

L'ARCinfo

Le bulletin d'information de l'Association des retraitées et retraités
du Cégep de Rimouski

Avril 2006, Vol. 11 No 2

www.cegep-rimouski.qc.ca/arrc

Note « éditoriale »

Voici le dernier numéro de *L'ARCinfo* avant les vacances d'été. Nous l'avons voulu le plus varié possible et il contient deux articles traitant de loisirs, ce qui est approprié en cette période de l'année.

C'est une première pour la chronique de poésie animée par Guy Rancourt. C'est également une première (surprise) pour la chronique de généalogie. Informatif et humoristique en même temps. Une idée de Jacques Gagné, toujours aussi créatif. Nous avons convenu avec lui que les éditeurs se dégageaient de toute responsabilité s'il advenait que l'auteur soit poursuivi ou « massacré ». Vous comprendrez en lisant l'article.

C'est également l'occasion pour remercier nos collaboratrices et collaborateurs. Celles et ceux qui acceptent d'écrire des textes ou d'être interviewés. Les services des ressources humaines et de l'imprimerie du Cégep. À Marielle Cantin pour la révision des textes. Et un merci très particulier à madame Rita Hins dont la collaboration est constante, mais particulièrement lors des étapes finales de production. Nous en profitons pour lui souhaiter une bonne retraite et nous lui souhaitons la bienvenue parmi nous. Enfin, merci à la direction pour son accueil et son ouverture face à nos demandes.

Bonne vacances ou plutôt bon été. À ce qu'il paraît, les retraités n'ont plus de vacances!

Robert et Raymond

Les activités

- 2 mai : fermeture du *Petit salon*
- 10 mai : visite chez les *Sœurs du Saint-Rosaire*
- 18 mai : visite chez les *Sœurs du Saint-Rosaire*
- 25 mai : déjeuner au *Gaspésiana (9 h 30)*
- 25 mai : *Fête de la Reconnaissance* au Cégep
- 13 juin : tournoi au *Golf des Saules*
(13,50 \$ - le 14 s'il pleut) et souper à 18h
- 31 août : déjeuner au *Golf l'Empress*

Visites du Monastère des Sœurs du Saint-Rosaire

Comme dans le cas de la visite à l'Archevêché l'an dernier, quatre groupes ont été prévus : deux le 10 mai, à 10 heures et deux le 18 mai, à 14 heures.

La visite aura lieu principalement dans les secteurs suivants : le Musée, la salle des souvenirs et la chapelle.

C'est à ne pas manquer. C'est gratuit, mais une contribution volontaire sera bienvenue.

Celles et ceux qui ne se seront pas inscrits lors du déjeuner d'avril pourront le faire en contactant Pauline Guimond, au numéro 724-7054, **au plus tard le 8 mai.**

Les élections au Conseil d'administration

Lors de l'assemblée générale tenue le 14 mars, quatre postes étaient à pourvoir, conformément à nos règlements généraux.

Bertrand Voyer et Claude Ouellet ont été réélus.

Charles Brochu et Yvan Rousseau ne sollicitant pas de renouvellement de mandat, les membres ont élu Nicole Lamarche et Pierre Bard pour les remplacer.

Ils se joignent donc aux cinq autres membres, soit Pauline Guimond, Marianne St-Amand, Robert Libersan, Jean Garon et Raymond Tudeau.

L'assemblée a tenu à remercier sincèrement Charles et Yvan pour leur implication.

Lors de la réunion du Conseil qui a suivi, Bertrand a été réélu président, Pauline vice-présidente, Pierre secrétaire et Jean trésorier.

Nomination des vérificateurs

Ce sont messieurs Isidore Cloutier et Gérald Gagnon qui agiront à titre de vérificateurs pour l'année financière 2006.

Loisirs d'un retraité : monsieur Jean-Marie D'amours

Jean-Marie D'Amours a travaillé au Service des achats et aux services financiers durant son passage au Cégep. Depuis déjà huit ans qu'il profite de sa retraite, il demeure un homme fort actif. L'hiver, il pratique régulièrement la marche, le ski de fond et la raquette, alors qu'en été, il se passionne pour le golf et le vélo. Dans le cadre d'articles de *L'ARCInfo* relatifs aux loisirs pratiqués par nos membres, nous avons rencontré Jean-Marie chez lui en ayant à l'esprit qu'une image vaut mille mots.

D'emblée, Jean-Marie nous présente son atelier et quelques outils qui feront saliver d'envie bien des bricoleurs. Ses études pour devenir machiniste l'aidant, Jean-Marie fabrique aussi quelques outils dont ci dessous une tour à bois et une sableuse à courroie.



Avec tout cet attirail, on se demande si l'habit fera le moine. N'ayons de craintes! Jean-Marie livre la marchandise.



À gauche, une magnifique étagère pour salle de séjour en merisier teint, puis verni. À droite, des armoires de cuisine construites en chêne massif teint, puis verni.



Comme pièce de résistance, dans un salon éclairé à plein, Jean-Marie présente son foyer. Le devant tout en briques impose sa force, le fond tout en céramique adoucit l'âtre, la tablette ainsi que le contour en frêne tout verni harmonisent l'ensemble. Bravo Jean-Marie, tu es un artiste!



Photos prises et propos recueillis par Robert Libersan

Loisirs d'un retraité : la danse sociale

par Gilles Bellavance

La danse sociale est un passe-temps dont on peut retirer un assez grand nombre de bienfaits.

Au plan personnel, elle constitue un exercice physique non violent qui permet de maintenir souplesse, équilibre, endurance et réflexes jusqu'à un âge très avancé. L'apprentissage de nouveaux pas et enchaînements nécessite beaucoup d'application, d'attention et de répétitions, ce qui développe la patience, oblige à la concentration et exerce la mémoire. La danse aide à prendre conscience de son corps, à développer un meilleur maintien; c'est une activité d'extériorisation qui aide à surmonter ses inhibitions et sa timidité.

C'est une activité de couple qui permet aux deux partenaires de se distraire ensemble, d'apprendre, d'enseigner, de s'apprécier et de surmonter des défis communs; elle impose la courtoisie ainsi que l'aide et la compréhension mutuelles.

La danse sociale permet des rencontres avec de nouvelles personnes provenant de milieux différents, qui ont connu des expériences différentes et qui se retrouvent deux ou trois fois par semaine autour d'une activité commune; elle favorise également le rapprochement entre des personnes d'âges divers.

La danse permet de goûter le pouvoir libérateur de la musique, d'apprécier les rythmes et les cadences; quand on arrive à dépasser les premiers apprentissages et à cesser de craindre le jugement des autres, la danse devient un excellent exutoire pour le stress; elle permet, pendant quelques heures d'oublier et de mieux supporter les difficultés et les soucis du quotidien.

On ne peut pas expliquer le plaisir de danser; il faut en faire l'expérience. Je ne voyais pas venir tous ces bienfaits lorsqu'Éliane m'a dit: « On va suivre des cours de danse! ». Aujourd'hui, je la remercie d'y avoir entraîné le physicien fermé que je suis, d'autant plus que depuis ce jour, je n'ai jamais tant compté: 1, 2, 3, cha-cha 1, 2, 3.

Le rapport des activités pour l'année 2005

Lors de l'assemblée générale, notre président Bertrand a présenté le rapport annuel des activités.

Dix déjeuners ont été organisés. Les activités de quilles ont continué le lundi après-midi, de même que les activités au *Petit salon* le mardi soir, dont sept tournois de cartes.

En plus du souper 10^e anniversaire en décembre, il faut souligner le *Vins et fromages*, le souper organisé lors du *Tournoi de golf* et celui qui a terminé la journée plein air.

Et bien sûr, la visite à la cabane à sucre, de même que l'ouverture et la fermeture du *Petit salon*. S'ajoutent les intéressantes visites à l'Archevêché et au Musée de la mer. Et la parution de 5 numéros de *L'ARCInfo*.

Sans oublier les sept réunions du Conseil d'administration.

Bibliothèque Gilles-Vigneault

Toujours aussi engagé dans son travail, Marcel Massé me demande de vous rappeler que le personnel retraité du Cégep est membre à vie de la bibliothèque.

De même, si vous voulez avoir accès aux romans les plus récents rapidement, sans de longues listes d'attente, il est possible d'utiliser le *Club best-sellers*. Il en coûte 2 \$ pour une location. La liste complète des livres disponibles peut être consultée sur le site du Cégep, section bibliothèque (catalogue Regard, club best-seller).

Par ailleurs, un *midi-rencontre* a lieu le lundi 1^{er} mai (12 h à 13 h 15). Le sujet est **2006 : année Mozart**. Il sera animé par madame Marie-Claire Bouchard, enseignante au Conservatoire. On peut apporter son lunch.

Le coin des internautes

par Jacques Gagné



Google a lancé *Google Earth*, un logiciel d'observation de la terre reconstituée à partir de photos satellites en 3D. Le rendu est impressionnant de réalisme, d'autant plus qu'on peut zoomer sur les détails de certaines villes ou monuments comme en

fait foi la photo satellitaire d'un stade bien connu de Montréal. Google Earth est un gratuiciel qui peut être téléchargé de l'adresse suivante www.earth.google.com. Avant de procéder, il incombe de vérifier si votre ordinateur possède les caractéristiques minimales indiquées. En « survolant » certaines villes, il est même possible d'y superposer le nom des rues.

Le coin des poètes

Première chronique

Bienvenue à toutes et à tous dans cette nouvelle rubrique : « Le coin des poètes »! Cet espace vous appartient. Je me suis proposé d'en faire l'animation. Idéalement, on s'efforcera de publier un ou deux poèmes par numéro, tout dépendant de l'espace disponible. N'ayez pas peur d'intervenir et de me faire directement vos suggestions; mieux de m'envoyer de temps à autre un poème.

Premier sondage

Essayons de tâter le pouls dans un premier temps, surtout pour tenter de déchiffrer vos goûts personnels en la matière par ce petit sondage :

- 1) Quel est votre poète préféré (littérature québécoise)?
- 2) Quel est votre poète préféré (littérature mondiale)?
- 3) Quel est votre poème préféré (littérature québécoise ou mondiale)?

Je vous communiquerai le résultat de vos réponses dans le prochain numéro. Envoyez-moi directement vos réponses à mon courriel.

Premier poème

Quelques mots sur le choix du premier poème « *Oiseaux de février* ». Il y a trois ans, j'ai relu l'œuvre de Nelligan et sa trop grande tristesse et sa mélancolie me dérangaient, surtout son célèbre « *Soir d'hiver* ». Je me suis attelé sur mon ordi et j'y ai pondu tout d'une traite ce poème plus gai et jouissif. C'est donc une tentative de réécriture du poème de Nelligan en lui donnant un visage nettement plus joyeux et plein d'entrain. Bonne lecture!

Petite note finale. On peut lire sur le Web plus d'une centaine de mes poèmes sur plusieurs sites de poésies. J'en suggère trois :

<http://poesie.webnet.fr/vospoemes/246/liste.html>

http://www.lecoindespoetes.com/vos_poemes/g/guy_rancourt/index.php

<http://www.expression9.com/>

(guy.rancourt@globetrotter.net)

Oiseaux de février

(Poème à deux voix)

Ah! comme l'aurore a flambé!
Ma vie est un bouquet de grives.
Ah! comme l'aurore a flambé!
Qu'est-ce que l'orgasme de vivre
Au bonheur que j'ai, que j'ai!
(Guy Rancourt)

Ah! comme la neige a neigé!
Ma vie est un jardin de givre.
Ah! comme la neige a neigé!
Qu'est-ce que le spasme de vivre
À la douleur que j'ai, que j'ai!
(Émile Nelligan)

Tous les océans se sont déchaînés
Mon âme est blanche : Où vis-je? Où vais-je?
Tous ses volcans se sont déchaînés :
Je suis la nébuleuse d'Andromède
D'où les brillantes étoiles se sont envolées.
(Guy Rancourt)

Tous les étangs gisent gelés,
Mon âme est noire : Où vis-je? Où vais-je?
Tous ses espoirs gisent gelés :
Je suis la nouvelle Norvège
D'où les blonds ciels s'en sont allés.
(Émile Nelligan)

Riez, oiseaux de février,
Aux lubriques passions des choses,
Riez, oiseaux de février,
Riez mes rires, riez mes gloses,
Aux rameaux du noisetier.
(Guy Rancourt)
Pleurez, oiseaux de février,
Au sinistre frisson des choses,
Pleurez, oiseaux de février,
Pleurez mes pleurs, pleurez mes roses,
Aux branches du genévrier.
(Émile Nelligan)

Ah! comme l'aurore a flambé!
Ma fenêtre est un bouquet de grives.
Ah! comme l'aurore a flambé!
Qu'est-ce que l'orgasme de vivre
À tous les plaisirs que j'ai, que j'ai!
(Guy Rancourt)
Ah! comme la neige a neigé!
Ma vitre est un jardin de givre.
Ah! comme la neige a neigé!
Qu'est-ce que le spasme de vivre
À tout l'ennui que j'ai, que j'ai!
(Émile Nelligan)

TCABSL

Par Pauline Guimont

Recommandations issues du Forum régional d'octobre 2004 (suite et fin)

☞ LES TROIS PREMIÈRES RECOMMANDATIONS S'ADRESSENT AUX MUNICIPALITÉS :

- * Que les responsables des sports et loisirs considèrent tous les groupes d'âge dans leur offre de service.
- * Que le programme de loisirs des municipalités comporte des activités de groupe pour les personnes âgées vivant dans les résidences privées avec services dans la mesure où ces dernières ne l'offrent pas.
- * Que les résidences privées offrent des loisirs variés à leurs locataires en partenariat avec la municipalité et / ou des groupes communautaires.

La TCABSL a adressé une demande à l'URLS (Unité Régionale des Loisirs et Sports) afin de connaître ce qui existe déjà. La réponse : rien de spécifique n'existe pour les personnes âgées. Un représentant à la TCABSL est chargé du dossier qui sera présenté à l'automne 2006 à la CRÉ (Conférence Régionale des Élus), groupe constitué de vingt-sept personnes dont les dix-huit maires des MRC impliquées et neuf représentantes et représentants d'organismes régionaux.

☞ LES PROCHAINES RECOMMANDATIONS S'ADRESSENT AUX CSSS (CENTRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX):

- * Que l'on implante un comité permanent des services aux personnes âgées afin de favoriser une complicité des différents partenaires dans la mise en œuvre du projet clinique.
- * Que l'on développe un processus d'encadrement continu pour les personnes âgées en perte d'autonomie par l'identification d'un membre du personnel qui s'assurerait que le plan d'intervention soit bien élaboré et appliqué.
- * Que l'on prenne les dispositions pour que la transition du domicile du citoyen vers un CHSLD se fasse d'une manière sécurisante et en lien avec le plan d'intervention.
- * Que l'on accorde une attention à l'information aux aidants naturels en regard de certaines

problématiques lorsque la personne aidée est en perte d'autonomie plus ou moins sévère (ex : maladie d'Alzheimer) et à l'assistance pour la planification de moments de répit pour ces mêmes aidants. (Un projet de recherche du fédéral, ayant pour but de connaître les besoins des aidants naturels de la région, est en cours actuellement).

- * En partenariat avec les organismes communautaires, que l'on assure la sécurité des personnes seules dont les proches parents ne sont pas associés au plan de services.
- * Que le personnel des organismes d'économie sociale reçoive une formation en regard de la relation d'aide, des effets des médicaments, des différents troubles de démence.
- * Que l'on aménage les CHSLD pour que la très grande majorité des chambres soient réservées aux personnes seules.
- * Que pour favoriser une bonne condition physique on s'assure que l'information et la promotion d'habitudes alimentaires saines et adaptées soient accessibles aux personnes âgées.
- * Que le service d'accueil à la réception des demandes de services soit personnalisé, poli, courtois.

Ces recommandations ont été acheminées aux CSSS et avant même le dépôt des rapports des CSSS, le ministre Couillard faisait connaître son plan d'action 2005-2010. Celui-ci tient compte en grande partie des recommandations précitées.

☞ LES DEUX RECOMMANDATIONS SUIVANTES S'ADRESSENT À LA TCABSL :

- * Que l'on fasse la promotion de l'activité physique chez les personnes âgées.
- * Que l'on organise des moments d'échanges sur différents sujets dont le vieillissement, la mort, l'euthanasie, le suicide assisté.

Une conférence sur l'un de ces sujets est prévue à l'automne 2006.

Voilà qui termine ce volet. Merci à Bertrand pour sa contribution à cette chronique.

Documents de référence : (TCABSL)

- Synthèse des rapports d'ateliers et recommandations
- Échelle de priorité des recommandations du forum, regroupées selon les instances.

Notes de lecture

Collège de Matane – 1964. Qu'est-ce que cela évoque pour vous ? Si j'ajoute l'assassinat du Frère Oscar Lalonde... Vous dites l'affaire Poisson... Tel est le sujet d'un docu-roman de Clément Fortin : *On s'amuse à mort - Collège de Matane – 1964*.

Il s'agit bien d'une oeuvre romanesque, mais basée sur des événements qui ont eu lieu et qui mettaient en scène des personnes qui ont gravité autour de l'événement principal. Nous avons côtoyé certaines de ces personnes et plusieurs sont encore vivantes.

L'auteur a consulté la transcription des notes sténographiques de l'enquête du coroner et du procès devant la cour du banc de la reine qui s'est déroulé à Rimouski en 1965. Il en résulte une oeuvre romanesque intéressante et qui ressasse bien des souvenirs pour qui a vécu cette période des années 60 avec toute son effervescence. Il arrive au long de l'oeuvre que l'aspect documentaire prenne le dessus sur l'aspect romanesque; parfois l'auteur assène des coups de butoir répétés au système des collèges classiques et des personnes qui le tenaient à bout de bras.

Un roman documentaire intéressant, mais dont l'objectivité n'est pas toujours à toute épreuve.

Référence : FORTIN, Clément. *On s'amuse à mort. Collège de Matane – 1964*. Docu-roman publié par les éditions Septentrion, Sillery. Qc. 2005, 311 pages.

Amendements aux règlements généraux

Lors de l'assemblée générale, les membres ont adopté des amendements aux règlements généraux pour permettre l'adhésion à notre association de personnes qui ne sont pas directement des retraités du Collège.

Article 4.1 Catégories

Les membres de l'ARC de Rimouski se subdivisent en **trois** catégories, soient :

- Les membres réguliers
- Les membres associés
- **Les membres affiliés**

Article 4.4 Membre affilié

4.4.1 Le membre affilié est celle ou celui

- **qui a travaillé au Collège de Rimouski, sans en être une ou un retraité;**
- **ou qui, de par ses fonctions, a entretenu des liens très étroits avec le Collège;**

- **qui fait une demande officielle pour adhérer à l'ARC ou à qui l'ARC offre d'adhérer à l'Association.**

4.4.2 Chaque cas est étudié par le Conseil d'administration qui autorise ou non l'adhésion.

4.4.3 Le membre affilié est considéré au même titre que le membre régulier, tel que défini à l'article 4.2.

4.4.4 La conjointe ou le conjoint du membre affilié est considéré au même titre que le membre associé, tel que défini à l'article 4.3 et soumis aux mêmes règles, telles que précisées aux articles 4.3.1 et 4.3.2.

Le règlement complet est disponible sur le site Web de l'Association.

Résumé des états financiers déposés le 14 mars 2006

Revenus:

2004 - 8 227,00 \$
(incluait, entre autres, un montant de
2 600,00 \$ pour le voyage *La Route des Vins*)
2005 - 5 181,00 \$
(50 % sont les cotisations des membres)

Dépenses :

2004 - 8 679,92 \$
(incluait, entre autres, un montant de
2 600,00\$ pour le voyage *La Route des Vins*)
2005 - 4 602,25 \$
(93 % se rapportant aux activités sociales)

Activités sociales : (dépenses nettes : coût – contribution des membres)

2004 - 2 718,80 \$
2005 - 1 690,91 \$ (Déjeuners - Vins & Fromages -
Cabane à sucre - Golf - Petit salon -
Noël, etc.)

Actifs : (argent à la Caisse populaire et dans la petite caisse)

2004 - 1 733,33 \$
2005 - 2 312,08 \$ (ne tient pas compte d'un montant
de 2184,00\$ pour les cotisations
2006)

Passif : (uniquement des surplus accumulés)

2004 - 1 733,33 \$
2006 - 2 312,08 \$ (excédent de 578,75\$ des revenus
sur les dépenses)

Jean Garon, trésorier

Ascendances et descendances

Chronique généalogique

Jacques Gagné



Ascendances de Ghislain Marcheterre

Parisien de naissance, Antoine Dandurand dit Marchèterre vint au pays en qualité de soldat. Après son licenciement, il s'établit d'abord à l'Île d'Orléans où il épousa Marie Vérieux en février 1696. Trois ans plus tard, il quittait sa ferme de l'Île d'Orléans pour Saint-Thomas-de-Montmagny où il passa le reste de ses jours. Outre Ghislain, la descendance d'Antoine a compté dans ses rangs plusieurs personnalités, dont Raoul et Léo Dandurand. Diplômé en droit de l'Université Laval, Raoul Dandurand est admis au barreau à l'âge de 21 ans. Ses talents d'orateur et de politicien lui valent d'être nommé au Sénat à l'âge de 35 ans par le premier ministre du Canada, Wilfrid Laurier. Par la suite, il fait partie des cabinets du premier ministre libéral William Lyon Mackenzie King entre 1921 et 1942 (*Fédéraliste... My! My! dirait le notaire Le Potiron*). Quant à Léo Dandurand, c'est dans les affaires qu'il se distingua. Originaire des États-Unis (Illinois), il arrive au Canada en 1906. Avec ses associés il achète la piste de course De Lorimier de Montréal. Passionné de sport, il persuade ses acolytes de faire l'acquisition du Canadien de Montréal, formation de la Ligue nationale de hockey (LNH) à laquelle il sera associé à différents niveaux jusqu'en 1935.



Un air de famille
Qui est qui ? Raoul ou Ghislain

Vins et Fromages



Marianne Saint-Amand assistée de Ginette, Nicole, Jean-Louis, Gratien et les quelques personnes qui ont aidé à aménager le local et dresser les tables s'est encore surpassée pour la préparation de l'édition 2006. Le choix des vins et des fromages fut particulièrement apprécié si je me fie aux réactions des personnes qui m'entouraient. Le bon vin aidant, l'ambiance a eu tôt fait de se réchauffer...Marianne nous assure que c'était sa dernière participation mais qui sait ? Et si, par malheur, elle faisait la sourde oreille à nos prières, nous espérons qu'elle a prévu une relève. Un gros merci à toutes et à tous pour cette magnifique soirée...

Jacques Gagné



Allons à la cabane 2006. Ça semble délicieux!
Photo : Jacques Gagné

Bon
été
tout
le
monde!

Chronique du rire

Éducation sexuelle

Papa, papa! Qu'est-ce que ça veut dire le mot « vice »?
Euh! Vice, ça veut dire...euh! Par exemple, si je couche avec ma secrétaire, ou avec une voisine, c'est ça le vice.

Ah bon! Alors pourquoi on m'a nommé **vice-président** de mon association étudiante?

Le petit Julien

Julien assiste à un mariage. Après la cérémonie, il dit à son petit copain :

Tu as vu?

Quoi?

La mariée a dû changer d'idée dans l'église.

Pourquoi?

Je l'ai vue entrer au bras d'un vieux monsieur et elle est ressortie au bras d'un jeune homme!

Bush et l'Irak

À la question de savoir ce qu'il fera après la guerre en Irak, Bush répond :

Nous partagerons l'Irak en trois parties : régulier, super et sans plomb.

Bonne résolution

Jacques Gagné et Pierre Bard discutent, un 2 janvier :
Qu'est-ce que tu as pris comme résolution cette année Jacques?

1024 x 768. Et toi?

Pensées pour les joueurs de cartes du Petit salon

Si on ne peut plus tricher avec ses amis, ce n'est plus la peine de jouer aux cartes.

Un vrai perdant, c'est quelqu'un qui perd même dans ses rêves les plus fous.

(Merci à 7 jours spécial jeux)

Souvenirs 10^e anniversaire

