

MARS 2018

L'entr'aînés

LA VOIX DES FRANCOPHONES DE 50 ANS ET PLUS EN COLOMBIE-BRITANNIQUE

RÉGION VEDETTE

Prince George

DES AÎNÉ(E)S D'ICI

ET D'AILLEURS

Jumelage et mentorat

Marielle Desmorest

CHRONIQUES

Quand les aîné(e)s écrivent

Horticole



AFRACB

Assemblée francophone des retraité(e)s
et aîné(e)s de la Colombie-Britannique



afracb.ca



ff50plus.ca



[/afracb](https://www.facebook.com/afracb)



[/afracb](https://www.youtube.com/afracb)



SOMMAIRE

L'entr'ainés

L'entr'ainés est un magazine d'information numérique trimestriel dont le mandat est de traiter des sujets qui touchent les francophones et francophiles de 50 ans et plus de la Colombie-Britannique.

Nos lecteurs trouveront un contenu accessible sur toutes nos plateformes numériques.

AVANTAGES

Écologique & Économique & GRATUIT

ÉQUIPE DE RÉDACTION

Édition du magazine : AFRACB

Mise en page : Stéphane Lapierre

Révision : ???

REMERCIEMENTS

Ce magazine est rendu possible grâce à la précieuse collaboration de nos chroniqueurs bénévoles.

POLITIQUE DE PUBLICATION

L'entr'ainés est une publication trimestrielle distribuée électroniquement par l'Assemblée francophone des retraité(e)s et aîné(e)s de la Colombie-Britannique. Aucune portion de cette publication ne peut être reproduite de quelque façon que ce soit sans le consentement écrit de l'éditeur, qu'elle soit imprimée ou électronique. L'entr'ainés est une publication indépendante et ses articles n'impliquent aucun endossement de ses produits ou services. Les opinions exprimées dans ce magazine ne reflètent pas nécessairement celles de l'éditeur. Les annonceurs et agences publicitaires assument toutes responsabilités quant aux lois en vigueur et aux droits d'auteur auxquels leur matériel publicitaire pourrait être assujéti. Bien que nous fassions de notre mieux pour publier tous les articles qui nous sont soumis, l'éditeur se réserve le droit de limiter le nombre d'articles ou chroniques à insérer dans chaque publication. L'utilisation du genre masculin est parfois adoptée afin d'alléger le texte et d'en faciliter la lecture, et ce, sans préjudice pour la forme féminine.

2 L'entr'ainés Mars 2018

L'AFRACB

3 En route vers le FF50+CB

4 Mot de la présidence

5 Mot de la direction générale

RÉGION VEDETTE



PRINCE GEORGE, B.C.



Postcard: Prince George, BC, 1960s

Photo : Flickr (par Rob)

6 Découverte de la région

7 Association régionale

8 Bénévole vedette

9 Artiste francophone

10 Moment historique

12 Commerce francophone

POUR NOUS REJOINDRE

communications@afracb.ca

301 - 531, rue Yates
Victoria BC V8W 1K7
778.747.0138

RECONNAISSANCE

Ce projet est rendu possible (en partie) grâce au gouvernement du Canada.



QUAND LES AÎNÉS ÉCRIVENT

14 Lyne Gareau

15 Denis-Louis Lapierre

DES AÎNÉ(E)S D'ICI ET DAILLEURS

16 Jumelage et Mentorat

18 Marielle Desmorest

20 Les accordailles

CHRONIQUES

21 Recette santé



22 Chronique horticole

*Joyeuses
Pâques
2018*

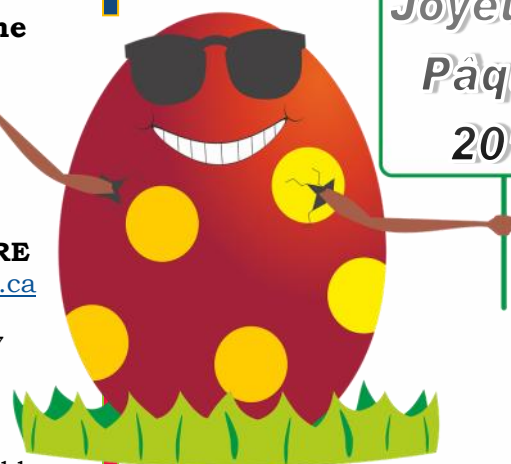


Photo en page couverture : Prince George, BC

EN ROUTE VERS LE FF50+CB - 2018



OUVERTURE DES INSCRIPTIONS

Le 9 février dernier, l'AFRACB a tenu une conférence de presse pour lancer officiellement les inscriptions pour la première édition du Festival francophone 50+ CB qui se tiendra à Esquimalt du 16 au 19 août 2018.

Les participants peuvent s'inscrire directement sur le site internet du Festival au www.ff50plus.ca ou en demandant une version papier du formulaire soit au bureau de l'AFRACB ou par courriel à info@ff50plus.ca.



PROGRAMME D'HÉBERGEMENT



Afin de contrôler au mieux l'impact financier d'une visite dans notre belle région, nous avons instauré un Programme d'hébergement chez des résidents de la région à un coût très modique comparativement aux sites d'hébergement habituels.

Pour ceux désirant voyager avec un véhicule routier (VR), nous avons prévu deux stationnements gratuits où vous pourrez stationner pour la fin de semaine. Notez toutefois qu'il n'y aura aucun service de disponible sur ces sites.



Voir tous les détails en cliquant [ICI](#).

RÉSIDENCES RECHERCHÉES



[CLIQUEZ ICI](#) si vous acceptez de recevoir des aîné(e)s chez-vous pendant le Festival.

Vous n'avez aucune obligation de les nourrir ni de les transporter, sauf si cela vous fait plaisir.

Merci de votre contribution pour assurer le succès de l'événement.



MOT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le début de l'année 2018 a été pour l'AFRACB très productif tant au niveau de notre représentation qu'auprès des instances gouvernementales de divers paliers.

Entre autres, tout récemment nous avons pu discuter des préoccupations des francophones 50 ans et plus auprès du comité national sur les langues officielles qui était de passage à Vancouver. À cet égard, il est important pour nous que vous puissiez nous faire part des défis auxquels font face les

francophones de 50 ans et plus de vos régions, mais aussi des réussites et des initiatives prises dans vos collectivités.

En Colombie-Britannique, la francophonie a la particularité d'être dispersée et c'est pourquoi nous valorisons la création de Clubs 50+ afin que les francophones 50+ puissent avoir une voix ainsi qu'une tribune régionale pour s'exprimer et socialiser. Se rencontrer pour échanger permet de briser l'isolement et les Clubs 50+ peuvent constituer un excellent outil en ce sens.



Si comme moi, vous sortez tranquillement du très long hiver de cette année, vous êtes sûrement prêts à quitter vos bottes de neige ou de pluie pour des espadrilles. Ça tombe bien, le Festival francophone 50+ CB ayant été lancé officiellement le 9 février dernier par une conférence de presse à l'école Victor-Brodeur à Esquimalt, je vous invite à remplir votre formulaire d'inscription et de profiter du rabais pour inscription hâtive jusqu'au 18 avril prochain. Les détails vous sont fournis dans ce magazine et sur le site internet du Festival au www.ff50plus.ca.

Au plaisir de vous rencontrer sous peu.

Diane Campeau

Présidente de l'AFRACB

Saviez-vous que ...



L'AFRACB tiendra son assemblée générale annuelle (AGA) le 26 mai 2018 et fêtera son 15e anniversaire de fondation.

Nous sommes à la recherche de membres au sein du conseil d'administration pour guider la destinée de l'AFRACB. Notre mandat est provincial et les personnes des régions sont les bienvenues. Les rencontres se font en ligne ou par téléphone.

MOT DE LA DIRECTION GÉNÉRALE

Année de grande célébration et de grande première que celle de 2018 ! Cette nouvelle année commence en lion avec plusieurs projets en cours et à venir.

En plus, de célébrer son 15^e anniversaire le 26 mai lors de l'AGA, l'AFRACB lance un grand rassemblement provincial avec la première édition du Festival francophone 50 + CB qui se tiendra à Esquimalt en août.



C'EST NOTRE 15^E ANNIVERSAIRE !!!

Pour célébrer avec le plus grand nombre possible de francophones et francophiles de 50 ans et plus partout dans la province, nous avons prévu un petit budget pour permettre aux Clubs 50+ et Associations membres de l'AFRACB d'acheter une petite gâterie à partager avec les participants à l'AGA à distance.

Surveillez votre convocation à l'AGA pour les détails.

LES INSCRIPTIONS AU FF50+CB SONT LANCÉES !!!

Suite à la conférence de presse tenue le 9 février dernier avec les partenaires du Festival, les inscriptions sont lancées pour les PARTICIPANTS, les HÔTES et les BÉNÉVOLES.



Visitez le site internet du Festival au ff50plus.ca pour tous les détails.

COMMENT POUVONS-NOUS MIEUX VOUS SERVIR ?

Nous sommes toujours à la recherche de nouvelles idées afin de mieux desservir les 50+ partout dans la province. Nous sommes au service des Clubs 50+ et Associations alors que c'est eux qui offrent la prestation de service directement aux membres dans leurs régions respectives.

N'hésitez pas à nous faire part de vos commentaires et/ou idées de projets ou services que nous pourrions développer au bénéfice de toutes les personnes aînées de la province.

Au plaisir de vous servir bientôt.

Stéphane Lapierre, M. Sc.
Directeur général de l'AFRACB

La région PRINCE

Située au centre de la Colombie-Britannique au bord du fleuve Fraser et de la rivière Nechako et avec sa population de 73 000 habitants, la ville de Prince George est surnommée « la capitale nordique de la Colombie-Britannique ».

Entouré de forêts et de montagnes, Prince George est populaire pour ses randonnées, ses sites de plein air, ses pistes de vélo, de ski, de planche à neige et de raquette.

De plus, au printemps, Prince George accueille plusieurs planteurs d'arbres.



Images libre de droit sur Wikimedia Commons

n vedette GEORGE



Photo : CCFPG

Le Cercle des Canadiens Français de Prince George (CCFPG) est une association à but non lucratif existant depuis 1960. L'association :

- ♦ **organise des activités socioculturelles et éducatives pour la communauté ;**
- ♦ **contribue à la création de nouveaux services en français ;**
- ♦ **fait la promotion de la langue, la culture, des produits et services francophones ;**
- ♦ **accueille et favorise l'intégration des nouveaux arrivants.**

Plusieurs activités sont organisées tout au long de l'année : épluchette de Blé d'inde, repas des aîné(e)s, messe et fête de Noël, cours de conversation en français et jardin communautaire.

De plus, l'association vient de clôturer son 33^{ième} Festival d'hiver FrancoFun. Chaque année, le Cercle organise un festival qui comprend des performances, une exposition artistique, une soirée cinéma, un repas des aîné(e)s et une cabane à sucre.



Photo : CCFPG

Visitez-nous en ligne à www.ccfpg.ca ou passez nous voir si vous êtes dans la région.

Au plaisir de vous voir chez-nous bientôt !

L'équipe du CCFPG

BÉNÉVOLE VEDETTE

Elizabeth Eakin



Elizabeth est née en 1949 à Vancouver suite à la démission de ses parents des forces armées en 1945.

Dès son arrivée à Prince George en 1976, elle commence à enseigner l'éducation physique à l'école secondaire Kelly Road. Tombée sous le charme des gens extraordinaires qu'elle a rencontré à Prince George, elle y est restée pour continuer sa carrière en enseignement, dont les vingt dernières années furent en immersion français, jusqu'à sa retraite en 2009.

Elle apprend le violon, elle est impliquée dans le festival de musique Coldsnap, elle fait de la peinture aux aquarelles, elle fait un peu de Tai Chi et elle est Présidente des enseignants retraités de Prince George.

Elle dit qu'elle est membre du Cercle depuis 1985 ou 86, « difficile à dire exactement! ». Au Cercle elle a trouvé une famille qui l'a adopté chaleureusement et elle y fait des efforts à aider sa communauté autant que possible.

À titre de membre du Cercle, Elizabeth a mis en valeur la culture au travers des arts visuels et de la scène depuis des décennies. Il est important de souligner qu'elle est aussi très active auprès d'autres organismes éducatifs, artistiques et communautaires de la région et fait la promotion de notre association chaque fois qu'elle le peut.

Elle aide à différentes tâches telles que dans les jardins communautaires et surtout donne son temps à enseigner la danse aux enfants, aux adultes et aux aîné(e)s sur une base régulière. Le 7 juin 2017, elle a reçu une attestation de reconnaissance pour son dévouement monumental envers la communauté francophone de Prince George et elle est devenue une membre honoraire de l'association.

Un énorme merci Élizabeth pour votre grande implication auprès des francophones de la région de Prince George.



Certificat de mérite remis à Elizabeth Eakin par le président Michel Bouchard pour son bénévolat.

L'équipe du Cercle

n vedette

ARTISTE FRANCOPHONE



Manon Desjarlais
manon.desjarlais@gmail.com

Née à Montréal QC, Manon Desjarlais est une artiste multidisciplinaire qui s'est établie en Colombie-Britannique en 1990 afin de travailler à titre d'enseignante en immersion française et de s'intégrer dans un environnement plus calme et moins peuplé.

Son amour de Prince George est lié aux gens qui y habitent autant que la superficie de la ville et l'accès facile aux sports d'hiver. De plus, il y a divers espaces verts et forestiers où l'on peut trouver de nombreux animaux et plusieurs lacs pour la pêche et le canotage.

En art, Manon aime avoir un large éventail de thèmes à cultiver et explorer. Depuis 1973, elle peint des tableaux de nature morte et des abstraits. C'était en 1986 qu'elle a fait sa première exposition solo à Sainte-Foy dans la région de Québec. Depuis, elle participe à des expositions de groupe telles que celles avec l'association d'artistes peintres de Québec à Montréal et lors du festival d'hiver FrancoFun du Cercle. Il nous fait plaisir de vous partager quelques unes de ces œuvres.



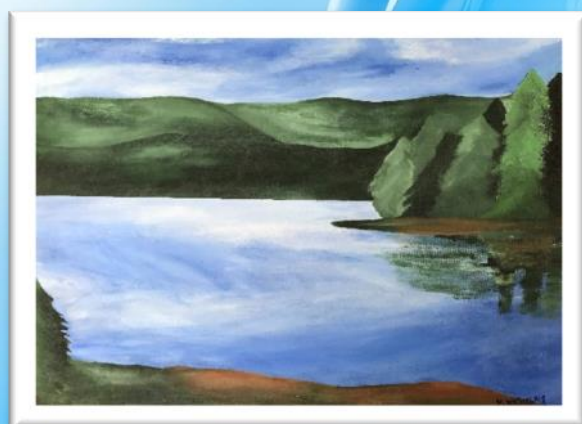
Crête (acrylic sur canvas)



La ferme de Julien (acrylic sur canvas)



Arc-en-ciel de tulipes (acrylic sur canvas)



Le lac (acrylic sur canvas)

Mars 2018 **L'entr'ânés 9**

La région MOMENT H

Si Maillardville m'était conté.

On m'a demandé si je pouvais écrire un petit article historique sur la région de Maillardville. Je connais assez bien Maillardville puisque j'y ai habité quelques temps et que, actuellement je n'habite pas très loin. Je connais les associations qui animent la communauté francophone, qui fut un temps la plus nombreuse de la province.

Redire ou réécrire l'histoire de cette communauté me semblait présomptueux étant donné que tant de gens déjà l'ont fait, des historiens comme Al Boire ont couvert largement et de manière précise cette histoire. Des livres, des articles, des sites en ligne, Wikipédia, vous en apprendront beaucoup plus que je puisse le faire. Aussi, je vous propose de découvrir avec moi le contexte de la création de Maillardville.

L'histoire commence il y a bien longtemps, soit plus de quatre mille ans, alors que les arbres géants existaient encore et ne servaient que de canots ou de planches pour la construction de maisons des peuples Coast Salish, dont les Kwikwetlem, qui vivaient dans la région que l'on appelle aujourd'hui Coquitlam. Vivant de pêche sur les rives de la grande rivière devenue le Fleuve Fraser, ils faisaient des échanges avec les autres peuples amérindiens et fabriquaient des paniers remarquables en écorce de cèdre. Ils continuent encore aujourd'hui à mettre en valeur leur culture et leurs traditions, même s'ils sont peu nombreux à le faire.



En 1791, les premiers blancs que les Kwikwetlem rencontrèrent furent des espagnols lorsque José Maria Navarez arriva à bord du premier navire jamais construit en Colombie-Britannique. Construit en 1788 par un navigateur, explorateur et négociant irlandais nommé John Meares, ce navire fut saisi par les espagnols lors de la crise de Nootka en 1789 et renommé Santa Saturnia. Sur ce bateau, José Maria Narvaez fut le premier à remonter le détroit de Georgia et à explorer Burrard Inlet. En 1808, les Kwikwetlem virent sans doute passer Simon Fraser et ses compagnons dont des canadiens français et des métis. En 1827, la construction de Fort Langley vit se développer, pour le meilleur et pour le pire,

des échanges entre blancs et amérindiens.

n vedette

ISTORIQUE

À partir de 1885, un Oblat haut en couleur venu de France fit parler de lui dans la région, le père Morice. Déjà jeune séminariste, il était en révolte contre les supérieurs de sa congrégation et refusait souvent les ordres, assumant ses tâches cléricales de manière pas toujours très chrétienne. Ce qui lui apporta réprimandes et mise en garde.



Alors qu'il souhaitait devenir missionnaire dans une région autochtone non encore colonisée, à son arrivée en Colombie-Britannique il fut nommé directeur d'une école pour enfants blancs et Métis de William Lake. Devant cette assignation, il entra en révolte contre ses supérieurs, délivrant un enseignement médiocre et négligeant ses devoirs d'homme d'église, tant que, finalement ses supérieurs exaspérés l'envoyèrent au Fort St James situé dans une région surnommée la Sibérie du commerce des fourrures et où les compagnies de traite des fourrures envoyaient leurs employés à problèmes afin de les punir.

Dès lors, ce fut le bonheur pour le père Morice qui y trouva une terre encore vierge, habitée par des autochtones pas encore trop acculturés et, à l'instar du Père Émile Petitot, il s'intéressa au langage autochtone en apprenant rapidement la langue Carrier. Malgré la complexité, son don pour les langues lui permit de composer le premier système d'écriture pour cette langue nommé le Carrier syllabique. Entre 1891 et 1894, grâce au système d'écriture qu'il avait développé, il édita un journal bimensuel écrit en Carrier : le Dustl'us Nawhulnuk. Il traduisit également le catéchisme, des chants et des prières dans cette langue et plus d'en enseigner l'écriture et d'entreprendre des études anthropologiques et géographiques.

Morice n'était pas Français pour rien, il nomma un village de son nom, Moricetown, des lacs, des montagnes, des rivières. En 1888, Blanchet, qui était alors son supérieur à Fort St James, se plaignit à l'évêque de son comportement, d'autres prêtres venus à la mission furent rapidement en conflit avec Morice et quittèrent. Mais Morice, fort de sa parfaite maîtrise de la langue Carrier, était le seul à pouvoir bien communiquer avec les autochtones. Il devint rapidement un petit despote imposant son contrôle, ses lois et ses punitions non seulement aux autochtones mais aussi dans le domaine séculier, en prenant avantage même auprès de la Compagnie de la Baie d'Hudson et d'autres.

Un indéniable érudit reconnu dans son domaine, bien qu'il n'aurait sans doute jamais dû être ordonné prêtre, il écrivit plusieurs livres et de nombreux articles scientifiques, appréciés par ses pairs. En novembre 1903, il fut toutefois démis de ses fonctions à fort St James et transféré à Kamloops où il composa une carte géographique d'une grande exactitude. Il n'y resta toutefois pas longtemps car, après une violente bagarre avec d'autres prêtres, œil pour œil - dent pour dent est-il écrit, il fut de nouveau muté, cette fois au Manitoba où il resta près de 20 ans, toujours plongé dans ses études, ses écrits et dans la controverse. Il est fou le Morice, disaient certains ...



Logo de Moricetown



Vue aérienne de Moricetown (2011)

Image : Wikimedia Commons

Morice mourut en 1938 dans la réclusion où il s'était placé lui-même par son comportement, subordonnant et utilisant les gens qui s'éloignèrent de lui. Mais Moricetown, la rivière, la montagne et le lac Morice, sont toujours là.

Recherche et arrangement du texte : René Digard

La région vedette

COMMERCE FRANCOPHONE



Le Coin des Petits a ouvert ses portes en 1977 pour répondre au besoin grandissant d'exposer les enfants à la langue française dans un milieu préscolaire. Ce centre, qui est opéré sous le modèle d'une entreprise sociale, est une prématernelle à but non lucratif administrée par le Cercle des Canadiens Français. Les enfants d'âge préscolaire de 3 à 5 ans participent dans un programme francophone et immersion.

Le français est présenté aux enfants d'une manière positive et enrichissante selon leurs besoins, aptitudes et compréhension de la langue française. Une moyenne de 55 enfants sont accueillis à chaque année pour le programme de la prématernelle.

À chaque saison estivale, le Cercle offre aux jeunes de la communauté un camp d'été francophone sous le thème «Découvre ton Monde». Ce programme est conçu pour les enfants de 6 à 12 ans qui parlent et comprennent le français. Ces camps ont comme objectif premier de permettre aux jeunes de s'amuser, de créer des amitiés, de faire de nouvelles découvertes tout en utilisant et en améliorant leur français dans un environnement bilingue. «Découvre ton Monde» accueille une centaine de jeunes chaque année.



Les éducatrices de la prématernelle au 40ième (de droite à gauche; Christine F., France L. et Chantal M.), avec l'ancien directeur (Jeff D. N. M.) et le président du Cercle (Michel B.)

FESTIVAL FRANCOPHONE 50+

Participons au mieux-être !

16 au 19 août 2018



La Graff

ESQUIMALT

Soirée
dansante
avec orchestre

Compétitions
& Tournois

Conférences
& Ateliers

Salon Santé

Visites
culturelles

Concours
de chansons



Information, programmation et inscription au **ff50plus.ca**

Hébergement à domicile à coût modique disponible. / Stationnement pour VR gratuit disponible.



Canada

Ce projet est financé en partie par le Gouvernement du Canada par le biais du Programme de partenariats pour le développement social - Composante « enfants et familles ».

LA RETRAITE ET L'ENVOLÉE LITTÉRAIRE DE LYNE GAREAU

Après 38 ans en Colombie-Britannique, dont 36 passées à enseigner, Lyne Gareau décide de faire le grand saut au début de 2017. Elle quitte son travail et se consacre désormais à l'écriture.

« Toute ma vie, j'ai voulu écrire. C'était vraiment cela mon but. Mais je suis d'abord devenue enseignante au primaire et par la suite professeure à l'université. J'adorais vraiment mon travail, mais je me disais : un jour je serai écrivaine... »

Le sacrifice de sa carrière à Capilano University, s'il lui a valu le chagrin des départs, lui a aussi donné le loisir de mener ses projets à bien. Seulement en 2017, quatre de ses nouvelles ont été publiées dans le recueil intitulé *BREF!*, une autre a vu le jour dans les *Cahiers franco-canadiens de l'Ouest* de l'Université Saint-Boniface, et enfin un premier roman a été lancé par les Éditions du Blé du Manitoba.

Dans cette œuvre fluide et poétique intitulée *La Librairie des insomniaques*, le lecteur avisé reconnaît Vancouver et les Îles du Golfe. L'histoire présente Alex qui décide un jour de devenir un ermite urbain. Dans cette société de l'avenir où les livres sont devenus des objets dangereux, son choix intrigue les nouveaux amis qu'il se fait dans une librairie mystérieuse.

*« Tous mes plus beaux
souvenirs d'enfance se
trouvent dans des livres. »*

Lyne Gareau

suscitées ensuite au Salon du Livre de l'Outaouais. Elle continue donc dans sa lancée.

« Je travaille en ce moment sur un roman personnel qui parle des transitions de la vie, et dans ce cas-ci qui parle de la retraite. »

Comme quoi la retraite peut être le moment parfait pour réaliser nos rêves. Les histoires de Lyne Gareau sont là pour en témoigner.



Lyne Gareau

Roman de 176 pages
Les Éditions du Blé
<http://ble.refc.ca>



EXTRAIT

La nuit était immobile, les feuilles toujours bien accrochées à leur petit chène noueux. Les amis trinquèrent à l'arbre, à la soirée qui s'achevait, aux étoiles, aux fleurs, aux invités, à l'espoir, à la littérature, à la musique et à Alex.

Balwinder posa alors à voix haute LA question :

— Mais pourquoi est-ce qu'il ne parle pas ?

C'est incompréhensible pour moi. Dans ma culture et dans ma religion, la fraternité et la vie en société sont des valeurs essentielles. Comment est-ce que quelqu'un peut renoncer au monde et vivre en ermite ?

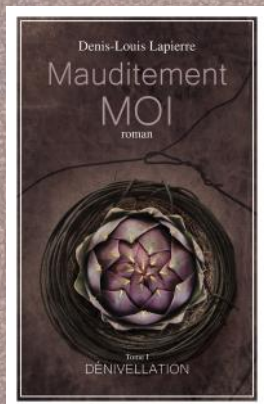
Viateur se tourna vers Frank :

— Tu le connais, toi. Il était ton prof. Qu'est-ce que tu en penses ?

— Mystère total.

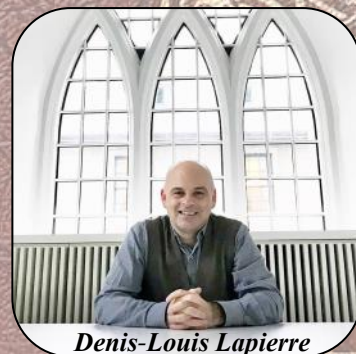


UNE PASSION QUI SE RÉALISE



Graphiste de profession et collaborateur de longue date avec l'AFRACB, notamment sur la refonte du site internet et la facture graphique du Festival francophone 50+ CB, Denis-Louis vient d'accoucher de son premier roman. L'ayant côtoyé personnellement à Victoria, je sais que c'est un rêve qu'il chérissait depuis plusieurs années. Bravo mon ami pour ton accomplissement.

Sorti de terre à La Sarre PQ en 1970, Denis-Louis est contemplateur dans un monde d'excavation où son enfance est marquée par la constante obsession à dénicher en vain un vrai trèfle à quatre feuilles. Errant soucieusement ici et là, l'intérêt pour la lecture et l'écriture ne naîtra que très tardivement. La rédaction de ce premier roman s'imposa à Victoria BC (2014) et s'acheva dans le Vieux-Québec en 2018.



Denis-Louis Lapierre

Voici un extrait de son tout premier roman :

La vie au Nord se fait pesante en ce début d'année 1997. L'amour s'y endort. Le corps s'en mêle. Déguerpissons! Retour aux études donc pour Viateur Denis d'Abitibi. Direction Montréal. Passant ainsi de la maussaderie aux stimulus, du j'en-peux-pu au quoi-d-neuf, de la salutation obligatoire à enfin incognito.

Saine apparente libération. Car le véritable territoire habité n'a de racines que dans les bibittes que l'on cherche à fuir et qui s'accrochent éperdument à l'âme.

« ... On flushe tout pis on repart à zéro mon Viateur. Tu vas voir que ça va ben aller. T'es capable. T'as la vie devant toé mon homme. Arrête de t'en faire. De t'piler sû a tête. Personne saura jamais c'que t'as faite. D'autant que t'es coupable de rien. Tu pouvais pas l'savoir pis, anyway, t'as pas fait par exiprès pour qu'ça arrive. Forget that. C'est d'l'histoire ancienne. Ça serait probablement arrivé pareil un jour. Qui sait? Il l'méraitait un peu après tout... »

Tome I—Dénivellation

Roman de 277 pages

Version papier : Mauditement.com

Version électronique : KOBO

Nos aînés, une petite mine d'or à ne pas négliger!

Au fil des générations, la transmission de l'identité culturelle par les aînés était emmaillée dans le tissu social et communautaire. Il était naturel de les considérer comme une source de sagesse et de richesse pour les plus jeunes. Grand-maman ou grand-papa, et même l'aïeul, comme on le disait dans certaines communautés, aidaient, racontaient, écoutaient, conseillaient et contribuaient à renforcer l'identité culturelle de la génération montante.

Ces dernières années, ce lien intergénérationnel et culturel s'est malheureusement atténué chez les familles modernes. Trois coupables se pointent :

1. L'envahissement psychologique et émotionnel des médias où les Facebook et compagnie remplacent les conversations face-à-face et/ou cœur-à-cœur. La machine devient le meilleur ami.
2. La mondialisation des marchés où les articles « Made in China » pas chers et jetables offrent une facilité à consommer immédiatement en dépit des besoins. Dès lors, le « fait maison » et les traditions perdent leur valeur.
3. La spécialisation du travail, où la mobilité des travailleurs devient un prérequis les obligeant ainsi à migrer vers les grands centres urbains pour poursuivre une carrière est acceptée dans notre société moderne. S'éloigner de sa famille pour raisons professionnelles est devenu un fait courant dans la dynamique familiale des jeunes parents.

Certains diront que les réseaux sociaux remplacent ce manque de contact... difficile à argumenter avec une nouvelle génération qui l'a vécu et le vit au quotidien.

Pourtant, si ces jeunes côtoyaient des personnes âgées, même occasionnellement, ils pourraient découvrir la richesse culturelle et communautaire qu'elles peuvent leur apporter. Ce lien intergénérationnel est d'autant plus important dans une communauté culturelle minoritaire où il est souvent vécu à distance via les appels téléphoniques, les photos, les vidéos, les conférences audio-visuelles et les visites des vacances d'été.

Heureusement, l'AFRACB reconnaît la richesse de ce lien intergénérationnel, culturel et même interculturel en initiant des projets où jeunes et moins jeunes se découvrent dans un contexte chaleureux, joyeux et éducatif. Le projet Jumelage et Mentorat Intergénérationnel et Interculturel en est un bel exemple. Ce projet permet à de jeunes enseignants en immersion française de tisser des liens avec la communauté francophone dans laquelle ils évoluent, d'améliorer leur français et de permettre à des personnes âgées de mettre leurs connaissances et expériences à profit. Le projet va bon train dans la région du Grand Victoria. C'est maintenant au tour du Grand Vancouver d'être invité à y participer.



ici et d'ailleurs

Ces derniers temps ont été témoins d'une sollicitation marquée pour nos aînés et retraités francophones à participer à des projets dans notre province. Cependant, cette sollicitation intense apporte des défis particuliers et différenciés pour nos aîné(e)s selon les régions.



Il est bien connu que le recrutement de bénévoles franco-colombiens est un défi constant dans notre milieu minoritaire peu importe les générations. Toutefois, certaines questions émergent face à ces nombreuses initiatives. Y aurait-il trop de projets offerts simultanément pour le nombre d'aînés dans nos communautés? Les projets, bien qu'intéressants et originaux, seraient-ils trop ambitieux pour les fonds attribués? Serait-il possible d'amalgamer des projets semblables entre différents regroupements et bailleurs de fonds? Les projets auraient-ils davantage à montrer plus de flexibilité dans leur application afin de répondre aux contextes spécifiques des régions et particulièrement celles éloignées des grands centres urbains? Y aurait-il une formule magique pour recruter les aînés francophones et francophiles ne faisant pas partie du réseau des associations?

Ces questions demandent réflexion et concertation de l'ensemble de la communauté franco-colombienne et des bailleurs de fonds. Constat facile... application moins facile. Nos aînés francophones de la Colombie-Britannique se sont rendus plus visibles et se sont bien organisés grâce à l'AFRACB permettant ainsi aux membres 50+ de notre province de mieux répondre à leurs besoins et à jouer un rôle de transmetteurs de la culture francophone dans plusieurs projets.

Nos leaders-aînés ont le vent dans les voiles. Il est rassurant de voir que la richesse culturelle et le dynamisme propre à nos aînés d'expression française soient valorisés.

Le projet de Jumelage et Mentorat prévoit de jumeler un.e aîné.e avec un.e enseignant.e. en immersion francophone pour faire une gamme d'activités ludiques en lien avec les intérêts des participants.

Pour plus de détails ou vous inscrire, veuillez contacter la Coordonnatrice du projet par courriel à projets@afracb.ca ou par téléphone au 778.747.0138.

Thérèse Guillemette
Coordonnatrice du projet Jumelage et Mentorat

Jumelage et mentorat
intergénérationnel et interculturel
AFRACB

Nord de l'île et Sunshine Coast
hiver 2018

Okanagan et Kootenays
automne 2018

Grand Vancouver
printemps 2018

Victoria
automne 2017

Cliquez ici pour les détails
et vous inscrire



MARIELLE DEMOREST : Portrait d'une femme très spéciale

Suite à de nombreuses reconnaissances qu'elle a reçues au cours de sa longue carrière de personne impliquée dans la francophonie de son milieu de vie à Richmond BC, Marielle Demorest a reçu au cours des derniers jours une nouvelle reconnaissance très bien méritée, la Médaille du souverain pour les bénévoles.



C'est le 21 mars 2018, à la maison de la Gouverneure générale de la Colombie-Britannique, que Marielle a reçu sa médaille des mains de la Très Honorable Julie Payette, Gouverneure générale du Canada, pour souligner son travail à promouvoir et à préserver la culture et la langue française dans l'ouest canadien.



Marielle Demorest : Réception de la médaille du souverain

En 2014, Marielle reçut le titre de « Femme du Siècle – 1914-2014 » par l'Alliance des femmes de la francophonie canadienne. Elle est parmi 100 femmes choisies à travers le Canada pour recevoir ce titre. Son certificat lui fut remis par la Très Honorable Michaëlle Jean, ancienne gouverneure générale du Canada, lors d'une cérémonie à Ottawa.



Photo : Richmond News

Marielle, qui aura bientôt 86 ans, est impliquée dans sa communauté depuis plus de 40 ans et ce, avec toujours le même enthousiasme qu'à ses débuts. Voici un résumé de son implication au fil des ans et encore aujourd'hui :

- ♦ 2001 Co-fondatrice de l'Association Francophone de Richmond (officieusement 1985) et y siège toujours sur le CA ;
- ♦ Coreprésentante de Réseau-Femmes Richmond ;
- ♦ Membre de l'AFRACB ;
- ♦ 1976 Co-fondatrice du Richmond Women's Resource Centre où elle siège toujours sur le CA ;
- ♦ Richmond Garden Club ;
- ♦ City of Richmond Archives ;
- ♦ Sans oublier les autres comités où elle siège toujours.

Comme elle a déjà mentionnée lors d'une entrevue dans le Richmond News : « *M'impliquer dans la communauté, me donne une raison de me lever le matin* ».

Marielle a le don d'encourager les plus jeunes (même celles de 60 ans) à s'impliquer et à participer aux activités proposées par les diverses associations francophones de leur région et que cela vaut la peine de faire un petit effort pour garder vivante sa langue et sa culture francophone.

La relève est aussi importante pour elle. « *Peu importe votre niveau d'implication, chaque petite action est importante* », mentionne-t-elle.

Merci Marielle pour toutes ces années de dévouement et au plaisir de continuer cette belle implication ensemble pour de nombreuses années à venir.

« Je pense que son implication dans la communauté est ce qui la garde jeune de cœur et pleine d'énergie »
– Françoise Desautels



Marielle Demorest montrant son Certificat reçu pour la Femme du Siècle pour les services rendus dans sa communauté. Photo par Philip Raphael, Richmond News

Vos ami(e)s de l'Association francophone de Richmond

Des aîné(e)s d'ici et d'ailleurs



Le 15 février 2018, une cinquantaine de personnes se sont déplacés afin d'assister au lancement du photo-roman, *La Nouvelle voisine*, une histoire sur l'intimidation entre aînés. Un projet de participation sociale de l'organisme communautaire les Accordailles réalisé par et pour les aînés. L'idée du Photo-roman *La Nouvelle voisine* est apparue suite à l'observation de situations désagréables pouvant survenir dans les espaces communs d'un HLM ou de n'importe quels autres types de résidences pour personnes âgées. Ces lieux partagés tels que, la salle communautaire, les corridors de l'édifice, les ascenseurs, les salles de lavages, etc. qui peuvent devenir ainsi le théâtre de situation d'intimidation.

L'intimidation n'est pas seulement un phénomène observable chez les jeunes, elle est aussi visible chez les personnes âgées. C'est un geste voulu et répété dans le but de faire du mal. Elle est caractérisée par une attitude offensive (agressive) et un déséquilibre de pouvoir qui a pour effet de faire peur, blesser ou nuire à la victime. Elle peut prendre la forme de violence physique, psychologique et verbale. Elle peut être directe (insulter, menacer, ridiculiser, frapper, pousser) ou indirecte (rejeter la personne, répandre de fausses rumeurs).



Sous la supervision d'une chargée de projet, *La Nouvelle voisine* a réuni un groupe d'aînés de 55 à 80 ans afin de participer à la création d'un photo-roman s'inspirant de leur milieu de vie et des relations interpersonnelles qui s'y vivent.

L'histoire relate l'arrivée et les difficultés que Marie-Claire devra surmonter pour se faire accepter par les autres. Le photo-roman constitue un outil de sensibilisation et de prévention sur l'intimidation entre aînés. Cette création collective illustre de façon concrète les effets négatifs de ce problème social, mais aussi des moyens pour soutenir la victime. Elle fait aussi la promotion de

différentes ressources existantes pouvant accompagner les aînés aux prises avec des situations d'intimidation.

CLIQUEZ ICI pour voir le Photo-roman.

Les Accordailles a pour mission de susciter, favoriser, appuyer et mettre sur pied des activités socio-culturelles, d'organiser des loisirs pour rompre l'isolement auquel elles font face, de favoriser la prise en charge des individus par eux-mêmes et avec l'aide de bénévoles, offrir des services de soutien et de support aux personnes de 50 ans et plus en perte d'autonomie, afin de les aider à demeurer dans la communauté le plus longtemps possible. L'organisme œuvre dans la région de Montréal, QC.

Recette santé

Granola maison, avec raisins, pommes et cannelle

Par Margo Landry-Anderson

Le granola est un mélange de céréales, de graines et de fruits secs légèrement sucrés et grillés au four. On trouve souvent que les paquets du commerce contiennent beaucoup de sucre et de gras. Alors pour être plus santé et plus économique, mieux vaut le faire soi-même car c'est très rapide et aussi très facile à faire.

Avec cette recette, vous pouvez ajouter d'autres ingrédients ou les varier selon votre goût et votre envie du moment. Vous pouvez toujours ajoutés à la recette de base après cuisson et lorsqu'encore tiède. Voici quelques suggestions : fruits séchés au goût (canneberges, bleuets, prunes, abricots, etc.) et graines de lin broyées, de citrouille, de chia ou des amandes effilées, grillées.



INGRÉDIENTS

- 200 g ou 2 tasses de flocons d'avoine (ne pas utiliser ceux à cuisson rapide)
- 200 g ou 2 tasses de céréales «all bran buds»
- 65 ml ou 1/4 de tasse de compote de pommes (une grosse pomme) fera l'affaire
- 65 ml ou 1/4 de tasse de miel ou sirop d'érable
- 15 ml ou 1 c. à soupe de vanille pure
- 65 ml ou 1/4 de tasse de graines de tournesol
- 15 ml ou 1 c. à soupe de cannelle
- 190 ml ou 3/4 de tasse de morceaux de pommes séchées
- 125 ml ou 1/2 tasse de raisins secs

PRÉPARATION

- 1) Faites chauffer le four à 180 ° C ou 350° F. Disposez une feuille de papier parchemin sur une plaque à four ou à pâtisserie ;
- 2) Faites griller les graines de tournesol dans un poêlon en mélangeant à l'occasion ;
- 3) Dans un petit bol, mélangez bien la compote, le miel ou sirop, la cannelle et la vanille et ajoutez ensuite les céréales ;
- 4) Étalez le mélange sur la plaque et faites cuire 30 minutes en mélangeant à chaque 10 minutes et à la fin de la cuisson ;
- 5) Le granola doit être un peu doré. Si ce n'est pas le cas poursuivez un peu la cuisson. Faites refroidir complètement le mélange qui peu à peu deviendra croustillant ;
- 6) Une fois refroidi, ajoutez les fruits secs et graines de tournesol, et conservez dans un bocal fermé hermétiquement.

Source : Mayo Clinic avec modifications

Chronique horticole

Fleurs interdites par Louis Céline

SVP, s'abstenir! Pas de fleurs, c'est trop jeté à la rue. Au lieu, faites un don pour la recherche sur les maladies et contre la souffrance qui assaillent inlassablement le cœur sensible et le corps travailleur.

Mais voyons, admettez-le, il dit préférer à la recherche très scientifique, les arrangements du fleuriste du coin. Il le connaît peut-être. C'est un ami de la famille, un voisin, qui sait. Vous avez déjà entendu ce refrain controversé, légitime.

Oui, je comprends, ce bouquet, ensuite, il ira tout droit à sa perte. De plus ces fleurs, elles ne font pas très propres. Si vous saviez dans quelle condition on les cultive, avec quel engrais, quel produit systémique. Du tout chimique! De plus, ces compositions florales n'ont pas grandi ici en pleine nature. Elles ont fait du voyage. Et ces petites mains lointaines et sous-payées...

Facile à s'imaginer. C'est comme l'élevage animal. On force, on fait dans l'optimal et on achemine le paquet à destination, à nous, à eux.

Les fleurs et les plantes en soie, celles en plastique, cultivées à l'étranger. Ah! c'est le bouquet. Belle affaire!

Encore un débat autour de la rectitude, du correctement acceptable. Est-ce que les gens éprouvés se soucient de toutes ces histoires? Jeunes, ils répondront: à bas tout! Aujourd'hui, vieux, jeune ou moins jeune, le sujet soulève les contraires. Je choisis d'être subjectif, de prendre position. À fond, pour une cause toute fraîche. Tous ces « je », devenons « nous. »



Je n'ai rien contre la science, ses brochures et ses chercheurs. Vous verrez. C'est très juste même d'envoyer des gens dans l'espace infini, de modifier la chaîne génétique. Mais d'ici là, je préfère le voyage sur terre, à rêver et vivre un tour d'émotion et offrir un arrangement floral, un témoignage de circonstances. J'admets, le sujet dérange et met certains esprits en position d'attaque ou sur la simple défensive.

Il y eut le grand A, des paroles, un projet et puis quoi encore? Ah oui, la grande fin. La finitude dans un clignement d'yeux comme d'un souffle une bougie qui s'éteint. Tout est très aménagé, calme, routine; soudain vous voilà physiquement hors champ. Une fraction de seconde et vous êtes clic. Tout autour et si loin à la fois, on finit à travers d'intenses souvenirs à vous observer dans votre éternité. Aucun ne parviendra à vous l'enlever.

Au terrain du cimetière paroissial, plusieurs années ont passé. Où j'avais planté quelques hautes tulipes et jonquilles, ce cimetière demeure et toujours occupé. Alors, planter des bulbes c'est une façon de dire ce qui n'a pu être dit. Un geste offert, en dernier recours, à l'autre.

Le mois du décès, la terre, avec la saison qu'il faisait se trouvait durcie; tandis que les émotions trop montantes s'agrippaient au corps des survivants. Aujourd'hui, y sont-ils toujours, ces bulbes? J'irai les voir s'épanouir, les admirer devant soi, dans toute la splendeur déployée, aux teintes fortes et définies devant les rayons persistants. Mais c'est si loin tout ça, les cercueils, les années, que je me résigne et, finirai bien par y aller, en songes, cette fois.

Ces tulipes, elles iront en se contractant un jour à la fois jusqu'à pâlir et puis redescendre en elles-mêmes. Elles renaîtront poussées par une pareille saison, de quelques couleurs drapées pour un second numéro, devant cette foule inhumée, parmi ces brins d'herbe à nouveau réveillés, se forçant eux-mêmes un passage.

De nos jours, le cimetière existe peuplé de silence. Les êtres n'oublient pas, ils ont peut-être au mur une photo encadrée, un meuble souvenir ou encore, quelque part, un signet mortuaire bien conservé. Avec avril, la poussée est considérable et en nous résonne toujours cette mystérieuse contradiction.

Vous pouvez rejoindre l'auteur de ces lignes à louisjardin@hotmail.com



La Graff et la Société francophone de Victoria vous souhaitent un excellent Festival francophone 50+ C.-B.

Services à l'emploi
Les Beaux Jedis
Festival annuel
Dégustations de vins

Location de salles
Soirées Cinéma
Repas des aînés
Bridge



**Venez partager avec nous de nombreuses activités
sportives, culturelles et sociales**



francophonie.Victoria

www.francocentre.com
2-1218 Langley Street, Victoria, BC
T: 250-388-7350

joyeuses
pâques
2018

