



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

Édition du 2 juin 2023

LE POIVRE ET SEL



La vie est belle !

Le Poivre et Sel continue sa mission d'informer et de divertir les 50 ans+ pendant cette période post pandémie. Nous espérons que vous allez le lire fidèlement maintenant que les mesures sanitaires de la COVID-19 ne font plus partie de notre quotidien.

Cette Édition:

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

Le Mot du président -----	p.2
Des nouvelles des FAOÏPE -----	p.3
Des chansons d'autrefois -----	p.4
FrancSavoir -----	p.5
FAAFC - Entre les branches -----	p.6
Le coin des CSC -----	p.7
En ce mois de... -----	p.8
Cela se passait... -----	p.9
Info : Ma santé -----	p.9
La vidéo du mois -----	p.10
Saviez-vous que...? -----	p.10
Dans votre assiette ! -----	p.11
Anagrammes -----	p.12
Mots croisés -----	p.13
Un jour, une pensée -----	p.14
Contactez-nous -----	p.15

La pandémie est derrière nous !

**Adoptons des modes de vie
active favorisant l'inclusion
communautaire**



Le Mot du président



Le mois de mai, le mois de Marie !

Le mois de mai a été souvent associé à la Vierge Marie. Mais qu'en est-il vraiment ? Vous pouvez consulter la section Saviez-vous que... à la page 10 pour en savoir davantage. Le beau temps est de la partie et invite aux activités extérieures. Profitez-en pour pratiquer une activité à l'extérieur; ceci est important pour notre mieux-être. Nous avons eu l'annonce importante du gouvernement fédéral sur le nouveau Plan de 5 ans des Langues officielles (2023-2028). Des bonifications financières aux organismes associatifs comme le nôtre sont attendues dans les prochains mois. C'est à suivre !

Nous vous donnons, en page 3, des informations pertinentes sur le voyage de groupe en autobus Coach l'Association entend organisé au mois de septembre. Ce voyage s'annonce des plus intéressants. Nous vous donnerons l'itinéraire complet ainsi que les modalités et les frais d'inscription dans la prochaine édition du Poivre et Sel du mois de juillet.

Nous vous encourageons à regarder les liens de nos partenaires communautaires en page 7 - Le coin des Conseils scolaires communautaires. Vous y trouverez les dernières informations sur les activités régionales. N'hésitez pas également à consulter la page de notre partenaire associatif - la FAAFC - et consulter les liens sur FrancSavoir (page 5). Et, n'hésitez pas à consulter les liens dans le calendrier. Nous avons recueilli les événements qui ont marqué les scènes régionale, provinciale et nationale durant le mois mai. C'est une excellente façon de se tenir informé sur ce qui se passe autour de nous.

Nous sommes très heureux de vous présenter une nouvelle chronique, Chansons francophones d'autrefois, en page 4. Dans chacune des éditions du Poivre et Sel à venir, nous vous présenterons des chansons francophones ayant marqué notre imaginaire. Nous espérons que vous allez apprécier cette chronique multimédia. Nous vous présentons également un nouveau jeu, l'anagramme, en page 12. Là encore, nous espérons que vous allez vous divertir.

Les mesures sanitaires étant levées, nous sommes invités à actualiser notre rythme de vie quotidien selon nos besoins et attentes. Soyez à l'aise de socialiser, tout en respectant autrui. Il est important de maintenir une vie active pour notre mieux-être.

La vie est belle !
Claude Blaquière



Nouvelle chronique!

Découvrez chaque mois un extrait audio et les paroles de chansons d'autrefois!

Page 4



Voyage dans l'Acadie du Québec...plus de détails à la page 3

LE POIVRE ET SEL

Le prochaine édition...
Le 7 juillet 2023

Voyage dans l'Acadie du Québec - Régions de Matapédia, Baie-des-Chaleurs et du Bas-du-Fleuve

La FAOÎPE organise un voyage de groupe en autobus de 3 jours et 2 nuits pour visiter l'Acadie du Québec des régions de la Matapédia, Baie-des-Chaleurs et du Bas-du-Fleuve. Plusieurs activités et arrêts sont prévus tels que:

- Une visite du village de St-Alexis de Matapédia (village fondé par des acadiens de Rustico il y a plus de 160 ans) et des environs.
- Un dîner conférence de Georges Arsenault (Les Acadiens de Rustico à St-Alexis) avec le club d'âge d'or de St-Alexis.
- Un méga spectacle sur l'histoire de St-Alexis.
- Une visite du Musée Acadien de Bonaventure.
- Un dîner dans la région de Carleton-Sur-Mer suivi par une visite du Mont-St-Joseph.
- Un souper conférence de Georges Arsenault (L'Acadie de l'Île d'hier et d'aujourd'hui) avec des aînés de clubs d'âge d'or de la région de Rimouski.
- Une visite du musée historique de la Pointe-au-père, près de Rimouski.
- Une visite du site national de la Bataille de la Ristigouche à Pointe-à-la-Croix.

Les dates envisagées sont du 16 au 18 septembre 2023. Le forfait comprend le transport en autobus coach, deux nuits d'hôtel, les frais d'admission aux différentes attractions et activités et 8 repas (2 déjeuners, 3 dîners et 2 soupers).

Plus de détails sur l'itinéraire complet, les modalités et frais d'inscription dans le prochain Poivre et Sel.



Résurgence

DES CHANSONS

francophones

D'AUTREFOIS



À la claire fontaine
M'en allant promener
J'ai trouvé l'eau si belle
Que je m'y suis baigné

Il y a longtemps que je t'aime,
Jamais je ne t'oublierai

Chante, rossignol, chante,
Toi qui as le cœur gai.
Tu as le cœur à rire...
Moi je l'ai à pleurer.

Il y a longtemps que je t'aime,
Jamais je ne t'oublierai.

Je voudrais que la rose
Fût encore au rosier,
Et que ma douce amie
Fût encore à m'aimer.

Il y a longtemps que je t'aime,
Jamais je ne t'oublierai.

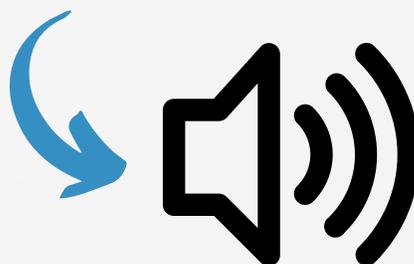
Sous les feuilles d'un chêne,
Je me suis fait sécher.
Sur la plus haute branche,
Le rossignol chantait.

Il y a longtemps que je t'aime,
Jamais je ne t'oublierai

J'ai perdu mon amie
Sans l'avoir mérité.
Pour un bouquet de roses
Que je lui refusai...

Il y a longtemps que je t'aime,
Jamais je ne t'oublierai.

[Cliquez pour écouter la chanson](#)



Bienvenue dans l'univers virtuel et stimulant de FrancSavoir. Notre plateforme en ligne a pour but de vous permettre de rehausser vos connaissances, de découvrir une grande diversité de sujets captivants, de socialiser avec d'autres francophones qui partagent des intérêts communs et partir dans des aventures virtuelles qui vous mèneront au bout du monde.

Programmation Complète

 5 Juin 2023	<p>Plaisir d'apprendre </p> <p>MODULE 2 : Préjugés inconscients et micro-agressions: et si on en parlait?</p> <p>Animé par: Abdoulaye Yoh</p>  Inscription sur la plateforme francsavoir.ca 14 h à 15 h 30 heure de l'Est	<p>Gratuit</p>  Financé en partie par le gouvernement du Canada par le biais du Programme Nouveaux Horizons pour les aînés 
 15 Juin 2023	<p>Plaisir d'apprendre </p> <p>MODULE 4 : L'appropriation culturelle: et si on en parlait?</p> <p>Animé par: Abdoulaye Yoh</p>  Inscription sur la plateforme francsavoir.ca 18 h à 19 h 30 heure de l'Est	<p>Gratuit</p>  Financé en partie par le gouvernement du Canada par le biais du Programme Nouveaux Horizons pour les aînés 
 19 Juin 2023	<p>Plaisir d'apprendre </p> <p>MODULE 4 : L'appropriation culturelle: et si on en parlait?</p> <p>Animé par: Abdoulaye Yoh</p>  Inscription sur la plateforme francsavoir.ca 14 h à 15 h 30 heure de l'Est	<p>Gratuit</p>  Financé en partie par le gouvernement du Canada par le biais du Programme Nouveaux Horizons pour les aînés 



ENTRE LES BRANCHES

BULLETIN DE LA FÉDÉRATION DES
AÎNÉES ET AÎNÉS FRANCOPHONES DU CANADA



*Cliquez sur l'arbre pour
visionner le dernier bulletin*

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...

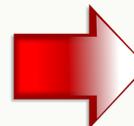


Connect Aînés
<https://connectaines.ca/>



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

FrancSavoir
<https://francsavoir.ca/>



Découvrez les
activités à
venir!



[Un nouveau laboratoire de recherche sur les personnes aînées](#)



[Petit guide pour voyageurs de plus de 60 ans](#)



[Avoir 100 ans, un phénomène en croissance](#)

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



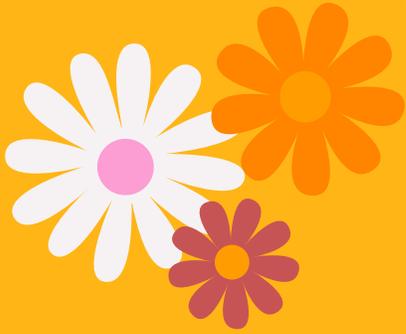
Charlottetown



Suivez la page Facebook des FAOÎPÉ!

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

Cliquez sur les photos pour lire les articles



MAI 2023

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
	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 			

© BlankCalendarPages.com

Cela se passait...Il y a 55 ans

Mai 1968 ! Cette période de manifestations des mois de mai-juin 1968 a changé la France à travers la mobilisation massive des étudiants, puis des grèves générales



Cliquez sur les photos pour voir les articles



INFO : MA SANTÉ

Préparé par Karen Langevin



Est-ce que les médicaments et produits naturels peuvent augmenter le risque de chutes (tomber)?

Médicaments

Selon Statistique Canada, la consommation de médicaments sur ordonnance (prescription), augmenterait avec l'âge, passant de 12% chez les 6 à 14 ans à 83% chez les 65 à 79 ans. Le nombre de médicaments que l'on prend augmente le risque de chutes. Les études démontrent que les gens qui prennent plusieurs médicaments chutent plus que ceux qui n'en prennent pas. Le risque semble augmenter avec un nombre plus élevé de médicaments, mais il demeure difficile d'isoler le risque relié aux médicaments seulement en sachant qu'un plus grand nombre de médicaments est également lié à une plus grande quantité de problèmes de santé.

Les médicaments comme ceux qui facilitent le sommeil, diminuent l'anxiété, diminuent les symptômes de la dépression, l'inflammation ou la tension artérielle, présente des effets secondaires tels que : la sédation, c'est à dire de la somnolence, des étourdissements, une altération de l'équilibre, de l'enflure au niveau des jambes, une augmentation du temps de réaction, des tremblements, une baisse de la tension artérielle lors des changements de position, et autres.



(Source : Capsule 3 MARCHE VERS LE FUTUR – Un programme de télésanté de prévention des chutes p. 97)

LA VIDÉO DU MOIS

Cliquez pour
surveiller la video!



DIVERTISSEMENT AVEC LES ARSENAULT

Saviez-Vous Que...?

Le mois de mai est associé à la Vierge Marie depuis le 13e siècle !



Cliquez sur la photo pour accéder au lien

Dans votre assiette!

Cliquez sur les photos pour visionner la recette



Pouding au citron

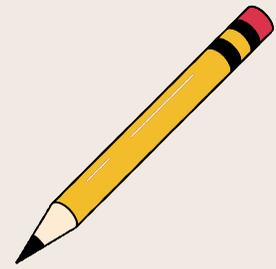


10 recettes pour cuisiner la rhubarbe cet été





Anagrammes



Mot de départ	Définition	Mot à trouver
Exemple : LOUPE	Grâce à elles j'ai des oeufs	Réponse : POULE
EREATTIR	Elle pouvait se prendre à 60 ans	
IMECNA	Invention des frères Lumière	
DIREC	Spécialité de Bretagne et de Normandie	
OUIRERS	Il éblouit un visage	
MALICE	Un escargot sans maison	
STRATE	Elles se mangent avec les fruits de saison	
SCENARISTE	André Malraux en a fait	
RONBREUTIRCE	Il faut détruire pour mieux...	
TRIAGE	Vendredi c'est le ... du loto	
IMANOS	Il fait bon y vivre	
FAGUCHAFE	Il peut être au gaz, électrique, au bois	
THAC	Animal domestique	
PARTIES	Ils pillaient les bateaux	
DEMANE	Elle peut être le résultat d'une infraction	
LAVEURS	Il en faut dans l'éducation des enfants	

Réponses





	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												

Vertical

- 1 Il beugle.
 - Ville de Suisse.
- 2 Homme impoli.
 - Chiffres romains.
- 3 Mets provençal.
 - Exécuter sans procès.
- 4 Voiture hippomobile.
 - Outil de cordonnier.
- 5 Armée républicaine irlandaise.
 - Obtiennent.
- 6 Plaisanteries un peu lestes.
- 7 Qui préfèrent la soupe.
- 8 Estonien.
 - Étreindre.
- 9 Ancien oui.
 - D'une locution signifiant dès maintenant.
 - Qui a les caractères du feu.
- 10 Abandons volontaires.
- 11 Jardin de délices.
 - Résolues.
- 12 Moutardes sauvages.
 - Fromage blanc.

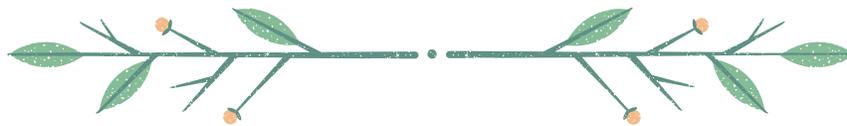
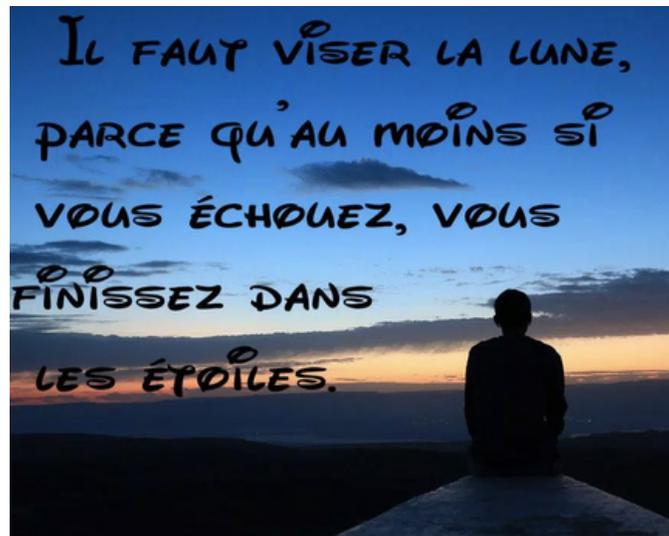
Horizontal

- 1 Chaussure montante.
 - Poèmes lyriques.
- 2 Saule de petite taille.
 - Mort.
- 3 Expositions de marchandises.
 - A cours à Kyoto.
- 4 Vase.
 - Général romain.
- 5 Auteur italien.
 - Petits repas pris dans l'après-midi.
- 6 La thyroïde en est une.
 - Demeurer.
- 7 Un non-juif, pour les juifs.
 - Nattées.
- 8 Volcan.
 - Baie nippone.
 - Magnésium.
- 9 Muse de l'Histoire.
 - Circulent au Cambodge.
- 10 Appât accroché à l'hameçon.
 - Observée.
- 11 Capitale de l'Autriche.
 - Assembler bout à bout.
- 12 Autre nom de l'Irlande.
 - Sous pression.

Réponses



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 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 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 FAOÏPE



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



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
buote5613@gmail.com
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