



Bulletin des Francophones de l'Âge
d'or de l'Île-du-Prince-Édouard

Édition du 31 décembre 2021

LE POIVRE ET SEL

Le Jour de l'An

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 !

Cette Édition:

Mot du président -----	p.2
L'année 2021 en images : FAOÎPE -----	p.3
L'année 2021 en images : COVID-19 -----	p.4
L'année 2021 en images : Atlantique -----	p.5
L'année 2021 en image : Canada et monde -	p.6
Le coin de la Bible -----	p.7
COVID-19 -----	p.8
FAAFC - Entre les branches -----	p.9
Le coin des CSC -----	p.10
En ce mois de décembre -----	p.11
Cela se passait... -----	p.12
Info : Ma santé -----	p.12
La vidéo du mois -----	p.13
Saviez-vous que ? -----	p.13
Mots croisés -----	p.14
Dans votre assiette ! -----	p.15
Porte-bonheur -----	p.16
Réponse des Mots croisés -----	p.17
Un jour, une pensée -----	p.18
Contactez-nous -----	p.19



Le Mot du président



Bonne et heureuse année 2022 !

Au nom du Conseil d'administration des FAOIBE, je vous souhaite une très bonne et heureuse année 2022. Qu'elle soit remplie de bonheur, santé, espoir et résilience. L'année 2021 s'est déroulée sous le signe de la pandémie pour une deuxième année de suite. À la différence près, la vaccination massive, avec celle des 5 à 11 ans en fin d'année, a contribué à en limiter les effets néfastes. Toutefois, la nouvelle année s'annonce plus difficile en raison de l'augmentation des cas et de l'arrivée du nouveau variant Omicron. Réduisons nos contacts et pratiquons les mesures sanitaires en place.

Cette édition met l'accent sur ce qui est survenu au cours de l'année 2021, année marquée par la pandémie, les changements climatiques et les élections. Plusieurs changements sont décrits dans les sections - L'année 2021 en images (pages 3, 4, 5 et 6). L'année s'est terminée sur une bonne note avec le dîner traditionnel de Noël des FAOIBE au début décembre, tout juste avant l'augmentation des cas. Plus de 60 personnes ont festoyé autour d'un bon repas tout en s'informant sur la bonne nutrition avec la diététiste Melissa Arsenault et se divertissant avec des activités récréatives fort plaisantes sur le thème de Noël. Au niveau des chroniques, nous avons eu celles de Georges Arsenault, de Père Eddie et de Karen Langevin. La chronique de Père Eddie - Le coin de la bible - en est à sa dernière parution. Nous tenons à remercier sincèrement Père Eddie pour ses 15 chroniques qui nous ont fait approfondir la bible. Un gros merci également à Georges Arsenault et Karen Langevin pour leurs chroniques. Karen nous revient au cours de l'année 2022 avec de nouvelles chroniques sur la santé/mieux-être.

La situation de la pandémie dans les provinces de l'Atlantique est la suivante : à l'Île, il y a 1191 cas depuis le début de la pandémie, dont 680 cas actifs; des augmentations de 811 et 650 par rapport au mois dernier. Au Nouveau-Brunswick, il y a 13 590 cas, dont 2840 cas actifs; des augmentations de 5179 et 2164. En Nouvelle-Écosse, il y a 10 124 cas et 5106 cas actifs; des augmentations de 1802 et 4903. Et, à Terre-Neuve-et-Labrador, le nombre de cas est de 3727, dont 1428 cas actifs; une augmentation de 1668 et 1406. La vaccination (<https://www.princeedwardisland.ca/fr/information/sante-et-mieux-etre/vaccination-contre-covid-19-donnees>) des 5 ans et plus pleinement vaccinée est de 85.1% et de 90.5%, partiellement vaccinée. La vaccination des enfants de 5 à 11 ans est de 41.9%. La 3e dose est maintenant disponible pour les personnes âgées de 60 ans et plus. Vous pouvez prendre un rendez-vous, par téléphone, au 1-844-975-3303. Le passeport vaccinal sous forme de code QR est disponible en le téléchargeant au <https://www.princeedwardisland.ca/en/topic/pei-vax-pass-program>

Continuez à respecter les mesures d'hygiène recommandées par l'Agence de la santé publique. On va passer au travers de cette pandémie !

Ça va bien aller !
Claude Blaquière

À VENIR !

LE POIVRE ET SEL

Le 4 février 2022

ATTENTION !

Bonne et heureuse année 2022 !

Le Conseil d'administration des FAOIBE vous
souhaite une très bonne et heureuse année 2022 !

L'année 2021 en images chez les



Poivre et Sel



Acadiennes



Porte-bonheur



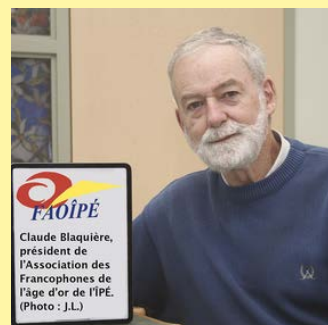
Porte-bonheur



Revitalisation



Élections



Impact - Aînés

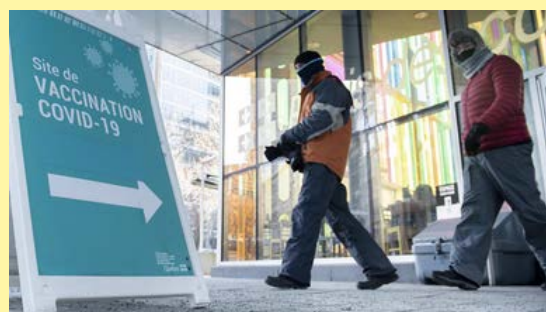


Dîner de Noël

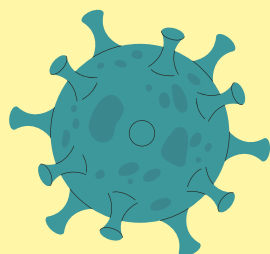


Cliquez sur les photos pour voir les liens correspondants

L'année 2021 en images



On a comparé la gestion de cette crise sanitaire au fait d'être aux commandes d'un avion. Quiconque a vraiment piloté sait qu'on corrige constamment nos trajectoires selon les conditions réelles.



Cliquez sur les photos pour voir les liens correspondants

L'année 2021 en images en Atlantique

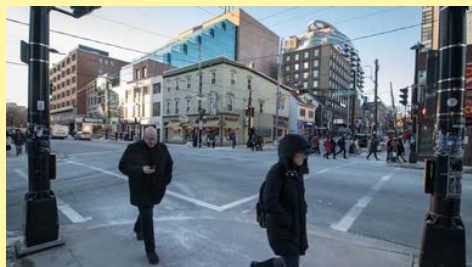
Les personnalités de l'année



10 rayons de soleil



1 million d'habitants en Nouvelle - Écosse



Bluenose



La Voix Acadienne



La scène politique



Les 10 nouvelles les plus lues



Cliquez sur les photos pour voir les liens correspondants

L'ANNÉE 2021 EN IMAGES AU CANADA ET DANS LE MONDE

Technologie



Sports



Réconciliation



Les disparus



Changements climatiques



Invasion du Capitole



Bye bye 2021



Festivités veille Jour de l'an



Cliquez sur les photos pour voir les liens correspondants

À quoi s'attendre en 2022 au Canada et dans le monde



Cliquez sur les photos pour voir les liens correspondants

"LE COIN DE LA BIBLE"

No. 15 - Dieu est un Dieu libérateur.

Plusieurs centaines d'années après la venue d'Israël et son clan (Les Hébreux) en Egypte, le pharaon et le peuple égyptien ont oublié la présence de Joseph dans leur pays. Les Hébreux sont devenus esclaves. Arrive Moïse que ressent l'appel de Dieu pour libérer son peuple. Ainsi, après de multiples demandes au Pharaon pour la permission de sortir du pays, après les 10 plaies d'Egypte, le peuple fini par partir vers le désert Sinaï, pour sortir de l'esclavage.

Le passage de la mer rouge est bien connu: C'est Dieu qui de sa main puissante aide ces Hébreux à faire ce passage:

"Moïse étendit sa main sur la mer. Yahvé refoula la mer toute la nuit par un fort vent d'est et il la mit à sec." Gn ch. 14, v. 21

Ainsi les Israélites reconnurent que Dieu était de leur bord, un Dieu libérateur, qui amène son peuple de l'esclavage à la liberté.



Père Eddie Cormier

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>

Plan provincial de réouverture en 5 étapes:

<https://www.princeedwardisland.ca/fr/information/sante-et-mieux-etre/aller-lavant-2021>

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 - En date du 30 décembre 2021

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

<https://sante-infobase.canada.ca/covid-19/couverture-vaccinale/>

<https://www.princeedwardisland.ca/fr/information/sante-et-mieux-etre/vaccination-contre-covid-19-donnees>



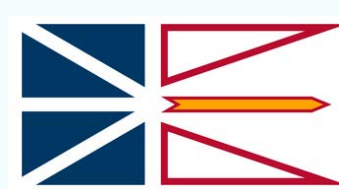
de cas: 1 191
de décès: 0
de rétablis: 511
de cas actifs: 680



de cas: 13 590
de décès: 159
de rétablis: 10 589
de cas actifs: 2 840

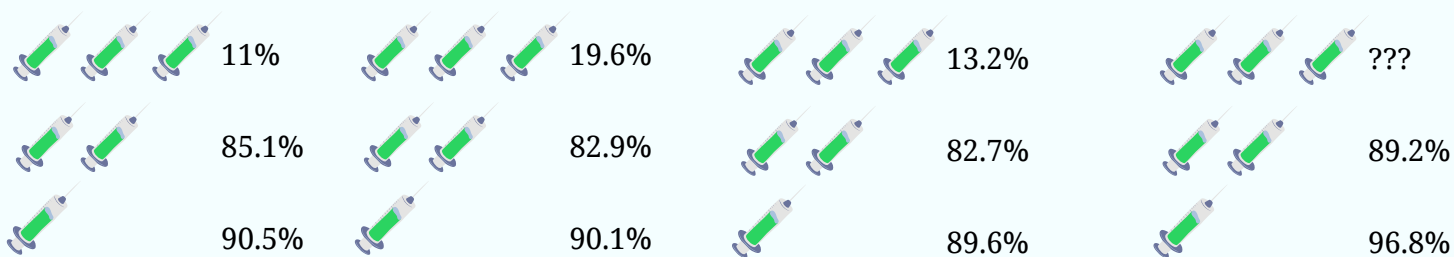


de cas: 10 124
de décès: 111
de rétablis: 3 105
de cas actifs: 5 106

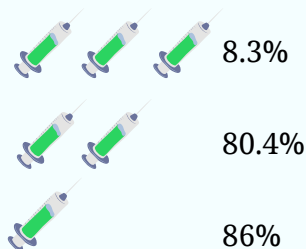


de cas: 3 727
de décès: 18
de rétablis: 2 271
de cas actifs: 1 428

Taux de vaccination 5 ans+



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



de cas: 2 142 310
de décès: 30 280
de rétablis: 1 878 245
de cas actifs: 233 785



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: 287 035 172
de décès: 5 449 003
de rétablis: 253 373 111
de cas actifs: 28 213 058





ENTRE LES BRANCHES

BULLETIN DE LA FÉDÉRATION DES
AÎNÉES ET AÎNÉS FRANCOPHONES DU CANADA



*Cliquez sur la l'arbre pour
visionner le bulletin du mois
de décembre*

Ressources santé et aide aux personnes aînées...

Boîte à outils COVID-19 pour
les 50 ans et plus



Entre grands-mères et petits-enfants, une
connexion particulière prouvée
scientifiquement



GUIDE DE L'AIDANT
NATUREL



Trucs et astuces pour la santé
mentale - Aînées



Un guide pour outiller les aînés face
à l'intimidation



Pourquoi les petits-enfants «réveillent»
le cerveau des grands-parents

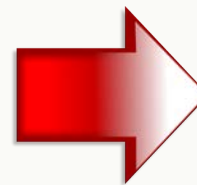


AUTRES LIENS INTÉRESSANTS...



Connect Aînés
<https://connectaines.ca/index.php>

FrancSavoir
<https://francsavoir.ca/>



Programmation du mois de
décembre
<https://mailchi.mp/b91869f477f7/francsavoir-programmation-decembre?e=24ecc8b186>

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>

Le coin des Conseils scolaires-communautaires

LES CSC - AU SERVICE DES 50+



Suivez les pages Facebook des Conseils scolaires-communautaires 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.

Cliquez sur les logos pour voir les pages Facebook



Prince-Ouest



Rollo Bay



Évangéline



Rustico



Summerside



Charlottetown



Suivez la page Facebook des FAOÎPÉ!

En ce mois de décembre À l'Î.-P.-É., en Atlantique et ailleurs

Cliquez sur les photos pour lire les articles

DÉCEMBRE 2021

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
28	29	30	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 	1

© BlankCalendarPages.com

Cela se passait... il y a 33 ans

Mes Noëls en Acadie - Spécial de Noël d'Angèle Arsenault



Cliquez sur la photo pour visionner la vidéo



INFO : MA SANTÉ

Préparé par Karen Langevin

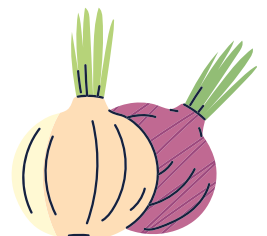


Variez votre alimentation

Les besoins en nutriments changent au fil du temps. Par exemple, les aînés ont besoin de moins de calories, mais de plus de vitamines et de minéraux. Une alimentation variée contribuera à rendre vos repas aussi intéressants qu'appétissants et vous fournira tous les nutriments dont vous avez besoin.

Pour obtenir de judicieux conseils et trouver des idées qui vous aideront à bien manger dans le plaisir et la simplicité, consultez le Guide vers une saine alimentation pour les adultes âgés.

<https://www.unlockfood.ca/fr/Articles/Alimentation-des-aines/Guide-vers-une-saine-alimentation-pour-les-adultes.aspx?aliaspath=%2fen%2fArticles%2fSeniors-nutrition%2fA-Guide-to-Healthy-Eating-for-Older-Adults>



LES VIDÉOS DU MOIS

Bricolage automne / hiver avec
Lynn Gaudet



Musique avec Paul D. Gallant

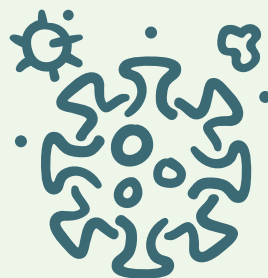


Cliquez sur les photos pour visionner les vidéos

Saviez-Vous Que...?

Le Canada a franchi le cap symbolique des deux millions de cas de
COVID-19
le 26 décembre 2021.

Cela signifie qu'environ un Canadien sur 19 a contracté le virus et
plus de 30 000 d'entre eux en sont décédés.





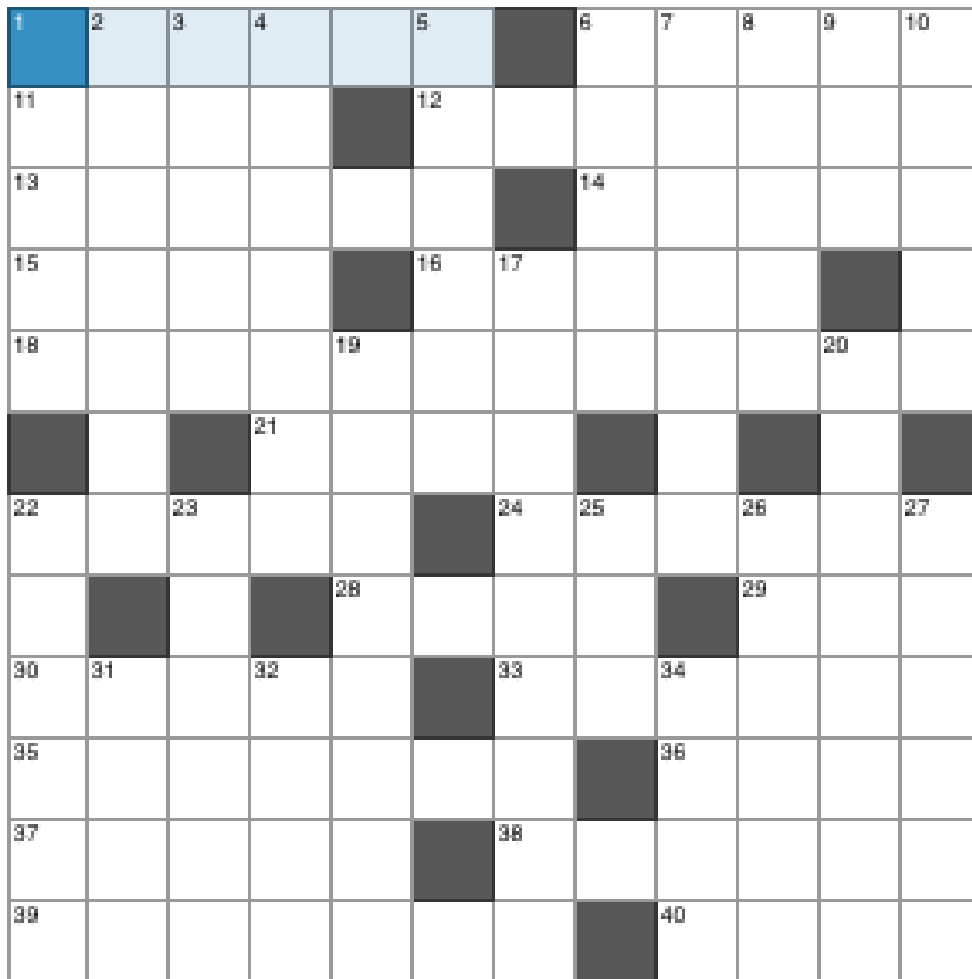
MOTS CROISÉS

Cliquez sur la grille pour remplir les mots croisés sur le site en ligne d'Acadie nouvelle

Voir la réponse plus loin

du 29 décembre

VERTICALEMENT



- 1 Noble indien.
- 2 Champignon.
- 3 Gros ventre.
- 4 En dedans.
- 5 Tord du linge.
- 6 Résine psychotrope.
- 7 Pas divisible par deux.
- 8 Fins de jours.
- 9 Indique que l'on cite.
- 10 Décollage.
- 17 Personne qui écrit.
- 19 En outre (Par ...).
- 20 Renseigner.
- 22 (A) contrecoeur.
- 23 Torride.
- 25 Capitula à Appomattox.
- 26 Idiot.
- 27 Ouverte.
- 31 Rongeur hibernant.
- 32 Solutions.
- 34 Dignitaire ottoman.

HORIZONTALEMENT

- 1 Fulgurant.
- 6 Dresse avec effort.
- 11 Sauf-conduit.
- 12 Jumeaux.
- 13 Parties de roues.
- 14 Grandes lavandes.
- 15 Poignée.
- 16 Statuette d'Hollywood.
- 18 Soumettre à un certain ordre.
- 21 Contester.
- 22 Conservation illégale.
- 24 Relative à l'iléon.
- 28 Boit avec la langue.
- 29 Grade universitaire.
- 30 Couvert de sucre.
- 33 Entassement de déblais stériles près d'une mine.
- 35 Femme dépravée.
- 36 Circule à Cannes.
- 37 Canard marin.
- 38 Courants.
- 39 Entrelacer.
- 40 Se disait au roi.

Dans votre assiette !

Cliquez sur les photos pour visionner la recette

Cuisses de poulet aux canneberges et au vinaigre balsamique



Biscuits miroirs





NOUS RECHERCHONS DES PROCHES AIDANTS ET DES BÉNÉVOLES PORTE-BONHEURS !

ÊTES-VOUS DÉJÀ UNE PERSONNE AIDANTE ?

Nous voulons vous soutenir !

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

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

**CONTACTEZ NOUS POUR
EN SAVOIR PLUS**

Coordinatrice du projet Porte-Bonheurs

Maryne FLOCH--LE GOFF

(902).786.0057 / maryne@afipe.ca



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

Canada



MOTS
CROISÉS

La réponse aux mots croisés

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10							
R	A	P	I	D	E	H	I	S	S	E						
11	A	M	A	N	12	S	I	A	M	O	I	S				
13	J	A	N	T	E	S	14	S	P	I	C	S				
15	A	N	S	E	16	O	17	S	C	A	R	18	O			
18	H	I	E	R	19	A	R	C	H	I	S	20	E	R		
	T		21	N	I	E	R		R		C					
22	R	23	E	C	E	L		24	I	L	E	26	A	L	27	E
E		H		28	L	A	P	E		29	B	A	C			
30	31	G	L	A	C	E		33	T	E	R	R	I	L		
35	R	O	U	L	U	R	E		36	E	U	R	O			
37	E	I	D	E	R		38	U	S	I	T	E	S			
39	T	R	E	S	S	E	R		40	S	I	R	E			



Un Jour

Une Pensée



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 FAOIPE. 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 Claude Blaquière, au courriel suivant: assocfaoipe@gmail.com ou par téléphone au 782.324.1094. 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 fin de semaine à toutes et à tous et à la prochaine !

La FAOIPE



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



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



Rose Arsenault - S'side-Miscouche
rosearsenault@eastlink.ca
902-436-9797



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



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



Annette Gallant - Secrétaire/Trésorier
annettegallant46@gmail.com
(902)786-1882



Judy Chaisson - Kings-Est
judy_chaisson@hotmail.com
902-687-2209



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



Carmella Richard - Evangeline



Charlottetown - Vacant

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 \$.

L'adresse postale est : Le Centre Belle-Alliance, 5 Ave Maris Stella,
Summerside, Î.-P.-É. C1N 6M9