



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

Édition du 4 novembre 2022

# 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
Dîner de Noël -----	p.4
Marché de Noël -----	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
Mots croisés -----	p.11
Dans votre assiette ! -----	p.12
Audition - Pièce de théâtre -----	p.13
Porte-bonheur -----	p.14
Réponse des Mots croisés -----	p.15
Un jour, une pensée -----	p.16
Contactez-nous -----	p.17

### Vivre avec la Covid !

Cas mensuels et totaux dans la province, au Canada et dans le monde.  
En date du 2 novembre 2022



# de cas au cours du mois d'octobre  
1 628  
# de cas total  
53 675

# de cas au cours du mois d'octobre  
85 249  
# de cas total  
4 336 860



# de cas au cours du mois d'octobre  
11 508 155  
# de cas total  
636 147 668

# Le Mot du président



Un mois d'octobre sous le signe de l'AGA et de l'après-Fiona !

Qu'il fait bon de voir une si grande participation des membres à l'AGA le 8 octobre dernier ! En effet, 66 personnes se sont présentées à l'AGA et ont pu profiter d'un programme varié : assemblée générale annuelle, conférence sur le thème Vieillir chez soi en français !, du yoga chantant, du théâtre amateur 50+. L'ouragan Fiona fait toujours des siennes en ce mois, laissant encore des centaines de foyers sans électricité. Nous souhaitons bon courage aux personnes encore aux prises avec l'après-Fiona.

En page 3 nous vous donnons les plus récentes nouvelles de l'Association, notamment des photos de l'AGA et des dernières activités dans le cadre des Jeux de l'Acadie 50+ en régions. Les Jeux de l'Acadie 50+ 2022 en régions sont maintenant terminés et ils furent un très grand succès, tant au niveau de la participation qu'au niveau de la satisfaction. Ainsi, il y a eu plus de 500 participants à la quinzaine d'activités organisées partout en province. C'est une expérience que l'on va certainement étudier au cours des prochains mois afin de déterminer si l'on va répéter l'expérience l'an prochain. Nous vous encourageons à lire les divers liens du calendrier du mois d'octobre. 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 dans le monde.

La situation de la pandémie dans la province, au Canada et dans le monde est la suivante : à l'Île, il y a 53 675 cas depuis le début de la pandémie, dont 1 628 au cours du mois d'octobre. Au Canada, il y a 4 336 860 cas depuis le début, dont 85 249 au cours du mois d'octobre. Dans le monde, il y a 636 147 668 cas au total, dont 11 508 155 cas au mois d'octobre.

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



## Conférence nationale de la FA AFC

Cliquez sur le lien pour plus d'information et pour vous inscrire !

<https://faafc.ca/initiatives/conference-nationale-2022-ensemble-on-va-plus-loin/>



Le dîner de Noël a lieu le samedi  
3 décembre au Village musical  
acadien à Abram-Village  
Plus de détails en page 4

## LE POIVRE ET SEL



Le prochain Poivre et Sel...  
Le 2 décembre 2022



## JA 50+ en régions 2022 en photos - Un très grand succès !



## Fin de semaine sociale et du mieux-être au Centre Goéland

**Lieu :** Centre Goéland

**Quand :** Le samedi 12 novembre à partir de 9 h 30 jusqu'au dimanche 13 novembre à 14 h 00

**Pour qui ? :** Francophones 50+ ans de l'Î.-P.-É (couples ou individus)

**Pour plus d'information :** Darlene 902-303-5500 ou Jeannette 902-439-2791

**Coût d'inscription :** Membres de FAOÎPÉ 40 \$ incluant séjour et animation (incluant le coucher au Centre si vous voulez) et 55 \$ pour les non-membres.

**Date limite pour s'inscrire :** le mardi 8 novembre

**Fiche d'inscription auprès de** Darlene Arsenault à [keppoch@eastlink.ca](mailto:keppoch@eastlink.ca) ou [assocfaoipe@gmail.com](mailto:assocfaoipe@gmail.com).



**Inscrivez-vous ici !**

## AGA 2022 en photos !



CÉLÉBREZ LA PÉRIODE DES FÊTES AVEC NOUS !  
AU VILLAGE MUSICAL ACADIEN  
À ABRAM-VILLAGE

*Le samedi 3 décembre*  
**Dîner de Noël**  
**FAOÏPE**

**Coût: 8\$**

**PROGRAMME DE LA JOURNÉE :**

9H30 À 10H00 - ACCUEIL/PAUSE-SANTÉ  
10H00 À 10H15 : MOT DE BIENVENUE  
10H15 À 11H00 : ACTIVITÉ DE NOËL  
11H00 À 11H45 : ACTIVITÉ DE NOËL  
11H45 À 13H00 : DÎNER DE NOËL  
13H00 À 14H15 : ACTIVITÉ DE NOËL  
14H15 À 14H30 MOT DE LA FIN ET PRIX DE PRÉSENCE

Inscrivez-vous avant le 28 novembre auprès de :

**Évangéline**

Patricia Perry	902-854-2666
Annette Gallant	902-786-1882
Carmella Richard	902-315-2821
<b>Summerside</b> : Rose Arsenault	902-436-9797
<b>Prince-Ouest</b> : Alméda Thibodeau	902-853-3999
<b>Rustico</b> : Arthur Buote	902-314-6277
<b>Charlottetown</b> : Charles Duguay	902-213-8229
<b>Kings-Est</b> : Judy Chaisson	902-687-2209

ou par courriel : [assocfaoipe@gmail.com](mailto:assocfaoipe@gmail.com)





# LE MARCHÉ DE NOËL DU VILLAGE THE VILLAGE CHRISTMAS MARKET

**ENTRÉE  
GRATUITE**

**FREE  
ADMISSION**

**le vendredi 25 novembre**  
de 13 h à 21 h;

**le samedi 26 novembre**  
de 10 h à 21 h

**le dimanche 27 novembre**  
de 10 h à 16 h

**Friday, November 25**  
from 1 pm to 9 pm

**Saturday, November 26**  
from 10 am to 9 pm

**Sunday, November 27**  
from 10 am to 4 pm.



**VILLAGE MUSICAL ACADIEN, 1745 ROUTE 124 , ABRAM-VILLAGE**

*Vente de produits d'artisans, d'artistes  
visuels et petites entreprises*

*Musique avec artistes locaux*

*Visite du Père Noël*

*Décor et atmosphère de Noël*

*Sale of products from artisans,  
visual artists and small businesses*

*Music by local artists*

*Santa's visit*

*Christmas atmosphere and decor*

**[info@villagemusical.com](mailto:info@villagemusical.com) / 902-854-3300**



## 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  
d'octobre\*

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

Cliquez sur les photos pour lire les articles

## OCTOBRE 2022

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 	29 
30 	31 					

© BlankCalendarPages.com

# Cela se passait... !

Il y a 60 ans... Le conflit des missiles à Cuba !



\*Cliquez sur la photo pour plus d'information\*



## INFO : MA SANTÉ

Préparé par Karen Langevin



### Exercice physique à la maison

Rester inactif peut avoir des conséquences importantes sur vos muscles et augmente les risques de blessures, de chutes et de plaies. Il est donc essentiel de bouger, même dans la maison et même si ce n'est que les activités suivantes :

- Levez-vous à toutes les heures;
- Bougez dès que possible;
- Marchez régulièrement à l'intérieur ou à l'extérieur si possible.
- Garder son autonomie pour les soins d'hygiène (se laver, se peigner, se raser, se brosser les dents par soi-même, etc.). Il s'agit d'occasions pour bouger;
- Bouger ses bras et ses jambes par soi-même dès que possible, même en demeurant au lit;
- Faire le plus d'activités par soi-même pour conserver ses forces et ses capacités physiques;
- Faire son lit. Voilà une belle opportunité de faire de l'exercice!



# LA VIDÉO DU MOIS



FrancSavoir est une plateforme de partage en ligne pour les 50 ans et plus  
\*Cliquez sur la photo pour visionner la vidéo\*

## Saviez-Vous Que...?

L'origine scientifique d'Halloween



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

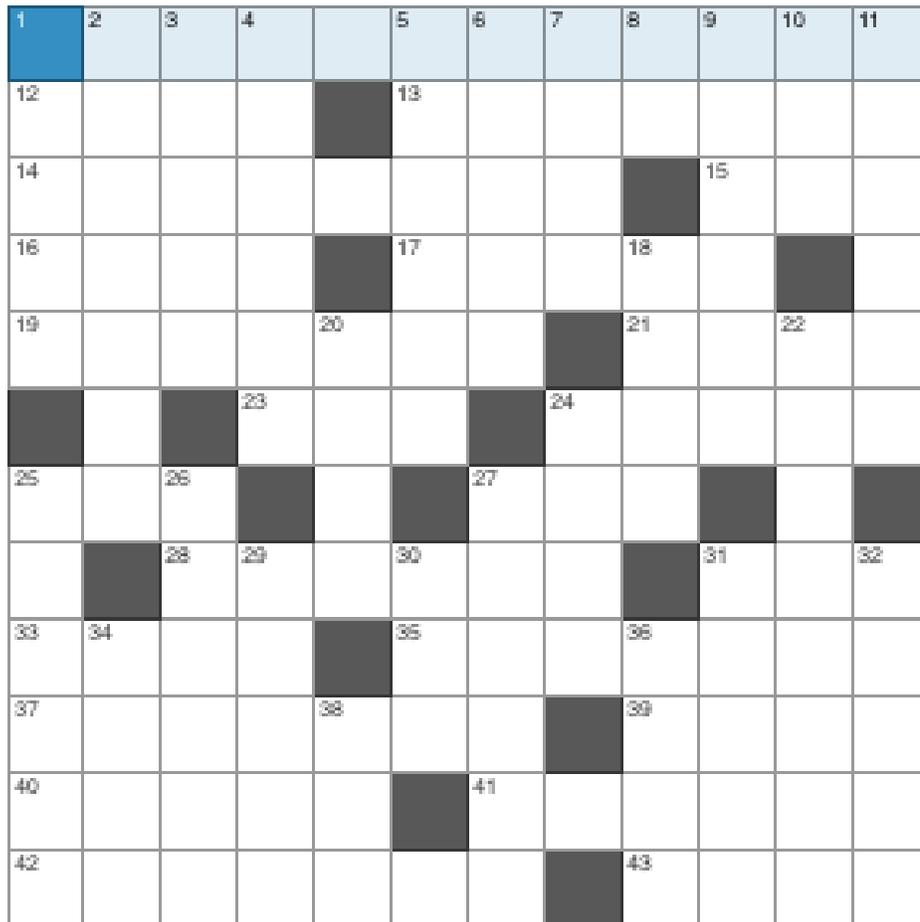


# MOTS CROISÉS

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

\*Voir la réponse plus loin\*

du 28 octobre



## VERTICALEMENT

- 1 Espace blanc.
- 2 Les îles Hawaiï s'y trouvent.
- 3 Pratique.
- 4 Petits luths.
- 5 Sa monnaie est le shekel.
- 6 Prolonge la colonne vertébrale.
- 7 Boeufs.
- 8 Astate.
- 9 Grec ancien.
- 10 On y circule.
- 11 Riche de matière.
- 18 Qui a bu.
- 20 Femme fatale.
- 22 Tirer parti de.
- 24 Peuple sémite qui vivait en Judée.
- 25 Petit appartement.
- 26 Las Vegas s'y trouve.
- 27 Récits merveilleux.
- 29 Femmes d'un certain âge.
- 30 Fibre textile.
- 31 Emprunté.
- 32 Frustrée.
- 34 Il rugit.
- 36 Ainsi soit-il.
- 38 Point de la saignée.

## HORizontalement

- |   |  |   |
|---|--|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1 Châssis en toile métallique.</li> <li>12 Division d'une pièce.</li> <li>13 Principalement.</li> <li>14 Renouvelée.</li> <li>15 Nouveau.</li> <li>16 Grande fête.</li> <li>17 Introduit un ajout.</li> <li>19 Crispée.</li> <li>21 Contient un germe.</li> <li>23 Grand arbre de l'Inde.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>24 Gouvernement issu d'un coup d'état.</li> <li>25 Division du yen.</li> <li>27 Partie postérieure.</li> <li>28 Fonction.</li> <li>31 Rivière d'Alsace.</li> <li>33 Algue verte.</li> <li>35 Parole vile.</li> <li>37 Vaut cher.</li> <li>39 Reine de beauté.</li> <li>40 Couvrir d'un halogène.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>41 Écimée.</li> <li>42 Armateur grec.</li> <li>43 Arbre africain.</li> </ol> |
|---|--|---|

# Dans votre assiette!

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



## Rôti de porc au citron et à l'ail



## Barres tendres à l'érable





# AUDITION

## POUR LA PIÈCE "LE CADEAU"



**MARDI 8  
NOVEMBRE**

### RÔLES

**À  
18H30  
SUR  
ZOOM**

Amélie (fille 10-12 ans,  
capable de chanter en solo)

Andréa, son amie (fille 10-12 ans,  
capable de chanter en solo)

Alfred, son ami (garçon 10-12 ans  
capable de chanter serait un atout)

Jean-Claude, son père (homme 30-50 ans)

Dr Thibeau (homme ou femme, flexible)

Madelaine, mère d'Amélie (femme 30-50 ans)

Père Sébastien (âge flexible)

Ange gardienne (adolescente)

L'audition pour les rôles et la première lecture du texte se  
feront par Zoom

<https://us02web.zoom.us/j/83028774495>

**SAMEDI 10 À 19H00 ET DIMANCHE 11 À  
14H00 ET 19H00**

Représentations au Centre Belle-Alliance, Summerside



# 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 !

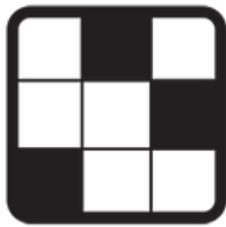
CONTACTEZ NOUS POUR  
EN SAVOIR PLUS

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

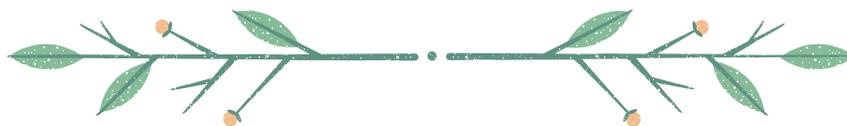


MOTS  
CROISÉS

# La réponse aux mots croisés

1	M	O	U	S	T	I	Q	U	A	I	R	E			
12	A	C	T	E		13	S	U	R	T	O	U	T		
14	R	E	I	T	E	R	E	E		15	N	E	O		
16	G	A	L	A		17	A	U	S	S	I		F		
19	E	N	E	R	20	V	E	E		21	O	E	U	F	
			23	S	A	L		24	J	U	N	T	E		
25	S	E	N		M		27	C	U	L		I			
		28	29	E	M	P	30	L	O	I		31	I	L	L
33	34	U	L	V	E		35	I	N	F	36	A	M	I	E
37	D	I	A	M	A	N	T		39	M	I	S	S		
40	I	O	D	E	R		41	E	T	E	T	E	E		
42	O	N	A	S	S	I	S		43	N	E	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 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](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 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/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