



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

Édition du 3 mars 2023

LE POIVRE ET SEL



La vie continue !

Le Poivre et Sel continue d'informer et de divertir les 50 ans+ pendant cette période post-pandémique. Nous espérons que vous allez le lire fidèlement maintenant que la COVID-19 fait partie de notre quotidien.

Cette Édition:

Rédaction et révision de textes : Claude Blaquièrre
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
Évolution de la COVID -----	p.4
FrancSavoir -----	p.5
Jeux du Canada -----	p.6
FAAFC - Entre les branches -----	p.7
Le coin des CSC -----	p.8
En ce mois de... -----	p.9
Cela se passait... -----	p.10
Info : Ma santé -----	p.10
La vidéo du mois -----	p.11
Saviez-vous que...? -----	p.11
Mots croisés -----	p.12
Dans votre assiette ! -----	p.13
Rendez-vous de la francophonie -----	p.14
Réponse des Mots croisés -----	p.15
Un jour, une pensée -----	p.16
Contactez-nous -----	p.17

Vivre avec la Covid !

Cas totaux dans la province, au Canada et
dans le monde.
En date du 1er mars 2023



cumulatif de cas
56 456

cumulatif de cas
4 591 149



cumulatif de cas
680 106 679



Le Mot du président



Le mois de février marqué par les Jeux du Canada !

L'Île est à nouveau l'hôte des Jeux du Canada après plus de 30 ans. C'est un événement grandiose qui permet de promouvoir notre belle île, ses produits et services et surtout, ses gens. L'Île est reconnue pour son accueil chaleureux. Les Jeux du Canada sont certes une opportunité en or pour le démontrer. Des milliers de touristes sont venus fouler nos beaux espaces et assister aux diverses compétitions. Nous souhaitons la meilleure des chances à nos athlètes; qu'ils compétitionnent sous le signe de l'esprit sportif et l'amitié.

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 et ConnectAînés. Ce sont deux plateformes par lesquelles vous pouvez vous inscrire pour suivre des conférences diverses. 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. Il y a d'excellents articles couvrant l'actualité, tant à l'Île qu'ailleurs au Canada et dans le monde. C'est une excellente façon de se tenir informé sur ce qui se passe autour de nous.

La situation de la pandémie dans la province, au Canada et dans le monde est la suivante : à l'Île, il y a 56 456 cas cumulatifs. Au Canada, 4 591 149 cas, et dans le monde, il y a 680 106 679 cas cumulatifs. Les États-Unis détiennent le plus grand nombre de cas soit 105 319 992 cas depuis le début de la pandémie.

La vaccination (<https://www.princeedwardisland.ca/fr/information/sante-et-mieux-etre/vaccination-contre-covid-19-donnees>) des 5 ans et plus pleinement vaccinée à l'Île est de 91.8% et de 99.3%, partiellement vaccinée. Il y a 50.6% 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. Sentez-vous à l'aise de socialiser, tout en respectant autrui.

La vie continue !
Claude Blaquière



Activité virtuelles sur la plateforme FrancSavoir!

Découvrez une variété d'activités offerte au 50 ans+ à travers le Canada... Pour plus d'information visitez le site web de FrancSavoir, trouvez le lien à la page 7!

Ou visitez la page 5 pour une liste d'activités à venir.



Plus de détails à la page 14



Plus de détails à la page 3

LE POIVRE ET SEL

Le prochain Poivre et Sel...

Le 7 avril 2023

Des nouvelles des



Les FAOÎPÉ sont impliqués dans un beau projet artistique interprovincial nommé Cœur d'artiste. Ce projet vise à faire rayonner des artistes francophones amateurs, âgés de 50+ des quatre provinces atlantiques, en leur offrant l'occasion d'exprimer leurs talents artistiques dans des numéros musicaux, de contes, de danse et d'humour. Les activités à l'Î.-P.-É. comprennent de la formation artistique aux participants qui auront ensuite l'opportunité de présenter leurs numéros lors d'un spectacle au Village musical acadien le 19 mars à 19 h.

Le projet se terminera lorsque les artistes participeront à une fin de semaine d'activités et un spectacle à Dieppe le 26 mars avec les 3 autres provinces Atlantiques.



Journée de détente et de Mieux-être au Centre Goéland Reporté à une date indéterminée

Plus de détails à venir...

COEUR D'ARTISTE

Un spectacle mettant en vedette les 8 artistes de l'ÎPÉ qui vont participer au spectacle du Grand Cercle Musical des Aînés de l'Atlantique



LES AÎNÉS FRANCOPHONES
au cœur de la vie artistique acadienne

LE 19 MARS À 19 H
VILLAGE MUSICAL ACADIEN

1745, route 124, Abram-Village PE
902-854-3300

PRIX POUR SPECTACLE SEULEMENT
ENFANTS / ÉTUDIANTS GRATUITS
5 \$ MEMBRES FAOÏPE
10 \$ ADULTES

15 \$ SPÉCIAL MI-CARÈME
SOUPER, CONFÉRENCE AVEC
GEORGES ARSENAULT
ET SPECTACLE



Patrimoine
canadien

Canadian
Heritage

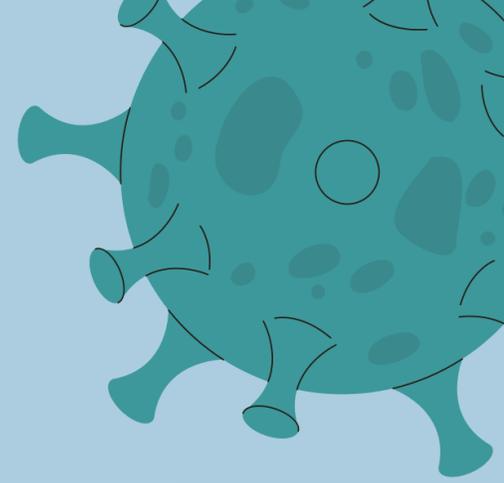


Cliquez la photo pour voir le lien

Un printemps plus tardif?

Selon la légende, si une marmotte voit son ombre le 2 février, on doit encore endurer l'hiver pendant six semaines, ce qui nous amène jusqu'à la mi-mars. C'est long, sans doute trop long. Au contraire, si le rongeur ne la voit pas, les températures se réchaufferont plus rapidement.

L'évolution de la COVID au fil des ans...



**Janvier
2020**

Le début de la pandémie

- Un premier cas confirmé à Toronto le 25 janvier
- À la fin janvier 2020, il y avait un total de 3 cas au Canada

**Janvier
2021**

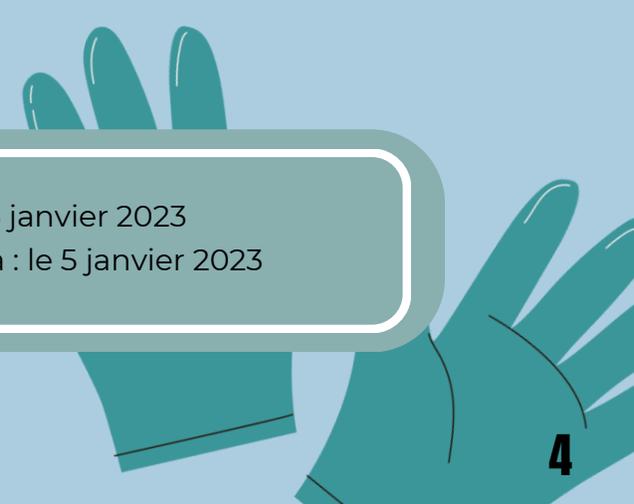
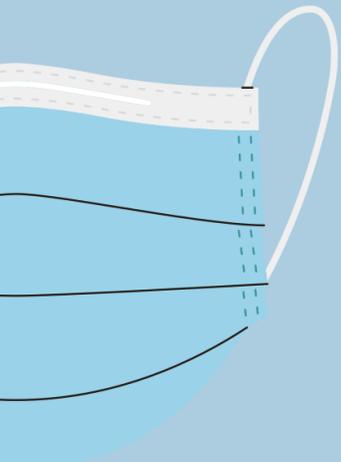
- 94 cas total à l'Î.-P.-É. : le 1er janvier 2021
- 579 127 cas total au Canada : le 1er janvier 2021

**Janvier
2022**

- 1194 cas total à l'Î.-P.-É. : le 1er janvier 2022
- 2 142 310 cas total au Canada : le 1er janvier 2022

**Janvier
2023**

- 55 679 cas total à l'Î.-P.-É. : le 5 janvier 2023
- 4 475 268 cas total au Canada : le 5 janvier 2023





9 Mars
2023

Les grandes conférences

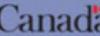
L'histoire vue par Berard Derome

Conférencier invité: Bernard Derome

Gratuit

Inscription sur la plateforme
francsavoir.ca

14 h à 15 h 30 heure de l'Est



16 Mars
2023

Les grandes conférences

Présentation de la Fédération des communautés francophones et acadienne

Conférenciers invités: Liane Roy et Alain Dupuis

Gratuit



Inscription sur la plateforme
francsavoir.ca

14 h à 15 h 30 heure de l'Est



Financé en partie par le gouvernement
du Canada par le biais du Programme
Nouveaux Horizons pour les aînés



23 Mars
2023

Pause Mieux-être

Traumas transgénérationnels: quand les maux d'autrefois blessent encore

Animé par: Jessica Dupuis

Gratuit



Inscription sur la plateforme
francsavoir.ca

13 h 30 à 15h heure de l'Est



Financé en partie par le gouvernement
du Canada par le biais du Programme
Nouveaux Horizons pour les aînés



27 Mars
2023

Plaisir d'apprendre

Pourquoi et quand joue-t-on des tours ?

Animé par: Carmen d'Entremont

Gratuit



Inscription sur la plateforme
francsavoir.ca

14 h à 15 h 30 heure de l'Est



Financé en partie par le gouvernement
du Canada par le biais du Programme
Nouveaux Horizons pour les aînés



29 Mars
2023

Les grandes conférences

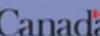
Droits des minorités linguistiques au Canada. Les causes importantes qui ont été gagnées

Conférencier invité: Mark Power

Gratuit

Inscription sur la plateforme
francsavoir.ca

14 h à 15 h 30 heure de l'Est





PEI · ÎPÉ 2023 JEUX DU CANADA GAMES

2.24.2023 | PAR DOUG GALLANT

**C'EST BIEN PLUS
QUE DU SPORT: UNE
CÉLÉBRATION DES
ATHLÈTES PANDC
DE L'ÎLE-DU-
PRINCE-ÉDOUARD**



**LA VILLE DE NORTH
RUSTICO ET LES
JEUX DU CANADA
DE 2023
INAUGURENT
OFFICIELLEMENT LE
CENTRE DE BIEN-
ÊTRE ELIYAHU À LA
PLACE DES JEUX DU
CANADA**



Cliquez sur les photos pour lire les articles



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!

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 de février

À l'Î.-P.-É., en Atlantique et ailleurs

Cliquez sur les photos pour lire les articles



FÉVRIER 2023

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	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 				

Cela se passait...

La saint-Valentin autour du monde...



Cliquez sur la photo pour plus d'information



INFO : MA SANTÉ

Préparé par Karen Langevin

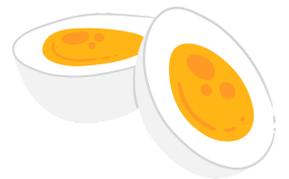


Les protéines: une priorité à chaque repas

Le corps n'a pas de grandes réserves de protéines, d'où l'importance d'en consommer à chaque repas, y compris au déjeuner. Les protéines sont importantes pour vos muscles, votre squelette et votre système immunitaire. Grâce à elles, votre corps peut mieux se protéger contre les chutes, leurs conséquences et limiter le risque de plaies et d'infections. Voici quelques trucs pour ajouter plus de protéines au déjeuner:

Les oeufs

- Cuisinez-le tourné, brouillé, poché, à la coque, en omelette;
- À la coque, il se conserve une semaine au réfrigérateur;
- Au dîner et au souper, mettez-en au moins deux dans vos sandwichs et omelettes.



Plus de trucs à venir le mois prochain!



LA VIDÉO DU MOIS

Cliquez pour
surveiller la video!



IMPACT FRANCOPHONIE! – DIRECTION : ÉVANGÉLINE

Saviez-Vous Que...?

La fête de la Saint-Patrick au Canada



Des spectacles d'aurores boréales
illuminent le ciel de la Péninsule acadienne



Cliquez sur les photos pour accéder au liens

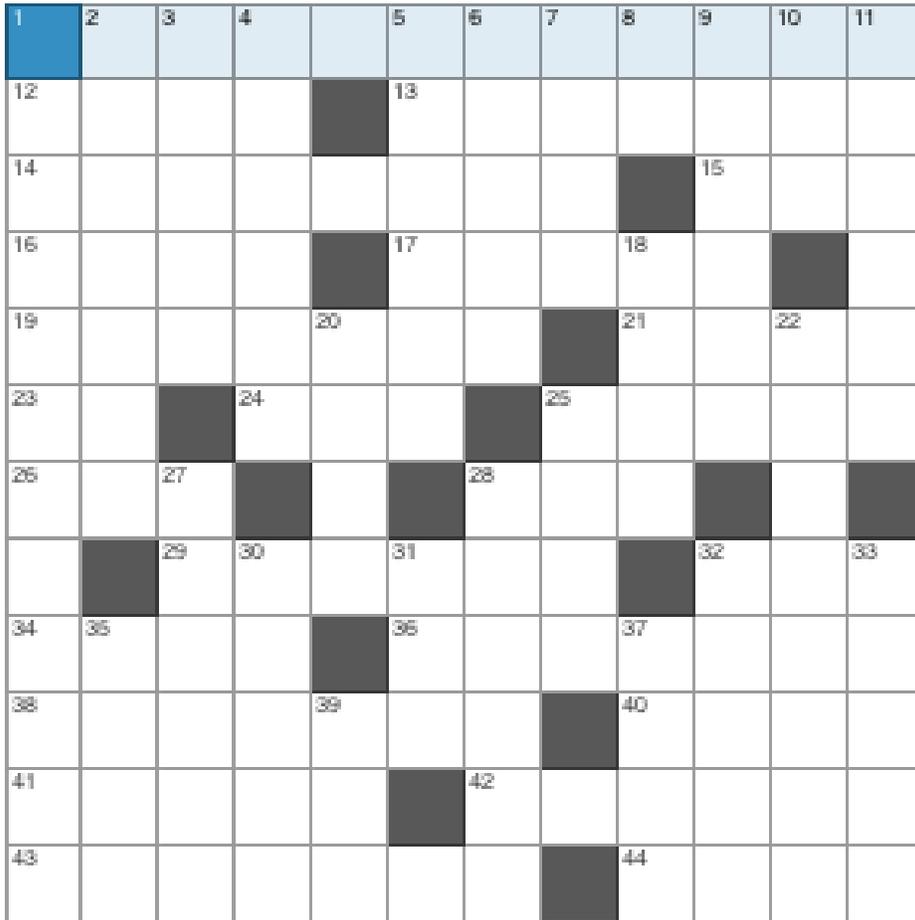


MOTS CROISÉS

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

Voir la réponse plus loin

du 28 février



VERTICALEMENT

- 1 Mettre à l'écart.
- 2 Cordages.
- 3 Opposé au zénith.
- 4 Éloigner des autres.
- 5 Table de travail des menuisiers.
- 6 Calmes et dociles.
- 7 Butter.
- 8 Argon.
- 9 Ver marin.
- 10 Principe chinois.
- 11 La tire d'érable l'est.
- 18 Crédule.
- 20 Liquide amniotique.
- 22 Qui relève de la clinique.

- 25 Couleur du flamant.
- 27 Insignes liturgiques.
- 28 Trompée.
- 30 Prolongement de la cellule nerveuse.
- 31 Écrivain italien.
- 32 Quantité d'or
- 33 Mort.
- 35 Prophète hébreu.
- 37 Claque.
- 39 Dépose.

- 41 Bois noir.
- 42 Transpercé d'un pieu.
- 43 Sourire d'enfant.
- 44 Du verbe être.

HORizontalement

- 1 Ils protestent.
- 12 Accumulation.
- 13 Bovidé domestique.
- 14 Rabâchage.
- 15 Masse dure.
- 16 Barbecue.
- 17 Capitale de la Suisse
- 19 Imaginaires.
- 21 Adoré.
- 23 Nord-est.
- 24 Style de musique.
- 25 Moquerie collective.
- 26 Résine malodorante.
- 28 Exprime la lassitude.
- 29 Accusées.
- 32 Oeuvre de Corneille.
- 34 Acier.
- 36 Période géologique.
- 38 Roi des Hébreux dont la sagesse est légendaire.
- 40 Eau-de-vie obtenue à partir du riz fermenté.

Dans votre assiette!

Cliquez sur les photos pour visionner la recette



Cracker Jack maison



Filets de poisson croustillants aux céréales de blé





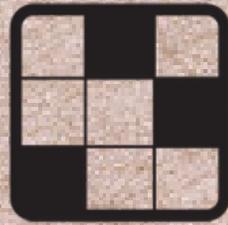
Les Rendez-vous de la Francophonie

du 1^{er} au 31 mars 2023

présenté par **dialogue**

Plus de détails: <https://rvf.ca/>



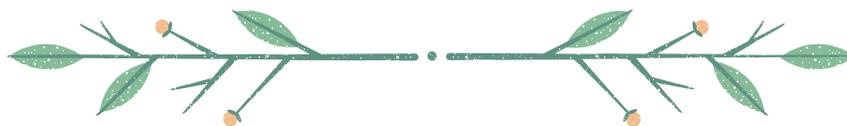


MOTS
CROISÉS

La réponse aux mots croisés

1	M	A	N	I	F	E	S	T	A	N	T	S				
12	A	M	A	S		13	T	A	U	R	E	A	U			
14	R	A	D	O	T	A	G	E		15	R	O	C			
16	G	R	I	L		17	B	E	R	N	E		R			
19	I	R	R	E	20	E	L	S		21	A	I	M	E		
23	N	E		24	R	A	I		25	R	I	S	E	E		
26	A	S	27	E		U		28	B	O	F		D			
	L		29	T	30	A	X	E	E	S		32	C	I	33	D
34	I	35	N	O	X		36	C	R	E	37	T	A	C	E	
38	S	A	L	O	M	O	N		40	A	R	A	C			
41	E	B	E	N	E		42	E	M	P	A	L	E			
43	R	I	S	E	T	T	E		44	E	T	E	S			

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

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
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

