre nos corps d'origine »

Le Bon Dieu, dans son infinie bonté, lui répondit : « Mon fils, je crois que tu as appris ta leçon et je serai heureux de ramener les choses telles qu'elles étaient mais il va falloir que tu attendes 9 mois ... tu es tombée enceinte hier soir !!!



Desjardins
Caisse populaire Saint-Hubert

Siège social
2400, boul. Gaétan-Boucher
Fax: (450) 443-6705

André Benoit, CGA
Directeur général

Centre de services Iberville
5100, boul. Gaétan-Boucher
Fax: (450) 878-4432

Centre de services Hector-Martin
5045, boul. Cousineau
Fax: (450) 678-5050

Un seul numéro de téléphone: (450) 443-0047



CHAMBRE DES COMMUNES

Carole Lavallée

Députée de Saint-Bruno – Saint-Hubert
Porte-parole du Bloc Québécois en matière de travail



Circonscription
5440, chemin de Chambly
Bureau 110
Saint-Hubert (Québec) J3Y 3P1
Téléphone (450) 926-5979
Télécopieur (450) 926-5985

Chambre des communes
Édifice de la Confédération
Bureau 224
Ottawa (Ontario) K1A 0A6
Téléphone (613) 996-2416
Télécopieur (613) 995-6973



lavalc@parl.gc.ca

SANTÉ : COMPTE-RENDU DE LA CONFÉRENCE MENSUELLE

Le 25 février dernier, nous avons reçu madame Andrée Bilodeau infirmière au CLSC Saint-Hubert, accompagnée de Catherine St-Germain organisatrice communautaire.

Depuis juillet 2004, le CLSC Saint-Hubert fait partie du Centre de santé et de services sociaux Champlain (CSSSC) qui regroupe les CLSC Saint-Hubert, Samuel de Champlain, le Centre Henriette Céré et le Centre Saint-Lambert.

La responsabilité du Centre de santé et de services sociaux Champlain est d'offrir une gamme complète de services accessibles et complémentaires y compris les services de santé publique. Madame Bilodeau nous a informé des services de soutien à domicile offerts par le CLC.

Pour tout besoin de service de soutien à domicile, il faut d'abord appeler l'infirmière de service au soutien à domicile au 443-7445. Celle-ci évaluera vos besoins de services et vous orientera à l'intérieur de leurs services ou dans la communauté.

La clientèle de ces services de soutien à domicile comprend des malades en phase terminale, des convalescents, des personnes souffrant d'une maladie chronique, des personnes âgées en perte d'autonomie, des personnes qui ont une déficience physique, psychique ou intellectuelle. Les proches de ces personnes font partie, eux aussi, de la clientèle des services de soutien à domicile.

Les services de soutien à domicile offrent de l'**AIDE** donnée par une équipe d'auxiliaires familiales et sociale. Le service comprend prioritairement de l'**assistance personnelle** (soins d'hygiène, aide à l'alimentation et à la mobilité etc.).

Ces soins sont donnés **sept jours semaine**. Bien entendu, les soins infirmiers et les visites médicales à domicile sont réservées aux personnes qui ne peuvent absolument pas se déplacer, temporairement ou de façon permanente.

Le CLSC Saint-Hubert offre aussi des **services psychosociaux, des services de réadaptation, de soutien aux proches**.

Le CLSC Saint-Hubert fait aussi partie d'un comité mixte de vigilance dont le mandat est de s'assurer que chaque résident privée respecte le code d'éthique institué par le Regroupement des Résidences Privées de Saint-Hubert. Des visites régulières sont effectuées par le comité afin de vérifier la qualité des services offerts aux personnes hébergées.

INFO-SANTÉ CLSC 443-7475

Depuis 1995, tous les habitants de Saint-Hubert ont accès au service d'Info-Santé en composant le numéro 443-7475. Ce service fonctionne 24 heures par jour, 7 jours par semaine. Une infirmière répond à tous les appels.

Il ne faut pas hésiter à appeler ce service, chaque fois qu'on désire une information concernant un problème de santé, les soins à donner ou si on vit une situation difficile, d'ordre personnel, familial ou social.

Cependant, Info-Santé ne remplace pas le 9-1-1, qui demeure le numéro d'urgence en cas de problèmes graves de santé, par exemple dans les cas de crise cardiaque, d'étouffement etc..

Madame Bilodeau a bien expliqué les services offerts en mentionnant les temps d'attente s'il y a lieu.

DES NOUVELLES DE

.....

Prompt rétablissement à monsieur Chamberland ainsi qu'à madame Claire Émard qui ont eu tous les deux des ennuis de santé et qui ont été hospitalisés.

**À LA DÉCOUVERTE D'OTTAWA
MARDI LE 17 MAI 2005
VOYAGE ORGANISÉ PAR L'AQDR**

Le voyage comprend :

Le transport en autocar	La visite de la Monnaie Royale guidée
Le dîner buffet à volonté	La croisière sur le Canal Rideau
La visite du Musée de la Nature	Le mini tour de ville
Le souper repas complet	Le pourboire aux repas est inclus

Les taxes sont incluses.

PRIX : 89,00\$

DÉPART : 7h00 DU COMPLEXE COUSINEAU.
En arrière de la Station Shell, coin Pasteur.

Réservation et paiement au déjeuner le 8 avril et à la conférence le 22 avril (paiement final). PREMIER ARRIVÉ, PREMIER SERVI. Amenez vos amis au même bas prix.
Informations : Noëlline Touzin. téléphone : (450) 676-8291

SORTIE À LA CABANE À SUCRE

Le 18 mars dernier, 23 personnes se sont rendues à la Cabane Meunier pour se sucrer le bec. Nous avons bien mangé et fraternisé. Plusieurs se sont permis quelques pas de danse en ligne. Entre'autres notre organisatrice de l'activité Marie Mc Lean n'a pas quitté la piste un seul instant. Je vous dis qu'elle n'avait pas besoin de sa canne pour danser.

Je pense que toutes les personnes présentes se sont amusées. Même le voyage en autobus jaune a été agréable.

~~~~~

**Saviez-vous que :**

**Il fera beau si :**

La chouette hulule la nuit  
Le rouge-gorge chante le matin  
Le coq pousse son cocorico en milieu de journée  
Les tourterelles roucoulent le soir  
Les hirondelles volent haut  
Les araignées tissent leur toile  
Les coccinelles sont nombreuses  
Les chauves-souris sortent le soir.

**Il fera mauvais si :**

Les grenouilles coassent  
Les moineaux pépient  
L'âne braie  
Le coq chante le soir  
Les chevaux respirent bruyamment  
Les hirondelles rasant le sol  
Les bœufs dilatent leurs naseaux  
Les chenilles s'immobilisent  
Le chat passe sa patte derrière l'oreille  
Les grives et les martinets crient

**Il y aura de l'orage si :**

Les moucheron deviennent nombreux  
Les chiens et les chats s'agitent  
Les chevaux piaffent et grattent le sol

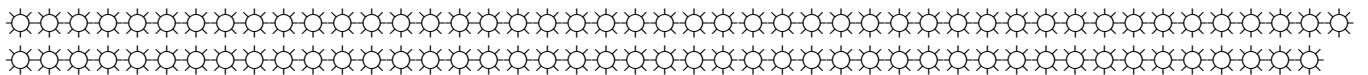
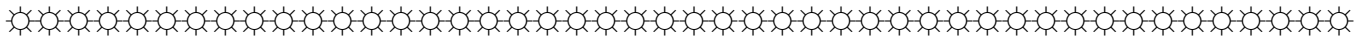
**Neige probable si :**

Pies, pinsons et rouges-gorges s'approchent des habitations\_



## **LA PAGE À DENISE**

**par la petite Madame**



Nous sommes rendus officiellement à plus de 200 membres. Malheureusement, il y en a plus de 50% qui ne sont pas intéressés par notre association mais seulement par le rabais sur les assurances. C'est sûr que les membres paient une cotisation annuelle de 10,00\$ et que nous encaissons ce montant. Mais je profite de l'occasion pour mentionner que 2,00\$ par membre retourne à l'AQDR provinciale. Le montant qui reste soit 8,00\$ ne couvre même pas les dépenses d'envoi de notre journal mensuel. Le CA en poste se questionne à savoir si nous continuerons à publier *l'Équipe* tous les mois. Il faudra peut-être revoir notre moyen de communication. C'est la raison pour laquelle nous avons demandé la question sur le formulaire de renouvellement ou d'adhésion " *je désire recevoir le journal oui ou non*". Nous pourrions difficilement à l'avenir assumer les coûts d'impression et de timbres pour plus de 200 envois. Nous devons aussi recruter de nouveaux commanditaires si nous voulons continuer ce service.