



# JOURNAL DES RETRAITÉS



**ASSOCIATION DES POLICIERS RETRAITÉS MAURICIE / BOIS-FRANCS**

AVRIL 2003

VOLUME 12 NO: 4



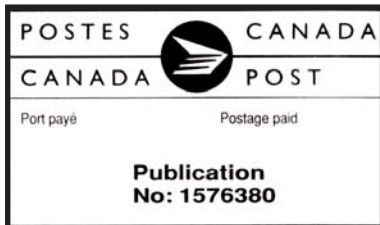
JOYEUSES  
PÂQUES

## DÉJEUNERS À VENIR :

Le 7 Mai au Restaurant Chez Maxime 37 rue Notre-Dame Ouest à Victoriaville

Le 4 Juin au Restaurant Olympia 4230, 12<sup>ième</sup> Avenue (route 157) à Shawinigan-Sud

Le 2 Juillet au Restaurant Resto 20, autoroute 20 à St-Germain de Grantham



VOUS  
DÉMÉNAGEZ ?  
S.V.P. AVISEZ-NOUS

*Ass. des Policiers Retraités  
Mauricie / Bois-Francs  
950 rue Tousignant  
Cap de la Madeleine, Qc.  
G8V 1S2*

### COMITÉ EXÉCUTIF

#### Président :

André Aubert (819) 378-5543, cell: 696-2828  
( andre.aubert@tr.cgocable.ca )

#### Secrétaire :

Gérald Cholette (819) 375-0880  
( germaud@tr.cgocable.ca )

#### Directeurs:

**Rive Nord:** André Grenier (819) 373-2353

**S.M.:** Michel Thibeault (819) 377-3790  
( mike\_chef\_tibo@hotmail.com )

#### Aumônier:

Paul-Émile Thiffault (819) 373-6521  
( paul.Thiffault@tr.cgocable.ca )

#### Vice - Président :

Normand Fontaine (819)374-3224

#### Trésorier :

André Champagne (819) 379-4529  
( champagne.a@videotron.ca )

**Rive Sud :** André Lemay (819) 758-8396  
( a.lemay@sympatico.ca )

#### Protocole

Jean-Marie Jodoin (819) 379-6529  
( jmjodoin@videotron.ca )

**Directeur Ex-Officio:** Gérald Picard (819) 378-7640 ( gerald.picard@tr.cgocable.ca )

**Site de l'APR 04** ( <http://netrover.com/~riclec/aprmbf.html> ) **Richard Leclerc** ( riclec@netrover.com )

### COMITÉ DU JOURNAL:

André Aubert, Gérald Cholette, Gérald Picard, Normand Fontaine,

**Collaborateur:** J. Raymond Proulx

**12 Tirages par année:**

550 exemplaires - Disponible sur Internet

**Dépôt légal:** Québec(BNQ) No: 542570  
Canada(BNC)

#### Distribution du Journal

Membre en règle, Responsables SQ, SM, GRC,  
Palais de Justice(Région 04) IPQ, IPA, APPQ, APRSQ et  
Commanditaires

**Date de tombée pour les articles ou autres**

**LE 20 DU MOIS**

Abonnement Annuel : 20.00\$

**Dons acceptés**

**Publicité pour un an**

Coût : 150.00\$

### CFPM

**Club des Fonctionnaires et Policiers de la  
Mauricie**

**950 rue Tousignant**

**Cap de la Madeleine, Québec, G8V 1S2**

**Présidente :** Ginette Caron

**Vice-Président:** Réjean Trottier

**Trésorier :** Yvan Laverdière

**Secrétaire :** Suzanne Asselin

**Directeurs :** Marc Baron, Huguette Gervais,  
Georges Wolowski

**Officier désigné :** Réal Boly

**Retraité désigné :** André Champagne

**Pour devenir membre ou  
renouveler votre carte de membre**

Faire un chèque de 25.00\$ à l'ordre de : **CFPM**

### ASSOCIATION DES POLICIERS RETRAITÉS DE LA MAURICIE / BOIS - FRANCS

**DEMANDE D'ADHÉSION :** ( à compléter en lettres moulées)

\_\_\_Nouveau membre

\_\_\_Renouvellement

\_\_\_Changement d'adresse

NOM: \_\_\_\_\_ PRÉNOM: \_\_\_\_\_ RANG: \_\_\_\_\_ MAT: \_\_\_\_\_

ADRESSE: \_\_\_\_\_ VILLE: \_\_\_\_\_ CODE POSTAL: \_\_\_\_\_

POLICIER: Retraité\_\_ Actif\_\_ SQ\_\_ SM\_\_ GRC\_\_ AUTRE\_\_

FONCTIONNAIRE: Retraité\_\_ Actif:\_\_ SQ\_\_ SM\_\_ GRC\_\_ AUTRE\_\_

DATE DE NAISSANCE: 19\_\_/\_\_/\_\_ DATE D'ENTRÉE: 19\_\_/\_\_/\_\_ DATE DE RETRAITE: 20\_\_/\_\_/\_\_

DATE COMPLÉTÉE: \_\_\_\_\_

**Faire parvenir votre contribution de 20.00\$(incluant les frais du bulletin) à votre Comité Régional au  
soin de: André Champagne, trésorier, 950 rue Tousignant, Cap de la Madeleine, Qc G8V 1S2**

**Libellez votre chèque au nom de: APRO4**

### Local au QG de la SQ Cap de la Madeleine

950 rue Tousignant, Cap de la Madeleine, G8V 1S2, Tél: (819) 379-7311 "local 238" Fax: (819) 371-6993

**LIGUE-INFO-ABUS envers les aînés : 1-888-489-2287**



## ÉDITORIAL

Nous voilà enfin rendus au mois d'avril, le début du printemps. Que de soulagements après un hiver très froid et neigeux qui nous a semblé interminable. Ce changement de saison et de climat nous donnent l'occasion de remarquer lorsque l'on se promène à pieds sur les principales artè-

res de la ville, par journées ensoleillées, les gens attablés sur les terrasses à discuter de divers sujets de l'actualité dont bien sûr.....les élections provinciales.

Eh! oui, le lundi 14 avril 2003 les citoyens et citoyennes seront appelés(es) à un scrutin pour élire les candidats qu'ils jugent les plus aptes à gouverner le Québec. Que vous soyez " Péquiste, Libéral, Adéquiste ou autre " un fait demeure, il faut que vous fassiez votre devoir de citoyen et vous rendre aux urnes. Dans un tel cas, vous pourrez par la suite argumenter avec qui que ce soit sur les choix de la population car, vous vous aurez exprimé par votre vote. Je vous rappelle qu'il y aura vote par anticipation dimanche et lundi 6 et 7 avril.

Nous en avons pas terminé avec les pancartes dans les rues car, il y aura dans le district # 9 Marie de l'Incarnation une élection partielle( 1er juin) suite à départ du conseiller Daniel Perreault nommé récemment Juge au Tribunal de la Jeunesse. Comme certains le savent déjà, j'ai décidé de me porter candidat à cette élection afin d'apporter ma contribution aux gens de mon quartier. Étant résident depuis trente(30) ans, je suis persuadé que je peux apporter un vent de changement dans ce coin de la ville par mon enthousiasme, ma disponibilité, mon impartialité et mon expérience.

**André Aubert, Président**

## VOYAGE À NEW YORK:

**M.Gérald Picard** me fait part qu'il organise un autre voyage à New York pour le mois de mai dont voici les détails.

Le départ est cédulé pour le samedi 17 mai avec retour le lundi 19 mai 2003.

Le coût du voyage est le suivant:  
Occupation double : \$ 225.00  
Occupation triple : \$ 195.00  
Occupation quatuorple : \$ 180.00

Actuellement, il y a vingt-six(26) noms sur la liste. Le nombre total permis est de cinquante-deux(52).

Si nous ne pouvons rencontrer ce nombre, le transporteur va tenter de combler la différence mais alors, nous n'avons pas de montant alloué pour l'association en ce qui a trait aux passagers qui sont fournis par le transporteur. Il est donc de notre intérêt que le dit autobus soit rempli en totalité par nous.

Pour tous renseignements supplémentaires, il y aurait lieu de contacter:

**M.Gérald Picard**  
( 819) 378-7640

[gerald.picard@tr.cgocable.ca](mailto:gerald.picard@tr.cgocable.ca)

Les Assurances Bellemare & Lemaire (1996) inc.

**ESSOR**  
ASSURANCES - PLACEMENTS - CONSEILS INC.  
Cabinet en assurance de dommages et en services financiers

5000, boul. Jean XXIII  
Trois-Rivières-Ouest  
(Québec) G8Z 4L1

Bur.: 819 378 5000  
1 888 378 5000  
Télec.: 819 378 9125  
Rés.: 819 375 3279

[www.essor.ca](http://www.essor.ca)

**le Vignoble**

**GOUVERNEUR**

**Restauration - Banquets**

Laurent Déry  
Réservations : (819) 379-2131  
975, rue Hart, Trois-Rivières (Qc) G9A 4S3

## LE COIN DE L'HUMOUR:

### COUPE STANLEY:

C'est la dernière partie des séries éliminatoires de la Coupe Stanley et un homme prend son siège, un très bon siège, face au centre de la glace. Il s'assoit et remarque qu'il n'y a personne dans le siège à côté de lui. Il se penche vers son voisin pour lui demander si quelqu'un va s'asseoir là.

Non, répond le voisin, le siège est vide.

C'est incroyable!, répond l'homme. Qui serait assez fou pour avoir de si bons billets et ne pas assister à la dernière partie des séries??

Le voisin répond : En réalité, le billet m'appartient. J'étais censé venir avec ma femme, mais elle est morte. C'est la première fois que je vais assister à la dernière partie des séries seul depuis que nous nous sommes mariés en 67.

Oh ... je suis vraiment désolé. Mais vous ne pouviez pas trouver quelqu'un d'autre pour vous accompagner? Un voisin, un ami, votre famille?

Le voisin hoche la tête : Non, ils sont tous aux funérailles ...

**Yvon Bellefeuille**

### Ça prend-tu des écoeurants!!!

Aux Etats-Unis, un gars est en voiture sur l'autoroute lorsqu'il arrive à un bouchon de circulation. Quelqu'un frappe à la vitre. Le chauffeur baisse la vitre et demande :

Qu'est-ce qui se passe ?

L'autre gars dit :

Des terroristes ont pris Doubleyou Bush en otage et ils demandent 1 million de dollars sinon ils l'arrosent d'essence et ils jettent une allumette dessus... Alors vous comprenez, on passe auprès de chaque auto pour ramasser des dons.

Le chauffeur demande :

Et combien les gens donnent ?


**Environ 5 litres**

## LES ANNIVERSAIRES :

### AVRIL

2	LORRAIN Guy	Retraité SM Plessis
4	AYOTTE Claude	Retraité SQ
6	BOISLARD Jean-Roch	Retraité Fonct. SQ
7	BETTEZ Guy	Retraité SM Cap Mad.
7	GAUTHIER Normand	Retraité SQ
8	BEAUDOIN Jacques	Retraité SQ
8	PROULX Marcel	Retraité SQ
9	BAILLY Guy	Retraité SQ
10	COMEAU Michel	Actif SQ
10	COSSETTE Denis	Actif SQ
10	LAFRAMBOISE Robert	Retraité SQ
11	CARPENTIER Yves	Actif SQ
11	DE BILLY Gérard	Retraité SQ
11	ROUSSEAU Daniel	Retraité SQ
12	ALLIE Gaston	Retraité SQ
12	LEMAY André	Retraité SQ
13	LEMIEUX Gilles	Retraité SQ
15	AUBÉ Denis	Retraité SQ
16	BEUCAGE Antoine	Retraité SQ
16	LABELLE Jean-Paul	Retraité SM Victo.
17	GAGNÉ Raymond	Retraité SQ
17	LAVOIE Pierre	Retraité SQ
17	GIGNAC André	Actif SQ
18	CLOUTIER Pierre	Retraité SQ
18	GUERTIN Lucie (Vve. Mario Guertin SQ)	
19	DE REPENTIGNY André	Retraité SQ
20	HAMEL André	Retraité SM Victo.
21	PRINCE Jean-Paul	Retraité SQ
21	VADEBONDECOEUR Roland	Retraité Fonc. Prov.
22	O'BOMSAWIN Jean	Actif SQ
22	SAVOIE Yves	Retraité Fonc. Pub
23	AYOTTE Maurice	Retraité SM Cap Mad.
23	BOIRE Serge	Retraité SQ
23	DROLET Jean-Maurice	Retraité SQ
25	ROBILLARD André	Retraité SQ
27	BOILARD Lionel	Retraité SM Victo.
27	DOYON Michel	Actif SQ
27	DESCENT Jocelyn	Actif SQ
27	GAUTHIER Gaétan	Retraité SQ
27	RHEAULT Richard	Retraité SQ
28	ROY Gilles	Actif SQ
29	BOISVERT "Jos" André	Retraité SM Cap Mad.
30	COUTURE Martial	Retraité SM Victo.

**CHEZ**



**Maxime**

**Pizzeria Maxime Enr.**

**Toujours plus pour vous plaire**

LIVRAISON RAPIDE ET GRATUITE

Pizza • Brochettes • Fruits de mer

Permis d'alcool  
Stationnement en arrière

**758-1516**  
49 Notre-Dame O., Victoriaville  
**PROP : Tom Angelopoulos**

INVESTIGATIONS



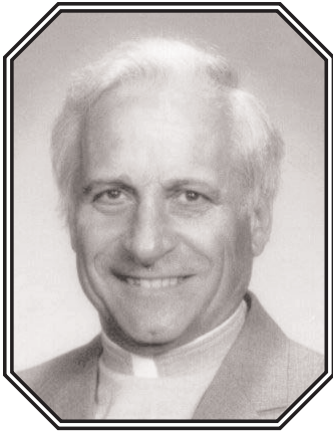
Tél./Fax: (819) 395-5193

**Investigations J.L. Alix**

**Jean-Luc Alix, prés.**  
30 ans à la S.Q.

Enquêtes et surveillance  
de tout genre.  
Surveillance électronique

C.P. 97  
St-Germain, Qc  
J0C 1K0  
Pagette : 1-888-219-1785



## UN MOT DE L'AUMÔNIER LE PRIX DU SANG SELON L'INFLATION

*La problématique des inégalités socio-économiques entre citoyens est souvent soulevée durant l'actuelle campagne électorale. Les déséquilibres dont souffre le monde ont leur racine dans le cœur même de la personne où de nombreux éléments se combattent. D'une part, comme être fini, elle fait l'expérience de ses multiples limites d'autre part, elle se sent illimitée dans ses désirs et appelée à une vie pleine et supérieure. En elle-même, elle vit des divisions ou plutôt des discordes qu'elle projette dans la vie sociale.*

*En Iran, la vie d'une femme vaut la moitié de celle d'un homme. Les minorités non musulmanes vivent le même sort. C'est en vertu de la loi is-*

*lamique en vigueur en Iran. Traditionnellement, le prix du sang d'un homme, selon l'agence France-Presse, est l'équivalent de la valeur de cent(100) ou 200 boeufs ou de 1000 moutons, soit environ \$ 18,750. Ce sont les autorités judiciaires, encouragées par des ayatollah, qui fixent chaque année le prix du sang qui varie selon l'inflation. Comment prêter à Dieu des regards si diversifiées sur les humains, ses présumées créatures ? Comment alors s'entendre sur les droits de la personne humaine ?*

*Dans les pays qui accueillent le christianisme, il y a une tendance à reconnaître l'égalité entre les personnes et à faire les droits de chacun. On vise à éviter les inégalités économiques et sociales excessives entre les membres d'une société et entre les peuples d'une même famille humaine. Le Conseil Vatican s'est beaucoup arrêté sur le respect de la personne humaine et sur l'égalité de tous les hommes. Il y a vu l'effet d'une découverte progressive dans l'histoire humaine.*

*" Doués d'une âme raisonnable et créés à l'image de Dieu, tous les hommes ont même nature et même origine; tous, rachetés par le Christ, jouissent d'une même vocation et d'une même destinée divine; on doit donc et toujours davantage, reconnaître leur égalité fondamentale "*

*Chez nous, nous sommes témoins de manifestations de femmes. Certaines féministes provoquent parfois des sentiments antipathiques ou du moins ambivalents. Dans tout groupe, il y a toujours des individus qui ne saisissent pas l'objectif de gestes à poser et n'ont pas le discernement de ce qui est opportun. Dans notre Église du Québec, le mouvement s'est développé dans une perspective de justice, de dignité et de partenariat. Il est devenu une force capable de renverser les formes de discrimination pour obtenir une représentation équitable des femmes et des hommes aux divers niveaux de notre société. L'affirmation des femmes a favorisé l'humanisation de nos milieux de vie, même si l'État, dans certaines de ses lois, ne discerne pas des risques de dérives. Le féminisme n'est pas une fin en soi, mais une étape de connaissance de la parité. Le sexisme semble être disparu. J'espère que le féminisme soit vu un jour comme un agent de changement à classer dans l'histoire. Il est malheureux que l'on mette la femme en position face à l'homme ou en recherche de pouvoir plutôt que d'en parler comme égalitaire digne de respect ou mieux comme en communion responsable d'une même mission.*

**Paul-Émile Thiffault**

**Association des Policiers et Pompiers  
de la Ville de Trois-Rivières inc.**



Bureau (819) 228-2711  
Télécopieur (819) 228-3279  
www.louisevilleauto.com

**Louiseville  
Automobile**

ROBERT DOYON  
Représentant  
Pag.: (819) 691-8179

871, boul. Saint-Laurent Ouest  
Louiseville (Québec) J5V 1L3

## ***SUIVI DU DÉJEUNER:***



*Une partie des membres qui ont assisté gaiement à notre déjeuner*



Le président **André Aubert** remettant une tasse souvenir de l'association APR 04 à Mme **Lucie Goulet** et **Jean-Guy Dagenais** pour leur passage à notre déjeuner mensuel.

La section Canadienne a été mise sur pied à London, Ontario en 1960 par M. Charles Wright. Elle inclut aujourd'hui plus de dix(10) régions à travers le Canada. Le Québec compte deux(2) régions, la Région 07- Montréal et la Région 08 - Québec. Si vous voulez en connaître plus, contactez; IPA Région 08 au 1765 boul Pie XI Nord, Val-Bélair, PQ. G3J 1N5 au numéro de téléphone (418) 845-8263

Au cours de ce déjeuner, M. **Philippe Michaud** nous a entretenu sur l'**Association Internationale de Police (I.P.A.)**, dont il est le vice-président Région 08. Cette association a pour but de créer des liens d'amitié et de coopération internationale entre les policiers actifs et

retraités de tous les pays du monde. Elle compte actuellement plus de 270,000 membres répartis dans 60 pays. L'International Police Association a été fondée en 1950 en Angleterre par un policier du nom de Arthur Troop. Son rêve était de rassembler les policiers sous la bannière de l'amitié et de la camaraderie. La devise de l'IPA «**SERVO PER AMIKECO**» en esperanto se traduit en français, «**SERVIR PAR AMITIÉ**». L'IPA, Sec-



**I.P.A**  
INTERNATIONAL POLICE ASSOCIATION  
**VIENS TE JOINDRE À NOUS!**  
www.ipa.ca

**MULTI-SERVICES MGM 2000 INC.**  
**RÉSIDENTIEL-COMMERCIAL**

**ENTRETIEN DE PELOUSES ET ARBUSTES**  
**- RÉSIDENCES LORS D'ABSENCES**  
**- TRAVAUX VARIÉS**

**MICHEL PRIMEAU**  
**PROPRIÉTAIRE**



**TEL: 697-2227**  
**PAGET: 372-2423**

## **LE COIN DES NOUVELLES:**

- *Le Cpl. Yves Roy de S.Q. La Pérade est promu superviseur à compter du 14 mars 2003 au Quartier Général à Cap de la Madeleine.*
- *Gérald Picard s'achète une Mazda 2003 Protégée.*
- *Gérald Picard se pacte une équipe et remporte la 1ère position à un tournoi de l'âge d'Or à Trois-Rivières Ouest.....Bravo !!!!*
- *Michel ST-ONGE retraité S.Q. et ex-maire de St-Mathieu du Parc, aurait été surpris par une taupe au Salon de coiffure Le Dauphin de Shawinigan, propriété de Jacques GRENIER, (frère d'André) en pleine discussion pour sa coupe de cheveux, à savoir le choix de la lame pour un rajeunissement de sa coupe de cheveux.....à SUIVRE.*
- *Jean PARENT aurait été vu posant des affiches.....*

### **TRES IMPORTANT DE PRENDRE CONNAISSANCE**

*Ne pressez pas 90# sur votre téléphone à la maison. J'ai reçu un téléphone hier soir d'un individu s'identifiant comme étant un technicien du service AT&t effectuant un test sur notre ligne téléphonique. Il m'a dit que pour compléter ce test, je devais appuyer sur la touche 90 et le signe (#) et puis raccrocher. Heureusement, j'étais méfiant et j'ai refusé. En contactant la compagnie de téléphone, ils m'ont informé qu'en appuyant sur 90#, je donnais au demandeur un accès complet sur ma ligne téléphonique, peu importe avec quelle compagnie de téléphone vous êtes ce qui lui donne l'accès de faire des interurbains qui vous seront facturés à la maison. J'ai été informé que cette manigance provient de plusieurs prisons locales. N'appuyez pas 90# pour personne.*

**Jean-Pierre Beaudoin**



*Me reconnaissez-vous ? pourtant j'ai oeuvré à Montréal, en Mauricie et retour à Montréal. Communiquez avec le Président*

- *Jean-Paul PRINCE est le nouveau responsable de l'escouade régionale mixte pour la Mauricie-Bois-Francis.*
- *André DESLAURIER est le nouveau responsable du Poste de la M.R.C. de St-Tite.*
- *Jacques AUGER est le nouveau responsable de la S.Q. Shawinigan.*
- *Madame Hélène DUFOUR, nouvelle secrétaire au B.E.C.S.T. district de Trois-Rivières.*
- *Madame Louise SAUVAGEAU retourne au S.I.J.*


**ÉLECTRICITÉ**  
RÉSIDENTIEL - COMMERCIAL  
INDUSTRIEL

**DENIS RANCOURT**  
ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN

35, Denise  
Ste-Marthe-du-Cap

**(819) 372-5445**  
Fax : (819) 374-0424



 **Caisse d'Économie Desjardins**  
**Sûreté du Québec**

---

**Siège social:**  
2100, boul. de Maisonneuve est  
Montréal, Québec H2K 4S1  
Tél.: (514) 526-7714  
Tél.: 1-800-361-4361  
Fax: (514) 526-4288

**Succursale Québec**  
5005, boul. Pierre Bertrand  
Québec, Québec  
G1K 7W2  
Tél.: (418) 621-6399  
Fax: (418) 622-8081

# CHRONIQUE SANTÉ

*Chers lecteurs et lectrices,*

*Même si l'article vous apparaît un peu scientifique, je vous invite fortement à faire la lecture qui vous donnera des informations sur le cœur, ce muscle si précieux et ainsi réaliser l'importance d'y faire tant attention. (exercice saine alimentation, etc.)*

## LE CŒUR (SUITE)

### LA CONDUCTION :

*Les contractions du myocarde (cœur) sont dues à des impulsions électriques générées par les cellules spécialisées du système de conduction et transmises aux cellules du myocarde. Egalement nécessaire à la circulation du sang, sont les contractions séquentielles des oreillettes et des ventricules.*

*Le nœud de **Keith** et **Flack**, au niveau duquel prennent naissance les influx provoquent les contractions du cœur. Celui-ci joue un rôle de centre rythmogène, comme un pace-maker. Dans un cœur normal, au repos, le nœud de Keith et Flack produit entre 60 et 100 impulsions par minute, mais il peut modifier ce rythme en fonction des besoins de l'organisme. Le signal électrique qu'il produit est transmis par la voie des cellules myocardiques de l'oreillette vers les ventricules.*

*Les variations de pressions qui se produisent dans les cavités du cœur au cours de la révolution cardiaque commencent au moment de la diastole (quand les ventricules sont relâchés). Puis, les ventricules se contractent (systole) en réponse à la transmission de l'impulsion électrique déclenchée dans le nœud de Keith et Flack quelques millisecondes plus tôt. Les phases de la révolution cardiaque provoquent des hausses et des baisses répétées de pression à l'intérieur des ventricules. On appelle pression systolique la pression maximum et pression diastolique la pression minimum. Voici ce qui explique le résultat quand on prend votre pression : 120/80, par exemple.*

*L'artériosclérose des artères coronaires et ses effets sur le cœur ont été longtemps, associé au vieillissement. Toutefois, l'âge ne serait pas le seul facteur en cause, selon des études récentes. En plus, il a été prouvé que les altérations de la fonction cardiaque dues à l'âge peuvent être atténuées par des modifications des habitudes de vie, comme l'exercice régulier, l'abandon de la cigarette et le régime alimentaire avec une réduction de la consommation de sodium (sel) et de gras. D'autres études ont également démontré que le débit cardiaque est suffisant dans des circonstances normales chez la personne âgée en bonne santé. Par contre, si l'activité physique est réduite, le ventricule gauche s'atrophie à cause de la réduction de la charge de travail.*

*Pour établir le profil du patient atteint d'un trouble cardio-vasculaire, l'infirmière lui pose des questions concernant ses habitudes de santé. Certaines habitudes ou comportements prédisposent aux coronaropathies selon des études épidémiologiques qui l'ont démontré. Il s'agit de facteurs de risque que l'on peut classer en 2 catégories : **MODIFIABLES OU NON.***

### **Facteurs ne pouvant être modifiés :**

- antécédents familiaux de coronaropathie
- âge
- sexe
- race (fréquence plus élevée chez les Noirs que chez les Blancs)

### **Facteurs pouvant être modifiés :**

- hyperlipidémie
- hypertension
- tabagisme
- hyperglycémie (diabète)
- obésité
- sédentarité
- stress
- prise de contraceptifs oraux

*De saines habitudes de vie sont bénéfiques, reconnaissons-le !*

*Portez-vous bien,*

**Lucie Légaré**





## OÙ EST LA PERFECTION DE DIEU:

À un dîner bénéfique, le père d'un enfant handicapé a prononcé un discours inoubliable. Le voici : " On dit que Dieu fait tout avec perfection... Mais où est la perfection en Shay, mon fils? Mon fils ne peut pas comprendre les choses comme le peuvent les autres enfants. Mon fils ne peut pas se souvenir des faits ni des chiffres comme le peuvent les autres enfants. Où est donc la perfection de Dieu? Je crois, a-t-il poursuivi, qu'en créant un enfant handicapé comme mon fils, la perfection que cherche Dieu est comment on réagit à cet enfant..."

Voici une petite anecdote pour vous illustrer mes propos. Un après-midi, Shay et moi nous promenions près d'un parc où des garçons que Shay connaissait jouaient au baseball. Shay me dit : " Penses-tu qu'ils me laissent jouer ?" Je savais que Shay n'est pas du tout le genre de coéquipier que les garçons recherchent d'habitude, mais j'espérais que l'on permette à Shay de jouer. Je demande donc à un des joueurs de champ si Shay peut participer. Le garçon y pense pour quelques instants et dit : " Nous perdons par six points et nous sommes à la huitième manche. Je suppose qu'il peut faire partie de notre équipe et avoir l'occasion de frapper au neuvième tour. "

Shay poussa un sourire énorme. On dit à Shay de mettre le gant et de prendre sa position. À la fin de la huitième manche, l'équipe de Shay marque quelques points mais traîne toujours par trois points. Au bout du neuvième tour, l'équipe de Shay gagne encore un point! On a deux sortants et les buts remplis, et une chance de gagner le jeu.

Shay est le prochain en ligne.

Est-ce que l'équipe va permettre à Shay de frapper, risquant de perdre le jeu? Chose étonnante, on lui donne le bâton. On sait sans doute que c'est presque impossible de gagner, car Shay ne sait ni comment tenir le bâton comme il le faut, ni comment frapper la balle. Cependant, quand Shay s'approche du marbre, le lanceur avance quelques pas pour lobber la balle assez doucement pour que Shay puisse au moins toucher la balle avec le bâton. Shay frappe lourdement au premier lancer, sans succès. Un de ses équipiers vient à son aide et les deux prennent le bâton en attendant le prochain lancer. Le lanceur avance davantage et jette légèrement la balle à Shay. Avec son équipier, Shay frappe un roulant vers le lanceur, qui le ramasse et aurait pu facilement le lancer au premier but, dans lequel cas Shay serait éliminé, et le jeu se terminerait. Mais voilà, le lanceur jette la balle en arc au champ droit, loin au-delà du premier but. Tous se mettent à crier " Cours au premier, Shay! Cours au premier! Jamais n'a-t-il eu l'occasion de courir au premier but. Il galope le long de la ligne de fond, tout étonné. Quand il atteint le premier but, le voltigeur de droite a la balle en main; il peut facilement la jeter au deuxième but, ce qui va retirer Shay qui court toujours, mais il lance la balle en haut au-delà du troisième but et tous crient : " Cours au deuxième! Cours au deuxième! " Les coureurs devant Shay, transportés de joie, encerclent les buts en route au marbre. Lorsque Shay s'approche du deuxième but, l'adversaire le dirige vers le troisième et s'exclame : " Cours au troisième! " Quand Shay passe par le troisième, les joueurs des deux équipes le suivent en s'écriant : " Fais un circuit Shay! " Shay complète le circuit, prend pied sur le marbre et tous les 18 garçons le soulèvent sur les épaules. Shay est le héros! Il vient de faire le grand chelem et de gagner le match pour l'équipe!

Ce jour-là, continue son père, les larmes aux yeux, ces 18 garçons ont atteint leur propre niveau de la perfection de Dieu...

Quelle belle histoire, vous dites-vous? Devrais-je la faire suivre?

Bizarre qu'on transmette des milliers de blagues par courriel et qu'elles se propagent, mais lorsqu'on envoie des messages au sujet des choix de vie, on n'a pas si hâte à les faire suivre...

Bizarre que l'on puisse facilement accéder aux sites obscènes et vulgaires du cyber-space, mais quand il est question de moralité, cela ne nous semble pas vraiment approprié.

Bizarre que lorsque vous faites suivre ce message (si vous décidez de le faire), vous n'allez probablement pas l'envoyer à un grand nombre de vos connaissances puisque vous n'êtes pas certain en quoi ils croient, ni de leur perception de vous pour le leur avoir envoyé. Bizarre que l'on soit plus préoccupé de ce que les autres pensent, mais non pas de sa perception de soi-même.

Le paradoxe d'aujourd'hui est que l'on a la patience de construire de grands édifices mais pas de patience suffisante pour contrôler sa colère; on a de larges routes, mais des points de vue étroits... On dépense plus, mais possède moins; on achète plus de produits, mais on les apprécie moins... On habite les maisons plus grandes, mais les familles sont plus petites; on jouit de plus de commodités, mais on a moins de temps disponible. On accumule plus de diplômes, mais on fait preuve de moins de logique, moins de discernement..

On a multiplié ses avoirs, mais diminué ses valeurs. La science permet de vivre plus longtemps, mais on a priorisé la quantité sur la qualité, car pour plusieurs en bout de ligne, la vie est triste et monotone...

On a fait le voyage aller-retour à la lune, mais on a de la difficulté à traverser la rue pour se présenter à son voisin... La technologie peut vous permettre d'expédier cette lettre à tous ceux que vous connaissez avec une simplicité étonnante, mais c'est à vous de décider si vous voulez partager ce beau texte et la moralité qu'il véhicule..

En conclusion, SVP, ne cessez pas de rechercher la perfection ! **Texte reçu de M. André Poitras**

**ÉCHOS DU DÉJEUNER 5 Mars:** Au restaurant **Resto 20**, route 20, St-Germain de Grantham

Nous avons, à ce déjeuner, reçu 57 personnes malgré une température peu commode (neige). Lors de ce repas, le Président **André Aubert** a lu une lettre émanant de **M. Guy Perron** de St-Adelphé remerciant l'APR 04 pour le don \$ 175.00 lequel, fut recueilli à la réunion de décembre.

À ce déjeuner, nous avons reçu la visite d'un membre de Québec en l'occurrence M. Philippe Michaud vice-président de l'IPA (International Police Association) accompagné de N. Allen Hamel. M. Michaud nous a fait part d'un dîner (14 mars) organisé pour le Cpt. Lucien Ouellet, aumônier de la Sûreté du Québec, qui oeuvre depuis 40 ans. Également, il mentionna qu'un concours de chorales et "band" se tiendra à Québec les 24 et 25 mai 2005. De plus, durant cette année Québec accueillera les Jeux des Policiers et Pompiers (compétition) qui comportent entre 12000 et 15000 athlètes de 70 pays.



Nous avons accueilli un nouveau membre **M. Gilles Lebrun** du service de la Sécurité Publique de Sept-Îles et réside actuellement à Drummondville. M. Lebrun fut policier pendant 18 ans mais un malheureux accident de la route l'obligea à prendre sa retraite le 19 décembre 2001. Il fut éjecté d'un véhicule lors d'un accident suivant une poursuite occasionnant de graves blessures au cou. " **Bienvenue à l'APR 04** "

Nous avons également le plaisir de recevoir à titre de conférenciers, **Mme Lucie Goulet** de l'APPQ ainsi que **M. Jean-Guy Dagenais** v-p aux finances au sein de l'APPQ et membre en règle de notre association. Ceux-ci nous ont entretenu de nos couvertures d'assurance relativement à la loi 33 du gouvernement pour les personnes de 65 ans et plus. Les détails sont mentionnés dans le journal. →



**M. Dagenais** remettant, en compagnie de **Mme Goulet**, deux chèques de \$ 150.00 et \$ 72.00 au Président pour l'annonce dans le journal. ←

**Me. Gérald Milot** recevant un montant de \$ 10.00 gagné par son épouse **Doris** et remis par **Normand Fontaine**. ↓



Le vice-président **Normand Fontaine** remet un montant de \$ 15.00 au gagnant du tirage **M. Jean Parent** ←



## CONNAISSEZ-VOUS..... LOUIS GOSSELIN



*Louis est né le 2 février 1948 dans le joli village de Saint-Casimir, dans le comté de Portneuf. Son père Paul-Émile, sa mère Aline ont eu 8 enfants, quatre garçons, 4 filles. Son père était le cordonnier du village et Louis, de ce fait, s'est initié très jeune à respirer les vapeurs de colle (blague).*

*Il a complété le cours primaire et secondaire au collège Saint-Louis de Gonzague situé à Saint-Casimir. Après la 11<sup>ème</sup> année, Louis entreprit la 12<sup>ème</sup> année préparatoire aux études universitaires, mais il ne la compléta pas car il reçut une réponse favorable, de la Sûreté du Québec en février 1967 suite à sa demande d'emploi remplie en octobre 1966. Il se rapporta donc à "l'université Poupart" le 20 mars 1967 pour un rude entraînement de huit semaines. Dès sa sortie en mai, il est muté au poste de Cowansville. Louis possédait un permis de conduire mais il ne pouvait pas, en raison de son âge et peut-être aussi, de ses capacités de conducteur, conduire un véhicule de la Sûreté en étant seul.*

*Après quelques mois à étudier les mœurs anglophones, Louis se rendit rencontrer le commandant de la division de Montréal, M. Dessureault et lui demanda d'être muté au poste de Trois-Rivières. M. Dessureault lui répondit qu'il était pour y réfléchir puis vers la fin de juin, il est muté au poste de Thetford Mines. Nouvel appel téléphonique au commandant pour lui dire qu'il accepte sa mutation mais qu'il serait gentil de penser à lui dès qu'un poste se libérera à Trois-Rivières. Le miracle se produit, 3 jours après, lorsque le commandant Dessureault le rappelle pour lui confirmer qu'il était plutôt muté à Trois-Rivières où un policier venait tout juste de prendre sa retraite. Après avoir vidé son casier ainsi que le placard de sa chambre et avoir empilé le tout dans son auto, Louis se présenta, le matin d'un beau lundi de juillet 1968, au sergent Romuald Noiseux; celui-ci s'informe s'il a trouvé un logement et devant sa réponse négative, il le dirige vers une logeuse, une dame Dugré qui lui loue une chambre.*

*Louis est resté au poste de Trois-Rivières, comme patrouilleur, de juillet 1968 jusqu'à février 1974. Il patrouilla, entre autres, avec André Aubert et c'est là, selon Louis, qu'il dit être tombé dans " un piège à ours " alors qu'André l'invita, bien innocemment, à un baptême et, comme par hasard, il lui présenta sa belle-sœur Louise. Après deux ans de fréquentations, Louis épousa Louise le 4 septembre 1971 à la cathédrale de Trois-Rivières. Le mariage a été béni par le Père Guillaume Lavallée, celui que Louis appelle le prêtre de la famille Rocheleau; il avait marié le père et la mère, baptisé et marié les trois sœurs Rocheleau et baptisé également plusieurs des enfants des trois sœurs.*

*Entre temps, le district de Trois-Rivières fut fondé, le poste et le district furent installés sur la rue Latreille dans la cité des miracles (Cap de la Madeleine). En février 1974, Louis devient instructeur à l'Institut de police de Nicolet; il enseignera les techniques de patrouille à des policiers de carrière. Puis de 1975 à juillet 1979, il a été responsable de la formation aux méthodes et techniques d'enseignement pour les nouveaux instructeurs.*

*En juin 1977, ce fût l'arrivée de leur fils Jean-François, ce qui, selon les deux époux, changea radicalement leur vie. En 1978 il est promu caporal. En 1979, alors qu'il était à l'IPQ, la bougeotte le reprend et il demande une mutation. En juillet 1979, il est muté à l'Unité d'urgence au quartier général de Montréal; il y reste environ 18 mois.*

*Au début de 1981, il se dirige au poste de Sainte Julie, où il a œuvré sous les ordres de trois commandants à ce poste : les sergents Clément Lanoix, Jean-Pierre Gariépy et Eddy Pigeon. Il a été chef d'équipe en 1981 et 1982 et il a été responsable des enquêtes de 1983 à décembre 1987. En décembre 1987, il est promu sergent et il prend la direction du poste de Cowansville et il y restera jusqu' en juillet 1989.*

En novembre 1988 il est opéré pour une hernie discale et en 1989, il demande un transfert en Mauricie, qu'il obtiendra en juillet 1989 alors qu'il devient le responsable du poste de Cap-de-la-Madeleine, sous la houlette du commandant Michel J.Y. Scott. Le 1er juillet 1990 il est promu lieutenant; on lui offre 13 postes dans quatre villes : Montréal, Québec, Sherbrooke et Trois-Rivières; il est finalement envoyé à Québec; il devient responsable d'une unité de 15 policiers à l'intérieur de l'Unité des renseignements de Québec. Il y a œuvré de septembre 1990 jusqu'au 23 novembre 1993, soit jusqu'à sa retraite.

La date prématurée de sa retraite a été causée par la terrible maladie qui l'a atteint et qui le confine au fauteuil roulant : la sclérose en plaques pour laquelle on a pas trouvé, à ce jour, de remède malgré les recherches intensives poursuivies partout au monde. Louis a eu une première attaque en avril 1990 alors qu'après une hospitalisation de 10 jours, le diagnostic est tombé, implacable. Louis est retourné au travail. Puis en avril 1992, une autre attaque, plus sévère, a forcé son hospitalisation et il en est ressorti avec un handicap à une jambe; mais il continue à travailler quand même grâce à son courage et à sa grande détermination. Une dernière crise subie en 1993 l'a laissé plus lourdement handicapé et le jour où il devait recommencer à travailler et ne désirant pas se présenter au travail en fauteuil roulant, Louis a démissionné à la surprise de tous et la consternation de ses compagnons de travail. Actuellement Louis est en quasi-permanence dans son fauteuil roulant; selon son épouse Louise, une sainte épouse. Louis est présentement dans une phase progressive secondaire, c'est à dire que la maladie évolue très lentement.

Dans sa maladie, Louis, qui garde un moral d'acier, se dit privilégié de pouvoir recevoir amour et soins dévoués de sa chère Louise et de son fils Jean-François, qui à tous les soirs, tiennent à l'aider à se mettre au lit; il habite une maison située sur la rue arrière du domicile de ses parents et il n'a qu'à traverser par le jardin pour s'y rendre. Jean-François, âgé de 25 ans, a fait ses études en génie électrique, option informatique. Il est présentement responsable de l'atelier chez Micro Médica. De plus, pour se délasser, dit-il, il continue à faire des banquets à l'hôtel Delta, ce qu'il fait depuis l'âge de 15 ans. Malgré tout, malgré l'heure de la fin de son travail, il se fait un devoir et un plaisir d'aider son père. Louis dit de lui, que c'est le fils rêvé.

Dans le passé, Louis s'est grandement impliqué dans l'organisation du hockey mineur à Saint-Bruno de Montarville, à titre de superviseur, entraîneur et responsable du programme MAHG (méthode d'apprentissage de hockey sur glace). Depuis deux ans, il s'intéresse à la généalogie et il fait des recherches, surtout en géopolitique, sur internet. J'ai rencontré Louis dans son foyer, où Louise est perpétuellement présente, et je peux vous affirmer qu'il s'agit d'un endroit chaleureux, baigné d'amour, de tendresse, de joies et d'harmonie. Voilà vous connaissez mieux ce couple amoureux qui, malgré les épreuves, a su garder un équilibre qui force l'admiration.

Le bonheur est palpable dans ce havre de paix.

**Le Reporter débridé Gérald Cholette**



Gracieuseté de :

**L'ASSOCIATION  
DES POLICIERS PROVINCIAUX  
DU QUÉBEC  
1981 rue Léonard de Vinci  
Sainte-Julie ( Québec )  
J3E 1Y9**



**Valeurs mobilières  
Desjardins**

**Luc Bastien**  
Conseiller en placement  
Investment Advisor

1350, place Royale  
Bureau 1100  
Trois-Rivières (Québec) G9A 4J4

Mylène Bruneau  
Assistante administrative

(819) 693-3750  
1 888 316-3750  
Télécopieur : (819) 693-2666  
luc.bastien@vmd.desjardins.com

Conseiller émérite 2001