



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

Le Poivre et Sel a été le moyen privilégié que la FAOÎPE a développé pour informer et divertir les 50 ans+ pendant la pandémie. Nous espérons que vous allez continuer à le lire une fois les mesures sanitaires enlevées et le retour à la normale.

## Ça va bien aller !

### Cette Édition:

Rédaction et révision de textes : Claude Blaquière  
Recherche, mise en page et graphisme : Jenny Richard  
Chronique Santé/mieux-être : Karen Langevin

Mot du président -----	p.2
Des nouvelles des FAOÎPE -----	p.3
COVID-19 -----	p.4
FAAFC - Entre les branches -----	p.5
Le coin des CSC -----	p.6
En ce mois -----	p.7
Cela se passait... -----	p.8
Info : Ma santé -----	p.8
La vidéo du mois -----	p.9
Saviez-vous que ? -----	p.9
Mots croisés -----	p.10
Dans votre assiette ! -----	p.11
Porte-bonheur -----	p.12
Réponse des Mots croisés -----	p.13
Services communautaires Évangéline -----	p.14
Pièce de théâtre au Carrefour -----	p.15
Souper Fête des mères au VMA -----	p.16
Un jour, une pensée -----	p.17
Contactez-nous -----	p.18

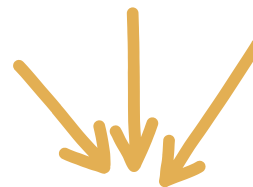
Édition du 6 mai 2022

# LE POIVRE ET SEL



## VIVRE AVEC LA COVID-19 !

### RECOMMANDÉS



# Le Mot du président



VIVRE AVEC LA CODID-19 et bonne Fête des mères à toutes les mamans !  
Vivre avec la COVID ! Cette phrase est sur les lèvres, non seulement des insulaires, mais également des canadiens des autres provinces au pays. Les mesures sanitaires dans la province ne sont plus obligatoires depuis aujourd'hui même. Le port du masque n'est plus obligatoire dans la province, sauf dans les hopitaux, résidences de soins de longue durée et les écoles. Les tests de dépistage sont plus administrés moins fréquemment.  
Bonne Fête des mères à toutes les mamans ! Que cette journée soit remplie de tendresse.

Deux ans de pandémie avec plusieurs vagues, confinements, déconfinements, et malheureusement, des décès. Malgré tout, la Province a su tirer profit des efforts faits depuis deux ans vers un retour à la normale. Nous pouvons nous féliciter d'un haut taux de vaccination (91% des 5 ans+) et de la collaboration des citoyens avec les mesures sanitaires proposées par la Province. Il faut maintenant vivre avec le virus, comme on le fait avec d'autres virus comme la grippe par exemple. À chacun de nous d'en évaluer les risques !

Nous sommes attristés de la perte de trois personnes qui ont quitté ce mois-ci et qui ont marqué notre imaginaire à leur façon : Père Eddie Cormier, au niveau spirituel et social; Pastelle LeBlanc, au niveau culturel; et Guy Lafleur, au niveau sportif. Qu'ils reposent en paix. Nous vous encourageons à aller voir la page de la FAAFC pour la programmation de FrancSavoir et de Connect Aînés pour le mois de mai. Il y a d'excellentes activités en ligne qui pourraient vous intéresser. Allez voir également, dans le calendrier, à la page 7; il y a des liens fort intéressants et divertissants.

La situation de la pandémie dans les provinces de l'Atlantique est la suivante : à l'Île, il y a 35 433 cas depuis le début de la pandémie, dont 1 753 cas actifs; soit une réduction de environ 50% depuis le mois dernier. Au Nouveau-Brunswick, il y a eu 62 148 cas, dont 2 281 cas actifs. En Nouvelle-Écosse, il y a 85 847 cas total; soit une augmentation de près de 30 000 cas. Et, à Terre-Neuve-et-Labrador, le nombre de cas est de 44 345; une augmentation de 6 934 cas. 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 91.5% et de 97%, partiellement vaccinée. Il y a 49.8% des 5 ans+ qui ont reçu la 3e dose. La 3e dose est toujours disponible sur rendez-vous. Vous pouvez prendre un rendez-vous, par téléphone, au 1-844-975-3303.

Les mesures sanitaires obligatoires étant levées, nous sommes invités à reprendre notre rythme de vie quotidien selon nos besoins et attentes. La pandémie est-elle maintenant derrière nous ?

Ça va bien aller !  
Claude Blaquière



## In Memoriam!



\*Cliquez sur les photos pour voir les liens\*

# Des nouvelles des



## Un nouveau membre au sein du CA des FAOIPE

Charles Duguay est le nouveau représentant de la région de Charlottetown au sein du CA des FAOIPE. Nous sommes très heureux de l'accueillir parmi nous. Bienvenue Charles !

## Le retour à la normale à l'Île

Le plan de retour à la normale dans la Province débute aujourd'hui même et les mesures sanitaires ne sont plus obligatoires (sauf dans les hôpitaux, les foyers de soins de longue durée, les écoles et les centres de la petite enfance). Il en revient à chaque individu d'évaluer les risques, et de continuer ou non les mesures sanitaires, telle le port du masque.

## Bonne Fête des mères à toutes les mamans !

\*Cliquez la photo pour apprendre sur l'origine de cette fête!\*



## Le prochain Poivre et Sel...Le 3 juin 2022

**LE POIVRE  
ET SEL** 



## Des nouvelles des Jeux de l'Acadie 50+



La 7e édition des Jeux de l'Acadie 50+ qui devait avoir lieu à Edmundston, N.-B., à la fin août 2022 a été annulée. En lieu et place, des jeux régionaux seront organisés dans les provinces maritimes entre le 15 juillet et le 1er octobre 2022. Ces jeux régionaux seront parrainés par les associations provinciales d'aînés acadiens et francophones des provinces maritimes. Ainsi, la FAOIPE va voir à recruter des organismes communautaires dans les six régions acadiennes et francophones de la province pour organiser des activités sportives, récréative, culturelles, santé/mieux-être ou intergénérationnelles. Dans la prochaine édition du Poivre et Sel du vendredi 3 juin 2022, nous vous donnerons la liste des organismes communautaires et des activités qui vont être organisées d'un bout à l'autre de l'Île. D'ici là, portez-vous bien et continuez de bien composer avec la Covid-19.

# 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 4 mai 2022

<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: 35 433  
# de décès: 26  
# de rétablis: 33 654  
# de cas actifs: 1 753



# de cas: 62 148  
# de décès: 399  
# de rétablis: 59 468  
# de cas actifs: 2 281

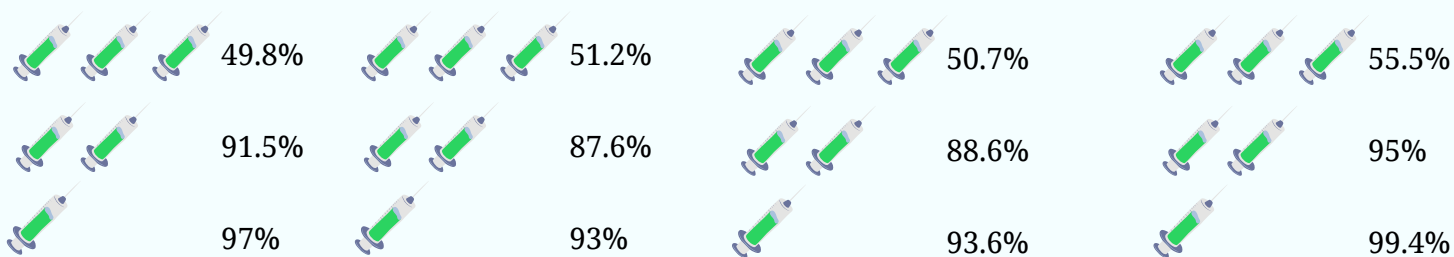


# de cas: 85 847  
# de décès: 314  
# de rétablis: n/a  
# de cas actifs: n/a



# de cas: 44 345  
# de décès: 165  
# de rétablis: n/a  
# de cas actifs: n/a

### Taux de vaccination 5 ans+



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



# de cas: 3 760 414  
# de décès: 39 350  
# de rétablis: 3 464 666  
# de cas actifs: 256 398

## 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: 514 754 303  
# de décès: 6 266 110  
# de rétablis: 469 442 635  
# de cas actifs: 39 045 558







## ENTRE LES BRANCHES

BULLETIN DE LA FÉDÉRATION DES  
AÎNÉES ET AÎNÉS FRANCOPHONES DU CANADA



\*Cliquez sur la l'arbre pour  
visionner le bulletin du 18  
avril\*

### 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



Apprendre à vivre avec la Covid-19



Un guide pour outiller les aînés face  
à l'intimidation



Vos cafés quotidiens combattent le  
mauvais cholestérol



### AUTRES LIENS INTÉRESSANTS...



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



Cliquez sur l'onglet  
"Nouveau Brunswick" pour  
voir leur programmation.

FrancSavoir  
<https://francsavoir.ca/>



Cliquez sur l'onglet  
"programmation" pour  
voir les activités à venir.

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  
vieillessement optimal de l'université McMaster

<https://www.mcmastervieillessementoptimal.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 d'avril À l'Î.-P.-É., en Atlantique et ailleurs

Cliquez sur les photos pour lire les articles

## AVRIL 2022

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
27	28	29	30	31	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 

© BlankCalendarPages.com



# Cela se passait... il y a 40 ans !

## Le rapatriement de la Constitution canadienne



\*Cliquez sur la photo pour voir le lien\*



### **INFO : MA SANTÉ**

*Préparé par Karen Langevin*



#### **5 trucs pour manger santé sans s'en rendre compte!**

1. Doublez la portion de légumes dans vos soupes et vos plats mijotés
2. Diminuez les gras dont vous vous servez pour cuire les aliments.
3. Enlevez les gras visibles sur les viandes et vos volailles avant la cuisson.
4. Ajoutez le goût à vos recettes en y mettant des herbes et des épices
5. Privilégiez les aliments sautés, grillés, cuits à la vapeur ou pochés plutôt que les aliments frits ou panés.





# LA VIDÉO DU MOIS

Jacinthe Lemire



\*Cliquez sur la photo pour visionner la vidéo\*

## Saviez-Vous Que...?

**Il y a 100 ans - Le 3 mai 1922  
Le droit de vote aux femmes à l'Î.-P.-É.**



C'est en 1922 que les femmes insulaires ont eu droit de voter à toutes les instances électorales, soit municipales, provinciales et fédérales, en plus de s'y porter candidates. Cependant, ce ne sont pas toutes les femmes qui pouvaient le faire à l'époque, il faudra attendre les années 50 pour que les femmes autochtones puissent également participer aux exercices électoraux.

\*Cliquez sur les photos pour voir les liens\*



# 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 6 mai

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					

## VERTICALEMENT

- 1 Discuter.
- 2 Ahuri.
- 3 Belle-fille.
- 4 Coule au Congo.
- 5 Qui t'appartiennent.
- 6 Bière anglaise brune.
- 7 Grand oiseau.
- 8 Razzier.
- 9 Chauve.
- 10 Agacé.
- 15 Gaéliques.
- 19 Perturber.
- 22 Sourire.
- 23 Mettre à l'abri.
- 25 (S')affaiblir.
- 26 Assassinat.
- 28 Brillant.
- 30 Peuple polynésien de Nouvelle-Zélande.
- 32 Pétiole de feuille.
- 33 Croissance.
- 36 Conjonction.

## HORizontalement

- 1 Ouverture.
- 6 Formation végétale.
- 11 Enlacé.
- 12 Possessif.
- 13 Objet sphérique.
- 14 Tache ronde sur l'aile d'un insecte.
- 16 Commence en janvier.
- 17 Réprimander durement.
- 18 Explosif.
- 20 Thallium.
- 21 (Se) cacher.
- 24 Fin.
- 27 Il est encore au nid.
- 29 Affectés.
- 31 Art de combiner les sons.
- 34 Rendus stupides.
- 35 Baribal.
- 36 Arme à feu.
- 37 Petits poignards.
- 38 Pièce de charpente.
- 39 A cours à Rome.
- 40 Pouffer.
- 41 Divertir.

# Dans votre assiette!

\*Cliquez sur les photos pour visionner la recette\*

## Oignons marinés express



## Quoi cuisiner en mai?







# 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  
Emmanuelle BILLAUX  
(902) 393 3815 / [emmanuelle@afipe.ca](mailto:emmanuelle@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	D	E	B	U	T		6	S	T	7	E	P	P	10	E
11	E	T	R	E	I	N	T		12	M	I	E	N		
13	B	O	U	L	E		14	O	15	C	E	L	L	E	
16	A	N		17	E	N	G	U	E	U	L	E	R		
18	T	N	19	T		N		20	T	L		E			V
21	T	E	R	R	E	R		24	T	25	E	R	M	E	
	R		27	O	I	S	E	28	L	E	T		E		
29	E	M	U	S		31	M	U	S	I	32	Q	U	E	33
		34	A	B	E	T	I	S		35	O	U	R	S	
36	C	O	L	T		37	S	T	Y	L	E	T	S		
38	A	R	E	T	I	E	R		39	E	U	R	O		
40	R	I	R	E		41	R	E	C	R	E	E	R		

## SERVICES POUR NOTRE COMMUNAUTÉ

La région Évangéline désire être une communauté aidante et serviable afin d'apporter du bonheur aux résidents de tous âges.

Pouvez-vous nous aider avec ce beau projet communautaire?

Si oui, voir l'affiche ci-dessous pour plus d'informations.



## SERVICES FOR OUR COMMUNITY

The Evangeline area is looking to create a friendly neighbor environment to help people of all ages.

Can you help us achieve this community goal?

If so take a peek at the following poster for further details.



## SERVICE PORTE-BONHEUR ÉVANGÉLINE

### Services et activités possibles

- \*Jouer au cribbage
- \*Jouer aux cartes
- \*Tricoter ou crocheter
- \*Bingo télévisé
- \*Jeux de société
- \*Travail d'équipe
- \*Aide pour remplir des formulaires
- \*Informatique de base pour apprendre les diverses manières de communication: texting-Facetime etc.
- \*Temps de répit
- \*Autres



## ÉVANGÉLINE FRIENDLY NEIGHBORS

### Possible services and activities

- \*Playing cribbage
- \*Playing cards
- \*Knitting or crochet
- \*TV Bingo
- \*Board games
- \*Team work
- \*Helping hand with filling forms
- \*Basic computer learning skills: texting - Facetime etc.
- \*Respite care
- \*Others



Inscription - Registration

Comme bénévole ou participant - As volunteer or participant

Velma Durant - loisir@csevangeline.ca

902-439-3100

# LES TROIS PETITS VIEUX QUI NE VOULAIENT PAS MOURIR



Vendredi 13 mai 2022

CARREFOUR DE L'ISLE-SAINT-JEAN  
5 PROM ACADIENNE, CHARLOTTETOWN  
WWW.CARREFOURISJ.ORG



19H00 RÉCEPTION AU BAR DU BAYOU  
19H30 - 20H20 SPECTACLE

BILLETS :

25 \$ / PAR ADULTE

12 \$ / PAR ENFANT

18 \$ / PAR ÉTUDIANT (14+)

Canada

Prince  
Edward  
Island

Je parle  
français,  
et toi?

THÉÂTRE DU FRÈT



# *SOUPER DE LA FÊTE DES MÈRES*

## *AU VILLAGE MUSICAL ACADIEN*

*LE 8 MAI*  
*À partir de 17 H*

*Au menu :*

*Chaudrée de palourdes de basse de l'Atlantique*

*Galettes de morue salée avec émincés de  
bacon et pain terre-neuvien*

*Longe de porc rôtie saumurée au sel casher,  
sirop d'érable et poivre servie avec petites pommes  
de terre rôties et chou frit au beurre à l'ail et sarriette*

*Gâteau au chocolat avec glaçage à la crème  
au beurre au chocolat*

*Pour enfants :*

*Spaghetti avec pain au beurre à l'ail et dessert*

*25 \$ pour adultes*

*7,50 \$ pour enfants 12 ans et moins  
gratuit pour enfants d'âge préscolaire*

*60 \$ pour une famille  
(taxes incluses)*



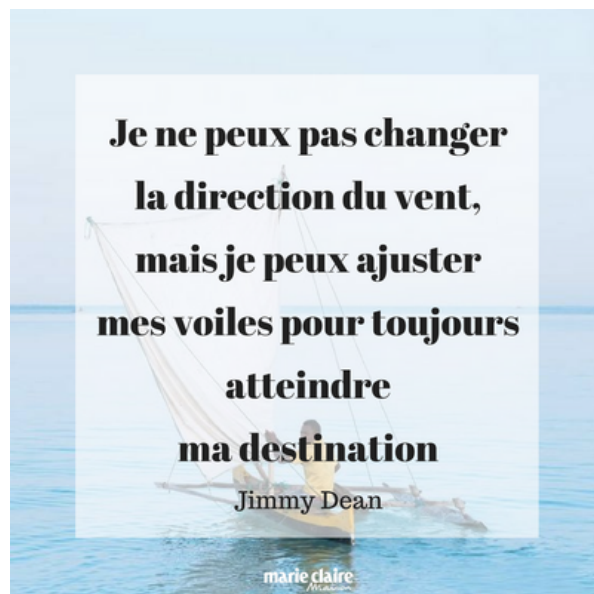




# Un Jour



# 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](mailto: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/Trésorière  
annetgallant46@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  
23calus@gmail.com  
902-315-2821



Charles Duguay - Charlottetown  
cmoiduguay@hotmail.com  
902-213-8229

## 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