

UNE SEMAINE BIEN REMPLIE !

Le Poivre et Sel est le moyen privilégié que la FAOÎPE a développé pour informer et divertir les 50 ans+ pendant la pandémie. Nous espérons que vous allez apprécier son contenu.

**Ça va bien aller !
La FAOÎPE**

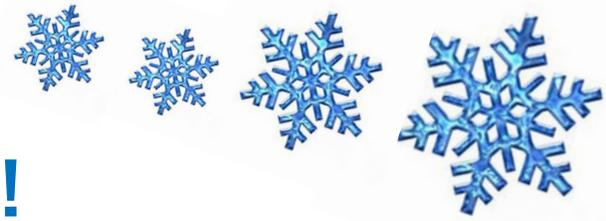
CETTE SEMAINE...

Mot du directeur	p.2
Chronique culturelle	p.3
COVID-19	p.4
FAAFC	p.5
Des nouvelles des CSC	p.6
Cette semaine	p.8
Cela se passait	p.11
Chronique Santé/Mieux-être	p.11
La vidéo de la semaine	p.12
Saviez-vous que ?	p.12
Dans votre assiette !	p.13
Mots croisés	p.14
Devenir membre	p.18

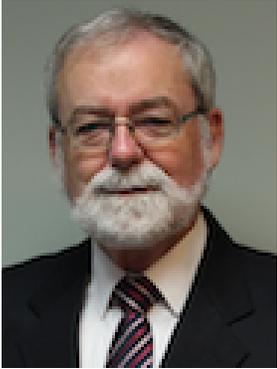
LA NOUVELLE RÉALITÉ, VA FALLOIR S'Y FAIRE !



Le Mot du Directeur



Une semaine bien remplie !



Le Jour des Insulaires, le Mardi-Gras, une tempête de neige, le Mercredi des Cendres et le début du Carême - tout cela cette semaine ! Ce fut une semaine axée sur le repos et les loisirs, les douceurs, la neige abondante, la réflexion et le recueillement. Plusieurs profitent de la période du Carême pour faire un jeûne, se priver de quelque chose comme l'alcool, les douceurs, une mauvaise habitude... D'autres en profitent pour donner aux plus démunis. Et d'autres, pour prier. Bref, ce sont les trois éléments clés du Carême : Jeûne, Aumône et Prière.

Dans l'édition du Poivre et Sel de cette semaine, nous vous présentons nos chroniques habituelles, celle de Georges sur Léah Maddix - La compositrice de chansons et la chronique de Santé /mieux-être de Denise - Comment classe-t-on les fromages ?

La situation actuelle de la pandémie de la Covid-19 dans la province est stable; il y a 114 cas au total tous reliés à des voyages. Il y a 2 cas actifs dans la province; aucune hospitalisation toutefois. La bulle atlantique est toujours suspendue pour une période indéfinie. La situation au Nouveau-Brunswick s'est améliorée; il y a 111 cas actifs. Dans les autres provinces atlantiques cette dernière semaine : 13 cas actifs en Nouvelle-Écosse; et 383 à Terre-Neuve-et-Labrador. Le nombre de cas actifs dans cette province est toujours élevé. La vaccination pour les aînés âgés de 80 ans et plus débutera le 22 février sur rendez-vous. Les aînés de 80 ans et plus sont invités à prendre rendez-vous par téléphone, au 1-844-975-3303.

Continuez à pratiquer la distanciation physique, les mesures d'hygiène recommandées par l'Agence de la santé publique, le port obligatoire du masque dans les endroits publics fermés et les transports en commun et réduire vos contacts non essentiels.

Ça va bien aller !
Claude Blaquière

EN PRIMEUR !

PÈRE EDDIE, BIENTÔT DE RETOUR COMME CHRONIQUEUR

Nous sommes très heureux de vous annoncer le retour prochain de Père Eddie Cormier, comme chroniqueur. Sa nouvelle chronique traitera de sujets forts intéressants sur le livre le plus lu dans la monde, la Bible. Père Eddie publiera sa première chronique sur la Bible dans notre prochaine édition du Poivre et Sel, soit le 26 février.





Léah Maddix, une femme amoureuse de la vie

Par Georges Arsenault

La composeuse de chansons

« C'est pas à cause que je suis smarte. Ça vient tout seul. C'est drôle. Pareil comme si j'étais douée, ça vient tout seul. J'ai pas besoin d'y penser. » C'est en ces mots que Léah Maddix, auteure d'au moins 18 chansons, expliquait son talent de « composeuse de chansons ». [...]

Il est intéressant de constater que les chansons de Léah ont été composées sur une période d'environ 65 ans. La première l'aurait été quand elle avait à peu près 20 ans, et la dernière à 85 ans. Ce qui frappe le plus, c'est qu'elle a eu surtout deux périodes de production, d'abord les années 1940, et ensuite de 1973 à 1984. Les chansons produites dans les années 1940 sont avant tout comiques, traitant de la vie et d'événements qui se sont produits à Saint-Gilbert, surtout la vie sociale de Léah et de ses grandes amies. La seconde période a produit principalement des chansons sérieuses. D'ailleurs, elle a composé à cette époque une complainte, et dans certaines autres chansons, on discerne une nostalgie du passé et une certaine appréhension de la vieillesse. [...]

Apparemment que la nuit porte conseil, car Léah m'a souvent dit qu'elle composait ses chansons le soir au lit, avant de s'endormir, ou quand elle souffrait d'insomnie. Les paroles lui venaient très facilement :

Toutes mes chansons venent de même. C'est pareil comme si ça venait tout seul. Je les compose quand je suis couchée, puis avant que je m'endorme je pense à des chansons. Je les compose, puis le matin, je les ai toutes. Oui, je les oublie pas, celles-là... des 12 versets, n'importe comment! Le lendemain matin, je sais tout ça de suite pareil comme je l'ai composée.

Elle disait à Jean Belliveau, journaliste de *La Voix acadienne*, que ça lui prenait de 20 à 25 minutes pour agencer une chanson.

Léah n'écrivait jamais ses chansons; elle se fiait entièrement à sa mémoire qui, d'ailleurs, lui faisait rarement défaut quand elle interprétait des compositions récentes. Mais, en revanche, il lui prenait plus de temps pour se remémorer tous les couplets d'une plus vieille chanson, et souvent quelques couplets lui échappaient complètement.

Comment s'y prenait-elle pour composer? Son sujet choisi, elle se trouvait d'abord une mélodie qui lui servait de support. Avec cet air à l'esprit, elle enchaînait les vers qu'elle rimait au fur et à mesure. Elle choisissait dans son vaste répertoire de chansons une mélodie très simple et ordinairement bien connue. [...]

Léah s'est même aventurée à composer une mélodie de toutes pièces pour la chanson qu'elle a intitulée *Marche par sus Jos*. Et quelle aventure! La composition de la mélodie ne lui a pas posé de problème; c'est plutôt la suite qui s'est avérée difficile. [...] Léah m'a raconté qu'elle a dû fredonner son air pendant une journée entière pour bien la mémoriser. C'était selon elle beaucoup trop de travail; elle s'est donc contentée par la suite d'emprunter des airs tout faits comme elle le faisait auparavant.

(Extrait du livre *Par un dimanche au soir. Léah Maddix, chanteuse et conteuse acadienne*, publié en 1993).

Léah, en 1980, interprétant une complainte qu'elle avait composée.



Tout ce que vous devez savoir au sujet de la COVID-19 en français!



Consultez le document suivant pour la mise à jour de la COVID-19 au Canada:

<https://sante-infobase.canada.ca/src/data/covidLive/Resume-epidemiologique-des-cas-de-COVID-19-au-Canada.pdf?fbclid=IwAR2aX8UxOe5E73BATAVEBWnax7XIWZqVoikwZsirKDOT1R1yB2w33oGekE8>

Ce qu'il faut savoir sur la "bulle atlantique" (anglais seulement) ::

<https://www.princeedwardisland.ca/fr/information/sante-et-mieux-etre/atlantic-provinces-travel-bubble>

Portail de la COVID-19 géré par la Société de l'Acadie du N.-B:

<https://www.faitscovid19.ca/>

La COVID-19 dans les provinces atlantiques:

<https://ici.radio-canada.ca/dossier/1005704/covid19atlantique>



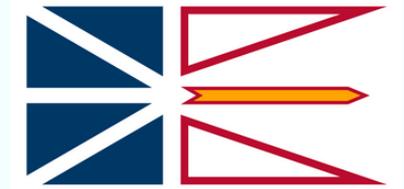
de cas: 114
de décès: 0
de rétablis: 112
de cas actifs: 2



de cas: 1 411
de décès: 24
de rétablis: 1275
de cas actifs: 111



de cas: 1 602
de décès: 65
de rétablis: 1 524
de cas actifs: 13



de cas: 803
de décès: 4
de rétablis: 416
de cas actifs: 383

Cliquez sur les drapeaux pour visiter les sites web des provinces Atlantiques!



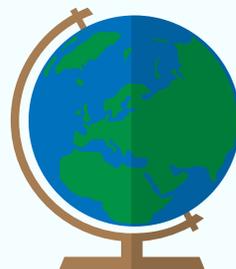
de cas: 837 501
de décès: 21 498
de rétablis: 783 416
de cas actifs: 32 587

La COVID-19 dans le monde:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019> (anglais)

<https://www.who.int/fr/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

<https://coronavirus.jhu.edu/map.html>



de cas: 110 300 941
de décès: 2 441 587
de rétablis: 62 107 139
de cas actifs: 45 752 215

Message et ressources de la Fédération des aînés et aînées

Francophones du Canada

Impossible d'ignorer cette période d'instabilité qui vient modifier nos vies. Toutefois, la FAAFC est un grand réseau et bien que nous soyons séparés isolés dans nos résidences ou dans nos milieux de travail nous pouvons continuer à répondre aux besoins des aînés via le monde numérique. Servons-nous de notre réseau et tous ensemble, avançons. Le Web nous permet de rester connecté les uns avec les autres, profitons de cette occasion pour continuer d'apprendre de nouvelles choses les uns des autres!

Sondage sur le bénévolat

La Fédération des aînées et aînés francophones du Canada initie un questionnaire dans le but de recueillir de l'information quant à l'intérêt, les attentes et les besoins des bénévoles dans les communautés francophones du pays. Cette enquête est réalisée dans le cadre du projet « Bénévolat en appui aux communautés francophones », financé par le ministère du patrimoine canadien et s'adresse aux moins de 50 ans, aux retraités et aux aînés d'une communauté francophone du Canada. N'hésitez pas à partager ce sondage. [Sondage sur l'engagement bénévole \(mailchi.mp\)](#)

ENTRE LES BRANCHES

BULLETIN DE LA FÉDÉRATION DES AÎNÉES ET AÎNÉS
FRANCOPHONES DU CANADA

Cliquez sur la l'arbre pour visionner l'article



Ressources santé et aide aux personnes aînées...

Liste des ressources compilées par la FAAFC

<http://faafc.ca/2-pages-site/1243-coronavirus-les-habitudes-a-prendre-et-ressources>

Cliquez sur le lien suivant pour consulter le contenu lié à la COVID-19 disponible sur le portail sur le vieillissement optimal de l'université McMaster

<https://www.mcmastervieillissementoptimal.org/covid-19>

La plateforme Espace mieux-être Canada qui fournit des outils et des ressources qui touche le bien-être physique et mental des Canadiens.

<https://ca.portal.gs/?lang=fr-ca>

MOVE 50 + une plateforme d'exercices et d'articles d'informations santé spécialement conçus pour les besoins des 50 ans et +.

<http://move50plus.ca/?fbclid=IwAR354J94-4zkdBdEwNNAPHgJr3Uoz4eR6Pq7THfn5Ono3TDFE8yLL8zL6yU>

Découvrez le site web du 300e de l'arrivée des premiers Français et Acadiens à l'Île:

<https://www.acadie300ipe.ca/>

Le GO pour bouger - Programme d'exercices pour aînés:

<https://santemontreal.qc.ca/population/conseils-et-prevention/activite-physique-pour-les-aines/#c38831>

L'Amérique francophone:

<https://francophoniedesamericques.com/zone-franco/la-francophonie-des-ameriques/amerique-du-nord/canada/acadie>

Le coin des Conseils scolaire-communautaire

LES CSC - AU SERVICE DES 50+



Suivez les pages Facebook des Conseil-scolaire communautaire des régions francophones à l'île pour avoir accès à une série d'ateliers et spectacles en ligne et pour avoir accès au bulletin communautaire.



Prince-Ouest:

<https://www.facebook.com/centreacadien.deprinceouest/>



Rollo Bay:

<https://www.facebook.com/PavillonDeLest/>



Évangéline:

<https://www.facebook.com/CSCEVANGELINE/>
Vous pouvez visionner le bulletin communautaire sur la page Facebook du CSCÉ



Rustico:

<https://www.facebook.com/consailacadienrustico/>



Summerside:

<https://www.facebook.com/LaBelleAllianceSummerside/>



Charlottetown:

<https://www.facebook.com/carrefourIPE/>



Suivez la page Facebook des FAOÎPE:

https://www.facebook.com/Association-des-francophones-de-l%C3%A2ge-dor-de-l%C3%8EPE-112927457096672/?modal=admin_todo_tour



LA VOIX
ACADIENNE
Votre journal francophone
de l'Île-du-Prince-Édouard

Abonnez-vous à la version
papier et/ou électronique
de votre journal :
902-436-6005

www.lavoixacadienne.com



Sondage d'intérêt pour un service de

REPAS ROULANTS

(meals on wheels)

dans la RÉGION ÉVANGÉLINE!



*Si vous, ou quelqu'un vous connaissez,
êtes intéressés de recevoir le service de
repas à la maison, communiquez avec nous!*

*Nous sommes aussi à la recherche de
bénévoles pour offrir le service de livraison.*

**Pour ajouter votre nom ou le nom à quelqu'un
à une de ces listes, communiquez avec Annette au
Conseil scolaire-communautaire Évangéline à
reception@cscevangeline.ca ou à
902-854-2166 poste #2
avant le 26 février.**

*Notez que ces informations serviront à évaluer le besoin
pour ce service dans la communauté.*

...**CETTE SEMAINE**

Cliquez sur les photos pour lire les articles

Les origines du carême avec l'historien Daniel Turcotte



Que manger à Mardi-Gras ?

Ce que l'on mange en France lors du Mardi-Gras



...CETTE SEMAINE

**Vaccination pour les 80 ans et plus:
Prenez rendez-vous par téléphone au 1-844-975-3303**



Les aînés de la résidence Le Chez-Nous déménagent ENFIN ! Ils quittent le Mill River Resort pour la résidence Andrews Lodge, à Summerside.

Une aile spécifique de la résidence leur a été désignée. Les employés bilingues du Chez-Nous y travailleront.

Les résidents du Chez-Nous reçoivent des valentins ...

Don d'Eva, fille de Denise Caissie, petit coeur en chocolat et carte de Saint-Valentin faite à la main.
Merci Eva et Paul



Il y a de l'**L'AMOUR**
dans l'air !





Les **Rendez-vous** de la
Francophonie
Du 1^{er} au 31 mars



Participez à
nos **concours**
dès maintenant
au rvf.ca >

Les Francophones de l'Âge d'Or sont heureux de vous convier à

FÊTER LA MI-CARÊME

en ACADIE, au coeur de mon pays!

LE SAMEDI 13 MARS À 10H

VILLAGE MUSICAL ACADIEN À ABRAM-VILLAGE

- 10h00 : Inscription, pause-café et parade de costumes
- 10h30 : Activité sociale (Quiz sur l'Acadie de l'Île-du-Prince-Édouard)
- 11h00 : Conférence - Première partie - La Chandeleur et le Mardi-Gras
- 11h45 : Dîner - Variété acadienne (râpure, fricot, pâté et blé d'inde lessivé)
- 13h00 : Activité sociale (bingo acadien)
- 13h30 : Conférence - 2e partie - La Mi-Carême
- 14h15 : Mot de la fin

Tirages pour le meilleur costume et prix de présence



Le coût de l'activité est de 8 \$ pour les membres de la FAOÏPE.

Un maximum de 100 personnes est permis selon les protocoles sanitaires de la Covid-19 du Village musical acadien.

Masque obligatoire.

Confirmez votre présence avant le mardi 2 mars.

Par courriel: assocfoipe@gmail.com

Par téléphone: 902.854.2166 extension 2 - Annette Richard



Cela se passait...en février 2015

Un tunnel dans la neige à l'Île-du-Prince-Édouard fait sensation



Cliquez sur la photo pour visionner l'article



Chronique Santé/mieux-être

Par Denise Bourdon



Comment classe-t-on les fromages?

On classe généralement les fromages selon les propriétés de leur pâte. On compte cinq grandes catégories. Voici quelques exemples :

- *pâte molle : camembert, brie
- *pâte semi-ferme : Oka, Saint-Paulin, gouda
- *pâte ferme : gruyère, parmesan
- *pâte persillée : Roquefort et les fromages bleus
- *pâte fraîche : ricotta, cottage



LA VIDÉO DE LA SEMAINE

YOGA

sur chaises

en reprise

Cliquez sur la photo pour visionner l'activité



Saviez-Vous que... ? ? ? ?



Cliquez sur la photo pour visionner l'article

Le gouvernement provincial de l'Île-du-Prince-Édouard a lancé la fête des insulaires en 2009. Elle s'est tenue pour la première fois le deuxième lundi de février 2009, plutôt que le troisième lundi, comme dans les autres provinces. Cette incongruité a suscité beaucoup de controverse, car les entreprises ont souffert du décalage avec leurs partenaires dans d'autres provinces, ainsi qu'aux États-Unis, qui célèbrent la Journée des présidents le troisième lundi de février. En avril 2009, le jour férié fut reporté au troisième lundi du mois de février.

Dans votre assiette !

Cliquez sur les photos pour visionner l'article

Pourquoi mange-t-on des crêpes et beignets au Mardi-Gras ?



Les habitudes culinaires des Canadiens n'ont pas beaucoup changé durant la pandémie !





HORIZONTALLEMENT

1	2	3	4	5		6	7	8	9	10	
11						12					13
14					15				16		
17					18			19			
20			21	22			23				
		24				25					
26	27						28		29		
	30			31							
32			33				34	35		36	
37						38					
39							40				
41						42					

20 Le premier prix

21 Lettre grecque

23 Mauvaise odeur

24 Il nous fait ouvrir la
bouche

26 Usure lente

28 A deux mors

30 Titre abrégé

31 Parier

32 Se reproduit par des
oeufs

34 Fait depuis peu

37 Se dit d'un code

38 Guerrier brutal

39 Très fort (À ...)

40 Habitation

41 Déambules

42 Déteste

VERTICALEMENT

1 Chicorée

2 Presser

3 Vaste jardin
d'agrément

4 Révoltes

5 Poulie

6 Se dit au téléphone

7 Enjoués

8 Centimètre

9 Filet à poche et à
manche pour pêcher
la crevette

10 Bide

13 Entre deux roues

15 Grand tamis

19 Qualité d'inventeur

22 Bestiales

24 Exercer sa
suprématie

25 Placée

27 Il est dans la lune

29 Étourdir

32 Prend parti

33 Macaroni

35 Tête de rocher

AVEZ-VOUS DU TEMPS À DONNER À UNE PERSONNE EN BESOIN DE COMPAGNIE?

Le plus beau cadeau que
vous pouvez offrir est votre
temps, votre bonne humeur
et votre sourire !

ÊTES-VOUS DÉJÀ UNE PERSONNE AIDANTE?

Nous sommes là pour vous
soutenir!

CONTACTEZ-NOUS POUR EN SAVOIR PLUS !

Coordonnatrice des FAOÎPE
902-854-2166 - Annette Richard
assocfaoipe@gmail.com





1	S	2	U	3	P	4	E	5	R	6	M	7	A	8	R	9	C	10	H	E	
11	C	R	A	M	E			12	L	I	M	A	C	E	13						
14	A	G	R	E	A	15	B	L	E		16	V	H	S							
17	R	E	C	U		18	L	O	U	19	P	E	E	S							
20	O	R		21	T	22	A	U		23	R	A	N	C	I						
	L		24	D	E	N	T	I	S	T	E										
26	E	27	R	O	S	I	O	N		28	E	T	A	U							
		30	E	M		31	M	I	S	E	R		H								
32	O	V	I	33	P	A	R	E		34	N	E	U	F	36						
37	P	E	N	A	L			38	R	E	I	T	R	E							
39	T	U	E	T	E	T	E			40	T	O	I	T							
41	E	R	R	E	S			42	E	X	E	C	R	E							

Pensée de la semaine...



Au Mardi-Gras

Au Mardi gras, l'hiver s'en va.
Mardi gras sous la pluie, l'hiver
s'enfuit.

Si le soleil est là pour Mardi gras, il
reparaîtra tout le Carême.



À VOUS LA PAROLE!

Cette section s'adresse à vous, chers lecteurs et lectrices assidus du Poivre et sel, le bulletin d'information de la FAOÏPE. Nous aimerions connaître vos suggestions de contenu à mettre dans le Poivre et sel. Y-a-t-il des choses que vous pensez qui pourraient être mises dans notre bulletin. Si oui, veuillez bien envoyer vos suggestions ou commentaires à notre adjointe administrative, Annette Richard, au courriel suivant: assocfaoipe@gmail.com ou par téléphone au 902.854.2166, poste 2. Nous ferons tout en notre mesure pour voir au suivi de vos suggestions et commentaires, et de les insérer dans le bulletin, au besoin.

Bonne semaine à toutes et à tous et à la semaine prochaine!

La FAOÏPE



Financé en partie par le gouvernement du
Canada par le biais du Programme de
partenariats pour le développement social

Canada





CONTACTEZ-NOUS

LE CA DES FAOÏPE

Claude Blaquière - Directeur
claude2.blaquiere@gmail.com
902-854-3256

Arthur Buote - Rustico
arthur2129@hotmail.ca
902-314-6277

Patricia Perry - Vice-présidente/
présidente par intérim
pat2perry@eastlink.ca
902-854-2666

Zelma Arsenault - S'side-Miscouche
zelmaarsenault@eastlink.ca
902-436-6846

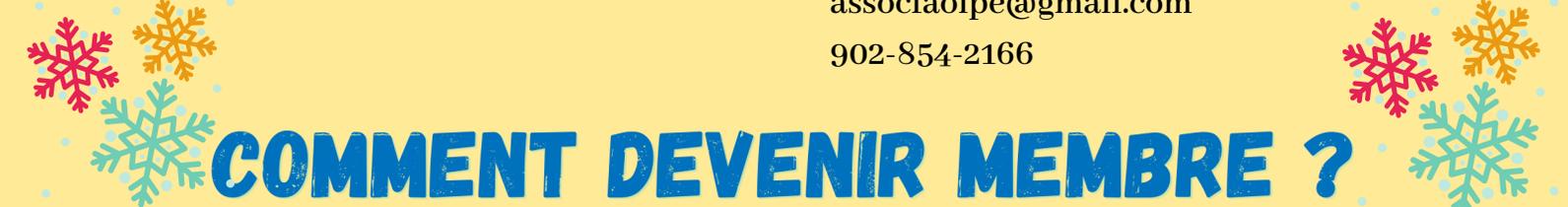
Viola Arsenault -
Secrétaire/Trésorier
violaa@bellaliant.net
902-854-2226

Alméda Thibodeau - Prince-Ouest
acadienne2011@hotmail.com
902-853-3999

Donna Lavoie - Charlottetown
donnalavoie@live.ca
902-892-7125

Annette Gallant - Évangéline
annettegallant46@gmail.com
(902)786-1882

Annette Richard - Coordonnatrice
assocfaoipe@gmail.com
902-854-2166



COMMENT DEVENIR MEMBRE ?

Les Acadiens, Acadiennes, francophones et francophiles âgés de 50 ans et plus, qui désirent participer aux activités de l'association, peuvent devenir membres à vie en payant la cotisation de \$15.

