



Photo gracieuseté de pixabay.com

# BON ÉTÉ



Pensées du mois :

Juin

« Fais de ta vie un rêve et  
d'un rêve une réalité. »

Antoine de Saint-Exupéry

Juillet

« La vie, ce n'est pas  
d'attendre que les orages  
passent, c'est d'apprendre à  
danser sous la pluie. »

Sénèque

Août

« Les folies sont les seules  
choses que l'on ne regrette  
jamais. »

Oscar Wilde



Veillez prendre note que nos bureaux sont ouverts du :

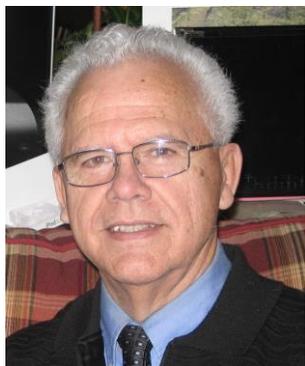
**Lundi au vendredi**

**De 8H à 12H et de 13H à 16H**

Prendre note que le Centre sera fermé **mercredi 24 juin** pour la Saint-Jean-Baptiste et **vendredi 3 juillet** pour la fête du Canada.

Nos bureaux seront aussi fermés à compter du **vendredi 17 juillet**, à partir de **12H** pour les vacances estivales. L'équipe sera de retour pour vous accueillir le **lundi 3 août** dès **8H**.

Bonne lecture !



### Conseil d'administration :

**Rolland Simoneau**  
Président

**Réjeanne Paquet**  
Vice-présidente

**Réal Vigneault**  
Trésorier

**Liliane Searles**  
Secrétaire

**Rémi Beaupré**  
Administrateur

**Liette Bergeron**  
Administratrice

**Francine Sergerie**  
Administratrice

La COVID-19 est la tempête parfaite qui a frappé le monde. La vie semble s'être arrêtée dans la majorité des pays. Certains disent que même les guerres en Lybie et en Syrie se sont interrompues, que la vie nocturne des grandes villes, les arts et les sports se sont mis sur pause dans tous les pays. Le coronavirus a pris par surprise tous les gouvernements de la terre, obligeant une gestion rapide de la situation. Ici, au Québec, la situation n'a pas été prise à la légère. La rapidité à décréter la fermeture des activités économiques non essentielles a permis de sauver des milliers de vies. Certes, toutes les morts déclarées sont de trop et nous connaissons un bilan très lourd en CHSLD et dans certaines grandes villes. On peut légèrement se consoler en constatant qu'il y en a beaucoup moins que dans certains pays. Malgré tout, la vie doit continuer.

Au Centre d'action bénévole de l'Érable, la tempête a aussi frappé de plein fouet. La majorité des membres sont âgés de 70 ans et plus, par conséquent, ils ont dû abandonner leurs activités bénévoles. Heureusement, l'appel au bénévolat du Premier Ministre a été bien entendu et plusieurs personnes sont venues prêter main forte aux besoins de la population. Un grand merci à toutes celles et tous ceux qui n'ont pas hésité à partir au front pour livrer la popote roulante ou à conduire les bénéficiaires pour leurs rendez-vous médicaux.

L'interdiction de rassemblements des 70 ans et plus a également forcé le Conseil d'administration à cesser ses réunions depuis la fin février. L'Assemblée générale annuelle du CABÉ est, elle aussi, reportée.

Je lève respectueusement mon chapeau à notre directrice et son équipe pour avoir maintenu les services essentiels au CABÉ. Le coronavirus a permis de mettre en lumière leurs valeurs humaines. J'avoue en être très fier.

Malgré la crise économique actuelle et celle à venir, je pense que nos gouvernements auront à réorganiser la société dans laquelle nous vivons. Nos priorités devront changer. La COVID-19 nous a fait connaître les **faiblesses** et les **points forts** de notre société en temps de crise. **L'avenir est devant nous.** Le rôle des travailleuses et travailleurs de milieu pour les personnes âgées vulnérables, de même que les Centres d'action bénévole, font partie de **ces points forts**. La nature nous a indiqué comment réorganiser notre société. C'est une leçon à ne pas oublier par nos gouvernements.

Le 15 septembre 2017, j'avais eu la chance de participer à une journée régionale de mobilisation intitulée « **bien vieillir dans sa communauté** ». J'avais pris beaucoup de notes parce que je me sentais interpellé compte tenu de mon âge et de mon implication au CABÉ. Le programme de la journée avait été préparé par le Carrefour Action Municipale et Famille et le Centre collégial d'expertise en gérontologie du CEGEP de Drummonville, avec le soutien financier de la MRC de l'Érable. L'une des conférences portait sur les enjeux reliés au désir des aînés de demeurer le plus longtemps possible à la maison et dans leur municipalité. Une autre présentait les innovations au Québec en matière d'habitation pour aînés.

Il y eu présentation d'une capsule vidéo de La Brunante, première coopérative de solidarité en habitation au Québec. Il a été aussi question du rôle de la MRC dans le développement d'initiatives du genre. Durant la discussion qu'ont eue les participantes et participants à la fin de la journée, il a été question d'initiatives dans d'autres pays sur l'habitation idéale des aînés. Des exemples ont été apportés sur une forme de coopérative sociale dans un village ou le quartier d'une ville : les aînés se regroupaient, tout en restant dans leur résidence, pour se donner des services de maintien à domicile. Les services élaborés portaient sur l'aide à la vie domestique, les soins de la personne, le soutien en santé, le suivi médical, le transport, l'alimentation, l'entretien intérieur et extérieur des maisons. Tout cela dans le cadre de la création de coopératives de services. **Notre CABÉ aurait certainement une place importante auprès des aînés dans une telle initiative.**

Avec l'expérience que les aînés viennent de vivre dans les réseaux publics d'hébergement et les résidences privées pour aînés, il semble pertinent reprendre ces discussions restées « lettres mortes » depuis 2017. J'ose espérer que l'idée de réorganiser la vie des aînés, **notre vie**, avec un meilleur soutien de la société, fasse son chemin...

## Réflexion de Carmen

En ces temps très bouleversés et très bouleversants de pandémie, je ne veux pas vous entretenir de la COVID-19, des mesures d'hygiène à respecter, des précautions à prendre, du confinement et du dé-confinement ! J'ai moi-même mes propres inquiétudes, mes moments de tristesse, de lassitude, de détresse et d'inquiétude. Et j'en entends tellement parler à la télé !

Je veux donc marcher vers l'avenir, vers demain, vers un monde meilleur. Je tente de faire preuve de « résilience », cette « aptitude à réussir à faire face à un stress intense tout en réussissant à vivre et à se développer positivement ». Je me rappelle les mots de l'un de mes professeurs à l'université, Yves St-Arnaud, qui faisait la différence entre l'« idéal » et l'« optimal ». Il disait que l'« idéal » (le mieux, dans le meilleur des mondes) n'existait pas. Il n'y avait que l'« optimal » qui existait, soit « ce que l'on peut faire de mieux dans les circonstances » ou encore, « le meilleur possible ».

C'est en fonction de ces pensées que j'ai réorganisé les services du CABÉ (voir page 6 du journal), au lieu de penser aux services qui étaient interrompus.

Je vous souhaite, à vous aussi, d'organiser votre vie de façon optimale, jusqu'à ce que la crise mondiale causée par ce virus soit chose du passé.



### Équipe du CABÉ :

**Carmen Grenier**  
Directrice générale

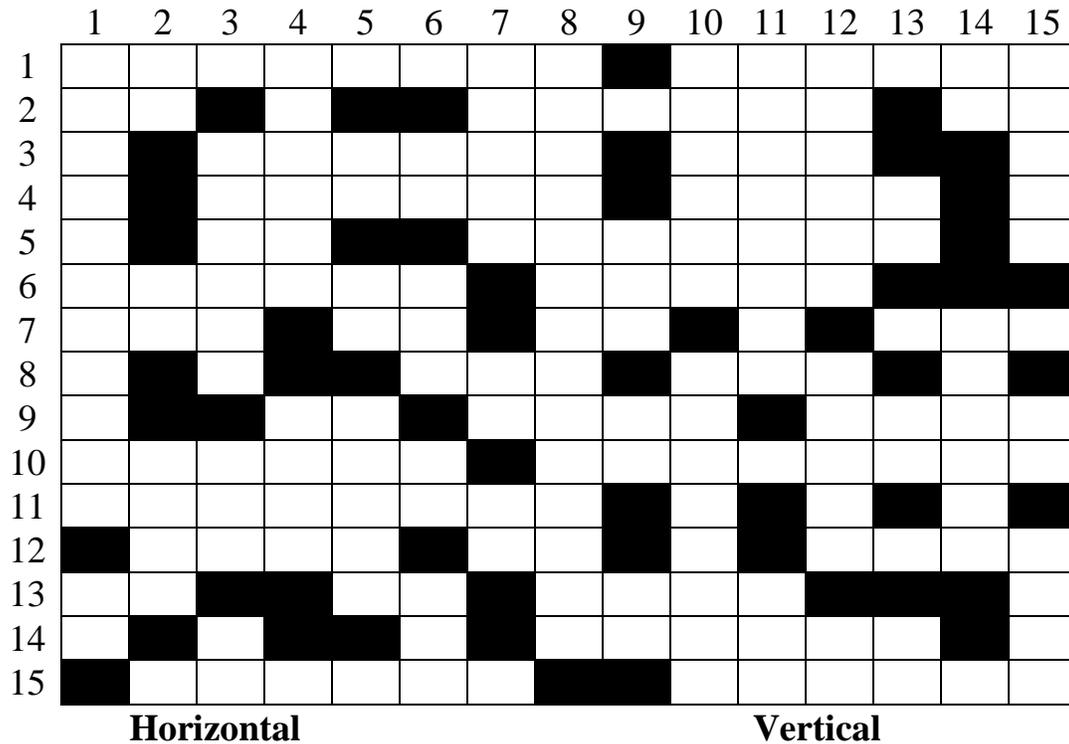
**Guylaine Caron**  
Agente aux services  
à la clientèle

**Marie-Josée Gagné**  
Soutien au  
développement

**Marylène Leblond**  
Secrétaire-  
réceptionniste

**Paula Vachon**  
Travailleuse de milieu

## Thème : Pandémie



Horizontal

Vertical

1. Ce qu'il faut faire en temps de pandémie (se ...) – Les mains doivent s'y prêter souvent	1. La Covid-19 est la maladie qui y est associée – Issu
2. Précieux – On en a découvert beaucoup dans les CHSLD – Pronom indéfini	2. Métal précieux – Rigolé – Poisson de mer plat
3. On peut les faire en ligne ou en respectant les distances si on est à l'épicerie ou à la pharmacie – Véhicule tout terrain	3. Sommet – Terre entourée d'eau – Première personne
4. On en traverse plusieurs pendant une épidémie – Une marche à l'extérieur permet à notre esprit de se sentir ainsi	4. Mécontente – Ensemble (on peut le rester, malgré la distanciation)
5. Le tout début d'une œuvre – Comme la prestation du Canada d'urgence (PCU) sera imposable, il faudra en faire au gouvernement	5. Exclamation – Négation – Chacune de nos mains doit le demeurer, surtout en ce temps de contagion.
6. Avec les nombreuses pertes d'emploi, plusieurs ont peur d'en manquer – Ce qu'a fait longtemps la courbe du coronavirus (elle a ...)	6. Atout – Moitié de tunnel – Connu – Bouleversé
7. Ce que le gouvernement et le personnel essaie de sauver – Obtenu – Préfixe qui multiplie par deux – Petite pomme	7. Soutenir une action en justice – Ancien do – Non encore remboursé

<b>Horizontal</b>	<b>Vertical</b>
8. Zéro – Baiser ou bisou canadien	8. Parmi les premières choses qui ont été interdites au début de la situation d'urgence sanitaire
9. Adjectif numéral – Mieux vaut ne pas la perdre, surtout en temps de pandémie – Homme misérable, lamentable	9. Pronom personnel – Titane – Isolement obligatoire
10. Plusieurs se sont mises à produire du purell, des gants, des masques, etc. – Il a la lourde responsabilité de diriger et protéger les gens du Québec	10. Sert à faire lever le pain – Personne très importante et très dévouée, avant, pendant et après la pandémie (qui donne de son temps gratuitement)
11. Plusieurs personnes en souffrent ces temps-ci, surtout si elles n'ont pas de famille ou d'enfants	11. Certifiée
12. Poids qui assure la stabilité (navire, auto, etc.) – Unique – Adverbe signifiant « de l'autre côté de » (de la vie, de l'épreuve, de la maladie, etc.)	12. "Vitrée", mais dont le "i" est remplacé par un "e" – Beaucoup de décès causés par la COVID-19 dans ce genre d'établissement – Isolement obligatoire
13. Négation – Double voyelle – La fin de « malédiction »	13. Existes – Conjonction – Double consonne
14. Il semble se réchauffer au printemps	14. Départ – Désinfectant très convoité ces temps-ci
15. Se dit des documents qui sont conformes à la loi – Elles ont été les premières institutions à être fermées au début de la pandémie	15. Jalousie – Double voyelle – Présentement, on ne peut les rencontrer ou les voir que de façon virtuelle

## **Annonces classées**

- Vous déménagez ? N'oubliez pas de nous faire connaître vos nouvelles coordonnées !
- L'accompagnement-transport se maintiendra cet été et ce, même pendant les vacances de la construction, du 19 juillet au 1<sup>er</sup> août 2020.
- Si vous avez besoin d'information, si vous avez des questions à poser ou des suggestions à faire, appelez-nous au 819-362-6898.

Avec la déclaration de l'état d'urgence sanitaire du Ministre Legault, à la mi-mars, le Centre d'action bénévole de l'Érable (CABÉ) a dû procéder à des ajustements et des réorganisations. Même si certains services ont été interrompus, même si plusieurs activités ont été annulées et même si la majorité des membres (bénévoles) ont été confinés en raison de leur âge, le CABÉ a dû maintenir les services essentiels.

Avec des consignes différentes et des mesures de protection accrues, le service d'« accompagnement-transport » d'ordre médical a été maintenu.

Le service de « popote roulante » s'est également maintenu. Le nombre de livraisons a temporairement diminué mais le nombre de bénéficiaires et de mets préparés a augmenté. À titre indicatif, signalons qu'au mois de mai, c'est près de 700 repas qui auront été préparés et distribués.

De plus, un service d'« appels de bienveillance » a été mis en place. À l'heure actuelle, toutes les demandes de « pairage » ont été répondues et il demeure une liste de bénévoles disponibles en cas de nouvelles demandes.



À l'avant, Réjeanne Paquet, suivie de Serge Côté, à gauche et de Jocelyne Beaumont, toujours à gauche. À l'arrière, Céline St-Pierre et à droite, Kym Plourde.

En ce temps de crise, le Centre d'action bénévole a eu de l'aide de la part des citoyens de la MRC de l'Érable. Ces bénévoles temporaires sont venus nous prêter main forte soit pour la popote-roulante ou pour les appels de bienveillance. Nous les remercions chaleureusement.

- |                    |                     |
|--------------------|---------------------|
| ♥ Réjeanne Baril   | ♥ Kathleen Girard   |
| ♥ Alain Bédard     | ♥ Line Labrecque    |
| ♥ Émilie Bédard    | ♥ Florence Labrie   |
| ♥ Karine Bédard    | ♥ Sylvie Lapointe   |
| ♥ Patrick Bérubé   | ♥ Jany Lévesque     |
| ♥ Édith Bolduc     | ♥ Lyne Manningham   |
| ♥ Murielle Clément | ♥ Mélinda Morin     |
| ♥ Serge Côté       | ♥ Bruno Michaud     |
| ♥ Caroline Dubuc   | ♥ Kym Plourde       |
| ♥ Martine Faucher  | ♥ Nicole Provencher |
| ♥ Johanne Giguère  | ♥ Chantal Tardif    |

« Dans un monde où le temps s'enfuit à toute allure;  
 Dans un monde où l'argent impose sa culture;  
 Dans un monde où parfois, l'indifférence isole;  
 Les anges existent encore : ce sont les bénévoles! »

Source : CHAREST, Nicole, 2008



## Solution des mots croisés : horizontal

- |                            |                            |
|----------------------------|----------------------------|
| 1. CONFINER – LAVAGE       | 9. R – UN – TÊTE – HÈRE    |
| 2. OR – A – SALETÉ – ON    | 10. USINES – MINISTRE      |
| 3. R – ACHAT – VTT – V     | 11. SOLITUDE – E – L – E   |
| 4. O – PHASE – AÉRÉ – I    | 12. LEST – UN – V – DELÀ   |
| 5. N – OE – REMISES – E    | 13. NE – EE – TION – M     |
| 6. ARGENT – MONTÉ          | 14. I – J – M – SOLEIL – I |
| 7. VIE – EU – BI – E – API | 15. LÉGAUX – ÉCOLES        |
| 8. I – E – NUL – BEC – U   |                            |

### Le Journal des bénévoles

**Conception** : Marylène Leblond, secrétaire-réceptionniste.

**Mise en page** : Marylène Leblond, secrétaire-réceptionniste.

**MERCI** au Comité de bénévoles des envois postaux qui effectue la préparation pour la distribution.

# Mot Mystère

Thème : Pénitencier

Mot de 7 lettres

R	E	B	R	R	I	N	C	A	R	C	E	R	A	T	I	O	N
C	E	I	E	E	A	O	S	B	S	R	H	R	E	S	U	R	R
C	H	U	T	E	U	S	N	A	I	E	A	E	G	R	T	O	E
R	O	A	O	R	U	Q	O	N	R	S	C	N	M	A	I	E	C
N	M	E	T	R	O	V	S	N	P	E	O	N	C	I	L	T	I
E	O	E	S	I	A	S	I	I	E	L	T	O	E	O	N	N	D
T	E	I	R	S	M	P	R	R	R	I	V	S	S	T	N	E	I
I	S	S	T	I	R	E	P	E	B	A	D	I	I	A	N	M	V
V	P	E	N	I	T	E	N	C	I	A	I	R	E	S	S	E	I
I	U	E	V	E	N	E	I	T	L	C	R	P	A	A	E	N	S
T	E	E	T	I	F	U	R	N	O	I	N	M	L	G	E	R	T
P	R	G	B	I	E	E	P	N	N	M	E	E	P	R	N	E	E
A	G	L	A	R	L	R	D	E	R	O	E	L	T	L	N	T	R
C	E	E	X	P	I	A	T	I	O	N	S	S	U	I	A	N	E
O	P	I	L	R	M	S	N	N	R	E	O	I	U	L	N	I	S
U	A	A	E	N	O	U	E	E	O	R	E	R	R	E	L	E	E
P	C	U	E	P	P	I	C	R	P	C	C	O	U	P	S	E	P
E	G	R	R	E	L	E	G	A	T	I	O	N	O	C	E	L	C

<b>A</b>	Coups	Isolé	Pénible	Repris
Ailes	Courte		Pénitenciaire	Résister
Années	Coût	<b>L</b>	Pénitencier	Risquer
Avocat		Leçon	Peser	Rouer
	<b>D</b>	Libre	Place	Ruine
<b>B</b>	Défense	Lien	Plaie	
Bannir		Longs	Poste	<b>S</b>
Briser	<b>E</b>		Prisonnier	Salée
	Emprisonner	<b>M</b>	Prisons	Sentence
<b>C</b>	Errer	Mériter	Priver	Sortie
Captivité	Expiation		Prostré	Sursis
Cellule		<b>N</b>	Punir	
Cerné	<b>G</b>	Nouer	Punition	<b>T</b>
Châtiment	Gardien			Tenir
Chemin	Guérir	<b>P</b>	<b>R</b>	Tirer
Chute		Page	Rançon	
Condamner	<b>I</b>	Paix	Récidiviste	<b>V</b>
Contre	Incarcération	Pègre	Rélévation	Vaste
Coupé	internement	Pénalité	Renom	