



Photo prise par : Marylène Leblond

Les derniers flocons de l'hiver !



Pensées du mois

Mars

« Accepte ce qui est, laisse aller ce qui était, aie confiance en ce qui sera. »

Bouddha

Avril

« Le plus grand secret du bonheur, c'est d'être bien avec soi. »

B. Fontenelle

Mai

« Il faut toujours viser la lune car même en cas d'échec on atterrit dans les étoiles. »

Oscar Wilde



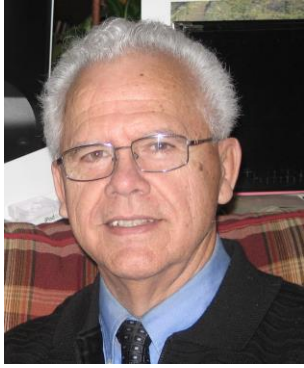
Chers membres,

Veuillez prendre note que nos bureaux seront fermés

- ☆ Vendredi le **10 avril 2020** pour le Vendredi saint.
- ☆ Lundi le **13 avril 2020** pour le Lundi de Pâques.
- ☆ Lundi le **18 mai 2020** pour la Fête des Patriotes.

Merci de votre compréhension!

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**

L'année financière 2019-2020 se termine bientôt. Pour le CABÉ, cette année a connu des hauts et des bas. Notre projet de développement dans chacune des municipalités de la MRC de l'Érable n'a pas réussi à prendre vraiment son envol. En effet, le Conseil d'administration voulait mettre sur pied des comités de bénévoles pour consolider la présence du CABÉ et, par le fait même, se rapprocher de la population. Le principal but de cette démarche est de briser l'isolement des personnes et donner plus d'accessibilité aux services disponibles. Ce projet permettrait également de découvrir de nouveaux bénévoles, des hommes et des femmes de cœur prêts à devenir les yeux et les oreilles du CABÉ dans leur milieu respectif. Des congés-maladies et le départ définitif de l'agente en communications et développement sont venus changer les priorités. Les membres du Conseil d'administration et la direction espèrent combler ce poste dans les prochaines semaines. Ils espèrent également que cette nouvelle « recrue » sera une personne fiable, dynamique, capable de convaincre et de relever des défis.

Nous comptons repartir à neuf avec nos projets de développement bientôt. Pour accroître ses chances de réussite, le CABÉ a besoin de vous. Vous avez des parents, des amis ou des connaissances fiables ? Si oui, je vous invite à vous faire un devoir d'effectuer une première démarche auprès d'eux en leur parlant des services et des avantages que le CABÉ peut rendre aux citoyennes et citoyens de la communauté, surtout les plus démunis et les plus isolés. S'ils sont intéressés, nous voulons les connaître, car c'est tous ensemble que nous pourrons, non seulement consolider le CABÉ et sa pérennité, mais aussi rejoindre plus de personnes dans le besoin qui, souvent, souffrent en silence.

À chaque semaine, j'apporte mon soutien au personnel et je prends, en accord avec le Conseil d'administration et en collaboration avec la direction, les décisions administratives qui semblent les meilleures et les plus équitables pour le fonctionnement interne du CABÉ, selon les responsabilités que chaque personne assume.

Je termine en vous invitant à participer en grand nombre à la soirée « Hommage aux bénévoles » qui se tiendra le 23 avril prochain. Le thème de cette année étant « Bénévolat, c'est chic », je trouve aussi qu'il serait « chic » de vous y rencontrer.

À l'approche du printemps 2020, j'ai le goût de vous parler de l'**espérance**. Je pense que c'est l'une de mes plus grandes et de mes plus fidèles amies. Et je crois que c'est également le cas pour chaque personne humaine. Des pertes de toutes sortes surviennent dans nos vies : perte d'un emploi, déménagement, maladie, divergences d'opinion, décès, ruptures, incompréhensions de toutes sortes. L'espérance, elle, est audacieuse, patiente, courageuse, tenace. Elle invite à se lever le matin, à aller de l'avant, à croire que de nouveaux défis ou projets nous attendent. Lorsque les larmes coulent de nos yeux, après une journée dure et éprouvante, l'espérance fait un clin d'œil en permettant à un enfant d'éclater de rire. C'est un moteur puissant qui nous donne la force de continuer à avancer.

L'espérance, c'est ce qui nous permet de nous souvenir des étoiles et des aurores boréales lorsque nous traversons une nuit noire et longue. L'espérance, c'est ce qui nous permet de voir en pensée un chêne majestueux, fort et droit, lorsque nous semons un gland. L'espérance, c'est ce qui nous fait croire en l'avenir de l'humanité lorsque nous mettons un enfant au monde. L'espérance, c'est ce qui nous inspire à faire le bien, contre vents et marées, avec la certitude que le monde deviendra meilleur.

Je crois que c'est pour cette raison que j'aime tant le printemps. C'est une saison d'éveil, de renouvellement, de force, de vigueur et de vie. Il m'offre la leçon des renoncements nécessaires en vue d'accéder une vie meilleure et renouvelée. Quand tout semble mort en hiver, que les arbres sont sans feuilles, dénudés et squelettiques, quand la neige envahit les champs, les routes et les toitures, quand la terre est inerte... je sais, moi, que le printemps est en route.

Le printemps donne raison à l'espérance !



Équipe du CABÉ :

Carmen Grenier
Directrice générale

Guyline Caron
Agente aux services
à la clientèle

Marie-Josée Gagné
Soutien occasionnel au
développement

Marylène Leblond
Secrétaire-
réceptionniste

Paula Vachon
Travailleuse de milieu



Dévoilement du thème de la Semaine de l'action bénévole 2020

La Fédération des Centres d'action bénévole du Québec (FCABQ) a dévoilé le thème de la semaine de l'action bénévole 2020 :

« *Bénévolat, c'est chic !* »

Par **chic**, on entend l'élégance des bénévoles parce que leurs gestes sont empreints de courtoisie et de bonté. **Chic** parce que les bénévoles sont gracieux en donnant sans rien attendre en retour. **Chic** dans le sens de généreux comme dans l'expression « Un chic type, une chic fille ». **Chic** en marquant le plaisir, la satisfaction que les bénévoles ressentent en posant leur geste de don de soi.

Chaque année, c'est pareil : il y a des nouvelles tendances et nous perdons un temps fou à trouver le style qui nous conviendrait le plus. Ne vous cassez plus la tête : bénévolat, c'est chic mur-à-mur et ça ne se démode jamais ! À chacun son style de bénévolat, telle est la force de l'action bénévole et de ses acteurs. À vous de trouver votre style !

Monsieur **Jean-Guy Piché** est l'animateur-chanteur de la « **Tournée du bonheur** ». Accompagné de ses musiciens et complices, il viendra présenter un spectacle de chants lors de la soirée « *Hommage aux bénévoles 2020* » qui aura lieu jeudi, le 23 avril prochain à l'Espace Sophia, à Sainte-Sophie-d'Halifax.

Il y a trente (30) ans que Monsieur Piché et « *La Tournée du bonheur* » ont commencé leurs spectacles. Les commentaires semblent unanimes : plaisir, charme, beauté, rires et **bonheur** sont au rendez-vous. Proche de son public, avec un répertoire de plus de 1 000 pièces musicales et sa capacité à s'adapter à différents groupes, « *La Tournée du bonheur* » sait divertir les spectateurs et les faire vibrer.

Vous pourrez vous procurer les billets au coût de 30\$ pour les membres et 35\$ pour les non-membres (organismes, partenaires et le groupe des « Amis du CABÉ »), à nos bureaux, au 1966, rue St-Calixte, Plessisville à partir du 16 mars 2020. Une invitation ainsi que tous les détails vous seront envoyés sous peu.

Pour toute information, veuillez communiquer au 819-362-6898.

Beignes aux patates

Temps de préparation	30 min
Temps de cuisson	15 min
Temps de réfrigération	1 heure
Portions	15 beignes et trous de beignes

INGRÉDIENTS

2 ½ tasses de farine tout usage non blanchie
1 c. à soupe de poudre à pâte
½ c. à thé de bicarbonate de soude
½ c. à thé de sel
2 œufs
1 tasse de sucre
2 c. à soupe de beurre non salé, fondu et tempéré
¾ tasse de purée de pommes de terre Russet nature, tiède
Graisse végétale ou huile de canola, pour la friture
1 tasse de sirop d'érable



Photo prise par : Marylène Leblond

INSTRUCTIONS

1. Dans un bol, mélanger la farine, la poudre à pâte, le bicarbonate et le sel. Réserver.
2. Dans un autre bol, fouetter au batteur électrique les œufs et le sucre environ 1 minute ou jusqu'à ce qu'ils soient mousseux. Ajouter le beurre, la purée et bien mélanger. Ajouter les ingrédients secs et mélanger jusqu'à ce que la pâte soit homogène. Former deux disques de pâte avec les mains. Couvrir d'une pellicule de plastique et réfrigérer 1 heure.
3. Préchauffer la graisse ou l'huile dans la friteuse à 190 °C (375 °F). Tapisser une plaque à biscuits de papier absorbant. Déposer une grille sur une autre plaque à biscuits. Verser le sirop d'érable dans un bol. Réserver.
4. Sur un plan de travail fariné, abaisser la pâte à une épaisseur de 8 à 10 mm (à ½ po). Découper les beignes à l'aide d'un emporte-pièce rond de 7,5 cm (3 po), puis découper les trous de beignes à l'aide d'un petit emporte-pièce rond de 2 cm (¾ po). Réutiliser les retailles. Laisser reposer 15 minutes à la température ambiante afin de permettre à la pâte de sécher légèrement et de former une belle croûte à la cuisson.
5. Déposer 3 ou 4 beignes à la fois dans la graisse végétale chaude, et cuire de 2 à 3 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés, en les retournant à mi-cuisson. Attention aux éclaboussures. Égoutter sur le papier et laisser tiédir 1 minute. Plonger ensuite les beignes, un par un, dans le sirop d'érable ou sucre à glacer ou autre. Égoutter sur la grille et laisser tiédir. Procéder de la même façon pour les trous de beigne (en les cuisant seulement 1 minute).
6. Servir les beignes tièdes à la température de la pièce, idéalement le jour même.

Source : www.ricardocuisine.com

Près de cent personnes sont venues fêter le temps des Fêtes avec l'équipe du Centre d'action bénévole de l'Érable, le 11 décembre dernier, au Motel le Phare de Plessisville. Un énorme merci au duo Gabrielle Gosselin et Tommy Guertin-Maheu pour les chansons et la musique. Nous tenons également à remercier le service de traiteur Josée Drolet pour le repas qui nous a été servi.

C'était votre journée et nous espérons que vous avez su en profiter à fond.

Au plaisir de vous retrouver l'an prochain !



Merci à nos **généreux** commanditaires !

Bijouterie Bellemare
Madame Francine Giguère
Garage Moderne GT
Madame Gabrielle Gosselin
IGA
Jardinerie Fortier
Maxi
McDonald's

Motel Le Phare
Pharmacie Jean Coutu
Pharmacie Proxim
Restaurant Café Rétro-Pop
Restaurant Subway
Rôtisserie Fusée
Vrac de choix

Les ateliers d'écriture



Photo prise par Marylène Leblond

De gauche à droite : Diane Bergeron, Angèle Bergeron, Claire Beaudoin, Essouma Long, Paula Vachon, Carmen Grenier, Bertrand Gentes, Sylvain Rondeau, Liliane Searles et Françoise Simoneau.

- ♥ Le 4 décembre dernier avait lieu le lancement du 2^e tome du livre « Au pays de l'imaginaire ».
- ♥ Recueils de textes (tome 1 et tome 2) en vente au CABÉ, au montant de 10.⁰⁰\$ l'unité.

Invitation au café-dessert du 6 mars 2020

C'est sous le thème « *Féministes de toutes nos forces* » que le Secteur Femmes de l'Érable invite la population à participer à l'activité qui vise à souligner la journée internationale des femmes (8 mars).

L'événement, à saveur environnementale, se tiendra au Motel Le Phare, à Plessisville, à compter de 13h30. Madame Alizée Cauchon présentera une conférence intitulée : « *Le meilleur déchet est celui qu'on ne produit pas* ».

Bienvenue à toutes... et à tous !

Bienvenue aux nouveaux membres !

- ♥ Claire Beaudoin, Plessisville
- ♥ Angèle Bergeron, Plessisville
- ♥ Manon Brochu, Plessisville
- ♥ Marie-Anne Brodeur, Princeville
- ♥ Danielle Bussièrès, Villeroy
- ♥ Maxime Jacques, Plessisville
- ♥ Ghislaine Mc Crae, Plessisville
- ♥ Hélène Pépin, Princeville
- ♥ Johanne Saucier, Plessisville

« 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

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 : Pauvreté

Mot de 6 lettres

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

A	Dépourvu	G	Manque	Pauvresse	T
Aider	Donner	Gêner	Mendicité	Pays	Tomber
Assistance	Durer	Gêner	Mendier	Privé	Toujours
Assister		Généreux	Meurt-de-faim	Purée	
Aumône	E	Gueux	Minable	Purotin	V
Autant	Encore		Misérable		Véritable
Avoir	Envier	H	Miséreux	R	Vivre
	Ennuis	Homme	Miteux	Raser	Voisin
B	Époux		Moine	Ravagé	
Besoin	Époque	I	Monde	Ravir	
Bonté	Étroit	Indigence	Montrer	Recevoir	
	Extrême	Inquiétude	Mouise	Revenu	
C				Ruiné	
Cabane	F	L	N	Rongé	
Charité	Famille	Lourd	Nécessiteux		S
	Fauché		Nièce	Secourir	
D	Femme	M		Sœur	
Dèche		Maison	P		
dedans		Manger	Panade		

Réponse du journal de décembre : Vêtements