



ASSOCIATION
DES
POLICIERS RETRAITÉS
MAURICIE / BOIS - FRANCS



JOURNAL DES RETRAITÉS

FÉVRIER 2004

VOLUME 13 NO: 2

*Rien n'est plus plaisant que de recevoir un message
qui touche le coeur, qui fait sourire et qui fait plaisir!*

" BONNE ST-VALENTIN "

(14 février)



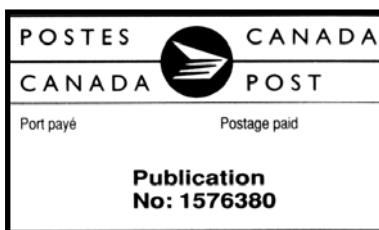
COTISATION :

**À tous les membres, je vous avise que la cotisation pour
l'année 2004 et maintenant dûe.**

(Voir éditorial à ce sujet)

DÉJEUNERS À VENIR :

Le 4 Février 2004, Restaurant **l'Oncle Ben**, rue Garnier, Shawinigan, 819-539-7272
Le 3 Mars 2004, **Resto 20**, Autoroute 20, St-Germain de Grantham, 819-395-4500
Le 7 avril 2004, Club de golf **Métabéroutin**, Ile St-Joseph, Trois-Rivières, Qc.
Le 4 Mai 2004, Restaurant Chez Maxime, rue Notre-Dame Ouest, Victoriaville, 819-758-1516



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

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

COMITÉ EXÉCUTIF

Président :

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

Secrétaire :

Paul Rancourt (819) 693-7683
(pranc@aei.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 :

Jacques Sirois (819) 693-1560

Trésorier :

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

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

Protocole

Michel Thibeault (819) 377-3790
(mike_chef_tibo@hotmail.com)

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

Site de l'APR 04 (<http://aprmbf.webcentre.ca/>) **YVES CHAMPOUX** (aprmbf@yahoo.ca)

COMITÉ DU JOURNAL:

André Aubert, Gaston Huard, Gérald Picard, Michel Primeau.

Collaborateur: J. Raymond Proulx

9 Tirages par année:

450 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: Georges Wolowski
Trésorier : Yvan Laverdière
Secrétaire : Suzanne Asselin
Directeurs : Huguette Gervais, Christian
Pichette
Officier désigné : Cpt. Pierre Boisvert

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

Faire un chèque de 26.00\$ 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



L'année 2004 nous rappelle que notre association amorce sa treizième année d'existence. Beaucoup de chemin a été parcouru depuis, grâce à la bonne volonté de tous les membres. Dans cette perspective, le Comité Exécutif s'est réuni au mois de janvier pour discuter de certains sujets. Le premier discuté fut celui de la cotisation.

Il a été résolu que la période de paiement pour la cotisation s'échelonne du **1er janvier au 31 mars** de chaque année. Après cette date, tous ceux et celles qui n'auront pas effectué leur déboursé se verront privés des services de l'association.

Comme il avait été mentionné à l'assemblée annuelle, lors du premier déjeuner à Victoriaville nous avons remis un montant de \$ 100.00 lequel fut réparti en des prix de \$ 20.00. Cette remise de \$ 100.00 sera maintenue à tous les déjeuners.

De plus, nous avons discuté de l'organisation de certaines activités pour les membres durant l'année; journée de golf, tournoi de quilles, pêche aux petits poissons des chenaux, cabane à sucre etc. Ces activités se tiendront autant sur la rive nord que la rive sud. Cependant, l'organisation et la mise en place de tels événements demande l'implication de bénévoles. Nous sommes ouverts à ceux et celles qui auraient des suggestions et qui voudraient en organiser. Nous vous remercions sur ces activités dans les mois à venir.

Également, il en est de même pour le journal. Je vous rappelle que tous les membres peuvent nous envoyer des photos, articles ou anecdotes pour parution dans notre journal. Vous remarquerez dans la présente édition une page spécialement éditée pour ces items. La même invitation vous est faite concernant nos déjeuners, nous sommes ouverts à ce qu'il y ait des conférenciers qui nous entretiennent sur des sujets qui nous préoccupent. Si vous en avez, tenez-nous en informer..... Ensemble, nous pourrions nous améliorer.

André Aubert, Prés.

CAISSE D'ÉCONOMIE DESJARDINS SÛRETÉ DU QUÉBEC

EN BREF...

RETOUR D'IMPÔT RIME AVEC DROITS INUTILISÉS

Jusqu'à l'âge de 69 ans, que vous ayez des revenus de travail ou non, vous pouvez cotiser vos droits inutilisés afin de minimiser vos impôts ou mieux encore, bénéficier d'un retour d'impôt. Une raison de plus d'en profiter !

REER

À vous d'en profiter ! 1% de plus sur toute nouvelle cotisation **REER** ou tout transfert **REER***. Tous les membres de votre famille peuvent bénéficier de cet avantage. Vous pouvez également contribuer au **REER** de votre conjoint(e).

Participez au concours **REER**, vous pourriez vous mériter un prix des plus intéressants.

(*) Provenant d'une autre institution financière et investi dans un certificat d'épargne à terme.

FONDS DESJARDINS

Une gamme intéressante de Fonds Desjardins, fiscalement avantageux est offerte à nos investisseurs.

Alors n'hésitez plus, communiquer avec votre conseiller.

(514) 526-7714 (région de Montréal)
(418) 622-7287 (région de Québec)
1 800 361-4361 (sans frais)





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

LE COIN DE L'HUMOUR:

Pour un bon travail d'équipe!

LEÇON n° 1 :

Un homme entre dans la douche au moment précis où sa femme en sort, lorsque la sonnerie retentit à la porte de leur maison. Après une brève discussion pour savoir lequel des deux va aller répondre, la femme cède et s'enroule dans une serviette de toilette, descend les escaliers en courant et ouvre la porte d'entrée.

C'est Bob, le voisin de palier.

Avant qu'elle ait pu dire un mot, il lui lance : "Je te donne 800\$ immédiatement si tu laisses tomber la serviette qui te couvre.

Un peu étonnée, elle attend quelques secondes puis desserre la serviette et se retrouve nue devant Bob. Il la regarde, puis lui tend 800\$ en billets de 100\$. Un peu éberluée par cet épisode mais contente de la petite fortune qu'elle vient de faire en à peine 10 secondes, elle remonte dans la salle de bain.

Son mari, encore sous la douche, lui demande ? C'était qui? " Bob, le voisin de palier lui répond son épouse. Le mari: " Super, il t'a rendu les 800\$ qu'il me doit? "


Morale de la leçon n° 1 :

Si vous travaillez en équipe, partagez rapidement les informations concernant les dossiers communs, vous pourrez ainsi éviter une mauvaise publicité ou des malentendus !

LES ANNIVERSAIRES : FÉVRIER

1	SANSFAÇON Jacques	Retraité S.Q.
2	DAGENAIS Jean-Guy	Actif A.P.P.Q.
2	GOSELIN Louis	Retraité S.Q.
3	CHARLAND Robert	Retraité S.Q.
3	DOUCET Serge	Retraité S.Q.
4	ROBITAILLE Roger	Retraité S.Q.
7	FONTAINE Pierre	Retraité S.Q.
10	FORTIER Guy	Retraité S.Q.
10	TRUDEL Jean-Marc	Retraité S.Q.
11	DUGRÉ Claude	Retraité S.Q.
11	PROVENCHER Roger	Retraité S.Q.
12	DUBÉ Roger	Retraité S.M. Trois-Riv.
12	RANCOURT Pierre	Retraité S.P.V.M.
13	BERGERON Guy	Retraité S.Q.
13	BÉZIER Murielle	Actif Caisse Éco.S.Q.
14	HUOT Claude	Retraité S.Q.
14	LACOURSE Roger	Retraité S.Q.
15	PLOURDE Jean-Claude	Retraité S.M. Trois-Riv.
15	MASSICOTTE Marcel	Actif S.M. Trois-Riv.
17	BOISVERT Rita	Veuve Policier Cap Mad.
17	ST-LAURENT Paul	Retraité S.Q.
18	AUGER Julien	Retraité S.Q.
18	GÉLINAS Yves	Retraité S.Q.
18	NORMANDIN J.Maurice	Retraité S.M. Longueuil
19	DAIBLE Paul-Maurice	Retraité S.Q.
19	DÉSY Laurent	Retraité S.Q.
20	CARRIÈRE Richmond	Retraité S.Q.
21	BRODEUR Marcel	Retraité S.Q.
23	DIONNE Jean	Retraité S.Q.
24	BIENVENUE Luc	Retraité S.Q.
24	DÉSAULNIERS Gérald	Retraité S.Q.
25	DÉSAULNIERS André	Retraité S.Q.
25	TROTTIER Gilles	Retraité S.Q.
25	VEILLETTE Léon	Retraité S.Q.
26	DUSSAULT Marc	Actif S.Q.
26	CÔTÉ Raoul	Actif S.Q.

BONNE FÊTE À TOUS(TES)

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

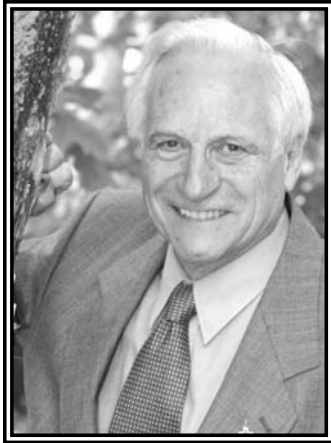
INVESTIGATIONS

Investigations J.L. Alix
Tél./Fax: (819) 395-5193

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 NOUS VIVONS BIEN . MAIS AVEC QUELS MOYENS

Le "**je m'enfoutisme**" de plusieurs de nos concitoyens entraîne des situations devenant sources de problématiques sociales et économiques avec conséquences éventuelles sérieuses. Qui s'en préoccupe? Qui désire en démêler la complexité ou en étudier les composantes? Examinons la réalité de deux de ces problématiques.

LA DÉNATALITÉ AU QUÉBEC, selon l'Institut de la statistique au Québec.

En 2002, un record " **dans le rouge** " depuis 50 ans : 72000 bébés sont nés au Québec et le nombre d'avortements a atteint 20140, même si les Québécoises ont eu recours à la pilule du lendemain vendue sans ordonnance médicale. 67% des naissances sont des premiers enfants venant d'une union libre. Selon les sociologues, l'état du couple devrait nous inquiéter. Par rapport aux pays qui nous servent de points de comparaison, nous avons le plus de gens de 35 à 65 ans qui vivent seuls alors que des plus jeunes rejettent la vie de couple. Le quart des Québécoises n'ont pas d'enfant, tandis qu'en France c'est 11%. Y a-t-il un lien de cause à effet à chercher dans la philosophie des mouvements féministes qui souvent entraînent dans une révolution plutôt qu'à une évolution.? Notre pire ennemi est l'absolu dans lequel on se fige : c'est ça ou rien. Si on n'a pas ce qu'on veut, on fait sauter la baraque! L'absolu des paroles, des schèmes de référence, des modèles à suivre, tout ça, c'est de l'irréel ", écrivait **Jean-Guy Dubuc**. Pourtant nous continuons à rêver d'un pays distinct par son identité propre assurée par notre souche française !

LA DETTE À 335000\$ l'heure en date du 13 décembre 03.

Au temps des Fêtes dernier, l'endettement des ménages au pays atteint 115% de leur revenu disponible. L'obtention de crédit est devenu d'une facilité presque inconsiderée face au coussin financier à la portée des ménages. Car il y a toujours une fluctuation possible des coûts d'emprunt et du service de la dette, suite aux conditions économiques sous-jacentes. Devons-nous maintenir la mentalité du " emprunter pour acheter"? On s'est gargarisé depuis 1947 du modèle québécois de la gestion des biens publics en enrégistrant déficit zéro sur déficit zéro. C'était le refrain de candidats, aux dernières élections, voulant endormir notre conscience sociale face au bien commun, alors que la dette progressait de 335000\$ l'heure. "**Acheter maintenant et payer plus tard**" À moins qu'il y ait urgence ou un besoin de base, quelle habitude à présenter aux citoyens ! Il s'agit d'étaler les paiements dans le temps. Pratique qui nourrit la discussion des comptables pendant que nos impôts et les profits des sociétés d'État ne suffisent pas à équilibrer. La dette du Québec est de plus de 110 milliards \$.

Réveillons-nous. Ces réalités devraient nous motiver à suivre davantage les budgets et les opérations de nos administrations petites ou grandes pour souhaiter des réajustements et accepter des coupures. Il est assez facile de faire des rêves, car nous sommes fiers. Mais qui va payer pour nos habitudes de vie et nos désirs? Pas assez de questionnements dans nos médias et pas de transparence suffisante de la bouche de nos élus .

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

PONTIAC BUICK GMC

Louiseville Automobile

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

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

INFORMATIONS et POTINS:

- Nous apprenions dernièrement que **Lucie**, la conjointe de notre confrère retraité **Paul St-Laurent**, avait quelques problèmes de santé. Nous lui souhaitons un " **prompt rétablissement** ".
- Bienvenue à **Julie Frechette**, qui est la fille de **Normand** du B.R.E. et **Danièle**. Elle est médecin et oeuvre depuis le 5 janvier dernier au CLSC Cloutier du Rivage, CLSC Des forges et au Collège Laflèche.
- Lors de la journée du verglas le 11 décembre 2003, **Michel Comeau** du B.R.E. glisse au travail et en tombant se fracture la cheville. Nous te souhaitons " **prompt rétablissement** "
- Cette même journée, **Alain Michaud** de B.R.E. tombe en sortant de chez lui et se frappe la tête sur les marches de béton ce qui demanda quelques points de suture pour fermer la plaie. Heureusement qu'il a la tête dure, il n'a pas eu de fracture et retourna au travail. Conclusion Messieurs; faire attention à la glace pas seulement sur la route.
- **Yannick Pépin**, fils du **Sgt. Serge Pépin** de Victoriaville lequel, est membre des Forces Armées, est parti pour Kaboul en Afghanistan depuis le 22 janvier pour une période de six(6) mois. Il en est de même pour **Jean-Philippe Morin**, fils de **Lt. Serge Morin** de Trois-Rivières, qui partira le 22 février prochain pour Kaboul également plus précisément pour le Camp Julien. Bonne chance Messieurs et soyez prudents lors de votre mission de paix en ce pays.
- Le 19 janvier dernier, dans le milieu de la Ligue de quilles des Fonctionnaires, l'ami **Serge Montpetit** du B.R.E. a roulé une partie parfaite de " 300 ". Je pense que tu es prêt pour la télévision. **Félicitations** pour cette belle performance.

Les voyages forment la jeunesse !

Le 15 janvier 2004 aux petites heures du matin les agents Michel Bastarache et Sylvain Bellemare du B.R.E. (anciennement le BEC) se dirigent vers Kingston Ontario pour rencontre un plaignant. Arrivés à destination, panne de véhicule sur l'autoroute. Il faisait très froid et la transmission a " foirée "

Après avoir appelé au Quartier Général pour s'enquérir si la remorque irait les chercher. L'entente avec le "Boss" disait de trouver un garage pour réparer l'auto. Ils ont chercher dans trois(3) garages et même le concessionnaire aimait ne pas toucher à l'auto. Les gars ont tenté de louer un véhicule, impossible car le véhicule devait demeurer en Ontario. Plusieurs discussions avec les "Boss" et ils devaient coucher à l'hôtel et le lendemain un autre agent irait les chercher mais encore là, ça ne marchait pas. Les agents Bastarache et Bellemare se dirigent chez le plaignant pour le rencontrer mais ce dernier était rendu au Terminus d'autobus puisqu'il se dirigeait vers Montréal. Ils l'ont donc rejoint au terminus car même l'autobus était en retard à cause du froid. Les deux agents ont accompli leur devoir et sont revenus à Montréal en autobus avec le plaignant. Ils se sont dirigés ensuite au Quartier Général de Montréal pour récupérer un véhicule loué pour leur retour à Trois-Rivières et croyez-le ou non, le véhicule ne partait pas. Encore du trouble et quelle journée pour nos deux limiers. Sur ce, croyez-vous que les réparations ont été bien faites sachant que ces deux agents ne maîtrise pas pas la langue de Skakespeare.

Une Taupe

Nous apprenions tout dernièrement, le décès de Mde **Lucille Paré**, à l'âge de 79 ans et 7 mois, le 11 janvier dernier à Dolbeau au Lac St-Jean. Les funérailles ont eu lieu le 14 janvier. Cette dernière était la mère de **Colombe Lavoie**, épouse de **Jacques Boivin** de Drummondville.

" SINCÈRES CONDOLÉANCES "
À LA FAMILLE ÉPROUVÉE.

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

ÉCHOS DU DÉJEUNER du 7 Janvier au ; Restaurant Chez Maxime à Victoriaville

Le mercredi 7 janvier dernier, nous amorçons notre série de déjeuners à Victoriaville où nous attendaient les organisateurs **André Plourde** et **André Lemay** ainsi que quarante-huit (48) participants à cette première. Tout ce beau monde était en forme malgré la fatigue possible du temps des Fêtes.

Nous avons souligné les anniversaires des personnes présentes en l'occurrence Madame **Marie-Andrée Gilbert**, épouse de Richard, **Laurien Lemieux** et **Serge Pépin**.

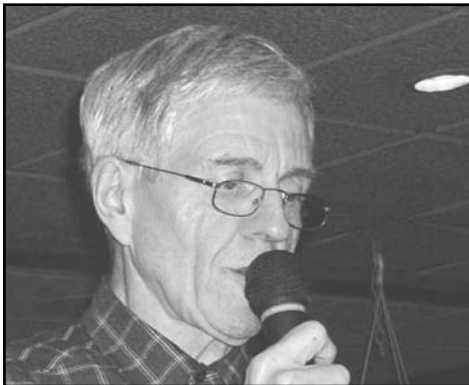


Notre ami **Gérard Garneau** s'est prêté volontier à prendre la charge de maître de cérémonie. Je dois vous dire qu'il s'en est admirablement bien tiré avec des anecdotes très choisies.



Il nous a été très agréable de revoir notre confrère **André Demers** parmi nous sachant que ce dernier a subi certains traitements en cardiologie tout récemment à Montréal. Bon retour.

Un autre confrère que nous n'avions pas vu depuis un certain temps. Vous l'avez assurément reconnu **Gilles Roberge** l'expert en autos volées au Service d'Identité Judiciaire.



Notre bon ami et organisateur du déjeuner à Victoriaville **André Plourde** nous a encore bien fait rire par ses commentaires élogieux sur certains retraités dont voici quelques extraits;

- Si vous avez remarqué ce matin **Gérard Garneau** a quelque peu la tremblotte. Ce n'est pas qu'il est en manque d'alcool oh! que non, il s'est fait "patcher" et il est en sevrage...il a arrêté de fumer hier.

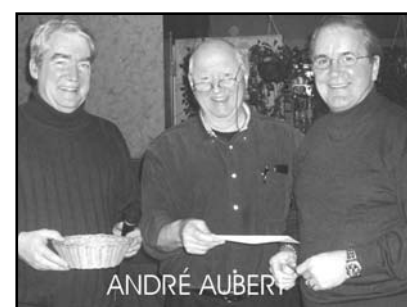
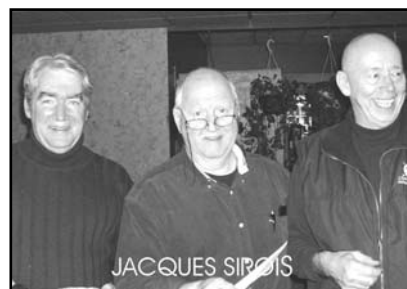
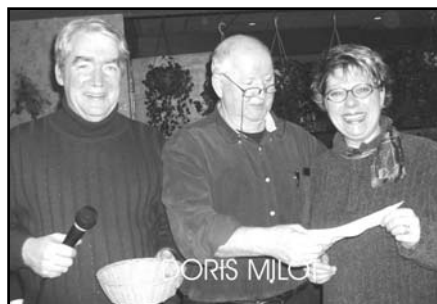
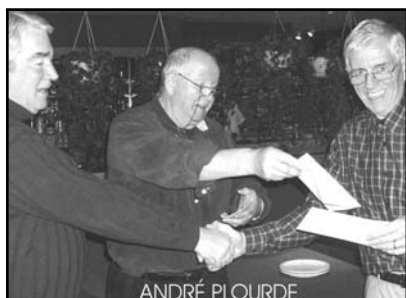
- **Doris Milot** sait économiser. En effet, à tous les mois de novembre elle sort de son tiroir toujours le même coquelicot qu'elle porte fièrement à sa boutonnière lors de l'armistice.

- **Richard Gilbert** entend un bruit dans sa salle de toilette. Il ne peut le localiser et pense même de faire exorciser sa maison.
- Un nouveau retraité sera des nôtres officiellement le 16 janv.2004. Il s'agit de **Réal Carignan** qui a terminé sa carrière à Cap de la Madeleine mais résident de Victoriaville. Réal s'est déjà trouvé un "hobby", il est famille d'accueil. Son nom est "**GOMEZ**" un chien pour la Fondation MIRA.
- **Charles et Micheline Brideau** sont grans-parents d'une jolie petite fille se prénommant **Victoria**. Charles a fait l'acquisition de la chanson "**Victoria**" du Groupe Garolou dans les années 1975-80.
- Je veux remercier publiquement André Lemay pour sa grande générosité car il m'a fait un don. Il m'a remis tous ses fusibles car il a changé sa boîte à fusibles pour une avec disjoncteurs.

SUIVI DU DÉJEUNER:

- **André Demers** revient de loin. En effet, au mois de novembre 2003, il a voyagé. Son itinéraire: le 7 novembre il s'est fait opérer à l'hôpital St-Joseph de Trois-Rivières. Transféré à l'hôtel Dieu d'Arthabaska le 21 puis, une visite d'une journée le 26 novembre à l'Institut de Cardiologie de Montréal et retour à son domicile. Je me joins à tous les retraités ici présent pour te souhaiter une bonne convalescence et reviens nous en forme. André ne te fait pas de soucis pour ton coeur, il battra le reste de ta vie.
- Entendu sur les ondes de la radio locale, le **Cpl. Jean Morin** a annoncé le plus sérieusement que lors d'un vol par effraction la plaignant s'était fait voler une fendeuse à neige. Un lapsus à oublier.
- Bonne chance au retraité **Clément Rodrigue** qui doit subir une intervention chirurgicale sous peu.
- Yvan Masse est présentement à visiter une exposition internationale de meubles à Toronto. Nous ne savons pas si l'achat ou la vente de meubles l'intéresse.
- Lors de notre party des fêtes des retraités, **Jacques Vaillancourt** a fait une entrée très remarquée au restaurant. En effet, coiffé de son chapeau "**Indiana Jones**" il a échappé sa bouteille de vin sur le plancher en ciment sans toutefois l'endommagée. Nous le soupçonnons d'avoir transporté son vin dans une bouteille de plastique.

Comme nous l'avions mentionné lors de notre assemblée annuelle de décembre dernier, nous avons effectué le tirage de cinq(5) prix de présence de \$ 20.00 le tout orchestré par **Gérard Garneau** et **Jacques Vaillancourt** dont, voici les heureux gagnants;



PRIÈRE DU RETRAITÉ:

Seigneur, fais que nous soyons un groupe d'amis qui s'aiment et qui s'entraident. Ensemble, nous sommes réunis pour mieux se connaître et pour partager nos expériences de retraités.

Ensemble ce matin, nous voulons te louer pour le don de la vie et te présenter nos activités en offrande spirituelle. Merci, pour la nourriture et les biens dont nous disposons. Merci, pour le soutien apporté par nos amis.

Ensemble, nous te prions pour l'espérance à travers nos limites sur cette route de pèlerin vers la cité céleste. C'est là que nous trouverons à la suite de ton fils, paix de l'âme, plénitude de vie et joie sans fin comme couronnement du don de notre vie.

(Composée par notre aumônier)

CHRONIQUE SANTÉ

Chers Lecteurs et Lectrices..... Bonjour à vous tous

*Voici, tel que promis, la suite des soins à apporter aux pieds des diabétiques.
Ceci s'avère très important car la sensibilité chez ces personnes est très réduite.*

5- Un examen régulier des chaussures est indispensable : vérifiez tous les jours l'intérieur des chaussures avec la main à la recherche de décollements du revêtement interne, d'une usure anormale du cuir, de corps étrangers...

* avec la pulpe de l'index, à l'intérieur de la chaussure, suivez le trajet des coutures et les bords de la semelle interne,

*avec la pulpe des quatre doigts, " ratissez " le fond de la chaussure, mais aussi le toit de l'avant-pied et la partie enveloppant l'arrière du talon.

Lorsqu'on a des pieds à risque de complications " il faut mettre la main dans sa chaussure avant d'y mettre le pied "

Si vous avez des supports plantaires (semelles) :-

- Ils doivent également être contrôlés régulièrement. Le cuir peut être endommagé par la transpiration : il apparaît presque noir, très dur et craquelé.

- La durée de vie d'un support plantaire porté tous les jours est en moyenne de 6 mois.

- Il faut sortir tous les soirs les supports plantaires des chaussures, pour qu'ils s'aèrent.

- Si leur surface est en cuir, il faut les enduire d'une très légère couche de crème transparente une fois par mois(moins il y aura de crème mieux ce sera, mais il en faut quand même un peu).

6- Un entretien régulier des chaussures est essentiel :

* Cirez-les régulièrement pour nourrir le cuir et pour qu'il reste souple.

* Surveillez l'usure du talon. Normalement la pose du talon sur le sol se fait par le bord postéro-externe du talon et il est normal que le talon s'use progressivement à ce niveau. Par contre, une usure du bord externe du talon témoigne souvent d'une altération de la statique du pied (varus talonnier) de même qu'une usure trop postérieure ou postéro-interne (valgus talonnier).

*Toutes déformations ou usures anormales d'une chaussure peuvent être la conséquence d'un trouble de la statique du pied ou d'un trouble de la marche, cette usure anormale contribue à accentuer le trouble qui l'a provoquée. Si vous avez une paire de chaussures dans lesquelles vous vous sentez bien et qu'elles sont de qualité, il est le plus souvent possible de faire ressemeler les parties usées. C'est d'ailleurs souvent préférable plutôt que d'acheter une nouvelle paire de chaussures de mauvaise qualité. Ne faites pas mettre de fers, ils déséquilibrent la marche.

*Consultez votre médecin avec vos chaussures habituelles " de tous les jours " afin qu'il puisse les examiner et confronter les constatations de l'examen de vos pieds avec les constatations de l'examen de vos chaussures.

Il est fortement conseillé d'avoir au moins deux paires de chaussures et d'alterner chaque paire à chaque jour :

- d'une part, pour les laisser reposer et s'aérer un jour sur deux,

- d'autre part, car cela permet d'alterner les points de pression de la voûte plantaire. Cette alternance des points de pression est bien évidemment réalisée au mieux si les deux paires de chaussures ne sont pas du même modèle.

La suite du prochain article traitera de conseils pendant les vacances, que faire si la peau est sèche, etc.

A la prochaine,

Lucie Légaré



Les gens âgés.....

Les gens âgés écoutent la radio, mais on ne joue jamais des chansons pour eux, ce n'est pas payant.

On leur vend des calmants, des pilules, des onguents mais, ce n'est que d'amour dont ils ont besoin comme médicaments.

Les gens âgés, ont les a oubliés tout au fond des foyers ou les gouvernements les ont enfermés.

Ils ont tout donné, leur amour, leur santé, tout ça pour les enfants, ils ont tout sacrifié même les rêves les plus grands.

Une seule fois tous les ans, on viendra les visiter, des parents s'est occupés.

Une seule fois tous les ans, on viendra les embrasser, ça oblige le jour de l'An.

On est tous des vieux, qu'on le veuille ou non. On sera un jour comme eux, même riches à millions.

On est tous des vieux, ce n'est qu'une question de temps. Heureux ou malheureux d'avoir eu des enfants.

Les gens âgés, ne parlent même plus, ils ont trop à dire, une vie à raconter, qui va les écouter.

Ils se courbent le dos et regardent leurs pieds. se demandant pourquoi au bout du chemin, ils sont arrivés.

Ils ont tout donné, leur amour leur santé, tout ça pour les enfants, ils ont tout sacrifié même les rêves les plus grands.

Et du fond de leurs prisons, ils relèvent parfois le front quand ils viennent pour signer, c'est quand vient la fin du mois et le chèque de leurs pensions qu'on fait semblant de leurs donner.

Les gens âgés ont le goût de pleurer, car ils ont tout le temps de renaître au passé, revivre leurs 20 ans.

Ils n'ont rien oublié, si leur dos a courbé c'est qu'ils ont trop souvent porté les chagrins et les peines des enfants.

Les gens âgés ont le temps de prier car, ils sont devenus au fil des années de simples enfants.

Ils demandent au Bon Dieu de parfois penser à eux, s'Il a une minute ou deux

Ils demandent au Bon Dieu, pourquoi Il a oublié de venir fermer leurs yeux.

André Sylvain

P.S. Ce texte m'a été envoyé par Gaston Huard et je tenais à l'insérer dans le journal. Simplement pour nous conscientiser sur la solitude et parfois le désespoir des gens âgés.


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
---	---

CONNAISSEZ-VOUS..... NORMAND FONTAINE



Nous rencontrons cette fois un trifluvien de naissance, un gars élevé dans un quartier pauvre mais, la vie s'est chargée de lui montrer le droit chemin il est devenu policier pour la sûreté du Québec, c'est peu dire.

Normand est né un 14 mai 1947 ce qui en fait encore un jeunot, dans la paroisse des 7 allégresses d'un père vendeur des produits Familex, d'une mère s'occupant de son mieux de sa famille. Il a 2 frères dont un religieux et l'autre à sa retraite en motorisé et d'une petite sœur. Il fait ses études primaires à l'école St-Paul dans le quartier Ste-Cécile. Pour ses études secondaires il pense qu'il a la vocation comme son frère Charles et nous le retrouvons au juvénat de Pointe-du-Lac. Il s'avère qu'il n'a pas la vocation et se dirige donc vers l'Académie La Salle aujourd'hui "édifice Capital" afin de poursuivre ses études secondaires. Pendant plusieurs années il est camelot en livrant les journaux soit La Presse, la Gazette et le Montréal Star pour se procurer de l'argent et en même temps aider ses parents.

À une certaine époque si tu n'étais pas en communauté, tu devenais professeur laïc, un gars d'usine ou un policier, notre ami Normand a choisi le professorat et le voilà donc à l'école normale de ville St-Laurent. Il faut survivre tout en étudiant car le proverbe " ventre affamé n'a point d'oreilles " s'applique et nous le constatons aujourd'hui avec des opérations des petits déjeuners pour les écoles, qu'il est difficile d'étudier le ventre vide. On le retrouve donc successivement comme responsable d'entrepôt pour le CN, chef cuisinier à l'expo 67 dont la spécialité était les fruits de mer, comme infirmier aux hôpitaux Bellechasse et Maisonneuve. Nous constatons qu'il a déjà le désir de servir mais il se rend compte qu'il n'est pas fait pour enseigner, dans les programmes réguliers mais qu'il aime par contre les communications.

*C'est d'ailleurs lorsqu'il était infirmier à l'hôpital Bellechasse, qu'un certain 3 juillet 1967 il rencontre celle qui saura lui faire battre le cœur plus fort que la normale. Pendant deux ans, il fréquentera **Lucienne Jacob** infirmière auxiliaire et un certain 14 juin 1969 à l'église St-Eugène de Rosemont de Montréal, ils ont dit oui à l'amour et à la vie ensemble; et celle-ci leur aura permis beaucoup de surprises heureuses et douloureuses mais comme l'amour est plus fort que la police, il a pris sa retraite mais il est encore en amour avec Lucienne. La vie les aura comblé par l'addition de **Julie** née en avril 1973 à Granby qui vit avec son conjoint **Alain** lui aura donné un petit-fils **Simon** qui le fait craquer. En mars 1978 après 9 mois très spécial pour Lucienne car elle devait demeurer coucher, **Martine** a vue le jour à l'hôpital de La Tuque. Il faut souligner ici, que bon nombre d'entre nous l'aurions souhaité, c'est que Normand a assisté aux deux accouchements de sa femme même que c'est lui qui a reçue Martine à sa sortie. Martine demeure à London Ontario avec son conjoint **Pascal** et est éducatrice.*

Comme infirmier, Normand est souvent en contact avec des policiers de Montréal suite à des accidents où les victimes passent par l'hôpital ou encore parce que Normand les aura appelé après avoir constaté des situations où le malade semblait une victime d'abus ou autres raisons. Il constate alors qu'il pourrait servir comme policier, le voilà donc à la quasi nouvelle université qu'est l'IPQ à Nicolet dans la 10e promotion où il est assermenté en avril 1971 comme membre de la Sûreté du Québec.

Sa première assignation est le palais de justice et Parthenais pour passer de juin à septembre 1971 comme policier aux relations publiques à Terre des hommes. Nous le retrouvons par la suite comme patrouilleur au poste de Granby. Pendant son passage à ce poste il a servi aux jeux olympiques de Bromont à l'abri des intempéries dans les corridors avec les athlètes.

En septembre 1976, nous le retrouvons chef d'équipe au poste de La Tuque pour revenir près de son lieu d'origine en mai 1980 toujours comme chef d'équipe au poste du Cap-de-la-Madeleine sur la rue Latreille. De 1993 à 1997 nous le retrouvons comme agent au relation communautaire pour le district 04 et le voilà prêt à ce moment pour sa retraite.

Normand de tout temps avec Lucienne a été associé aux loisirs des jeunes et des aînés que ce soit comme bénévole, comme organisateur d'activité et pas seulement pour ses enfants. Son implication après avoir été vice-président du CA de l'organisation la maison Le Far au Cap-de-la-Madeleine est comme membre des Toastmasters pour une 11e année et dernièrement il fut nommé Gouverneur du secteur 32.

Ses loisirs ont été occupés pendant plusieurs années comme moto-touriste avec sa Lulu où il fut reconnu comme moto-touriste provincial en 1985 après avoir traversé les étapes de son club et de la Mauricie. Il a laissé la moto pour faire de la bicyclette tandem avec Lucienne un peu partout dans la province et ailleurs comme en Ontario quand il va voir sa fille. Il fait du camping tout en pratiquant la bicyclette.

Normand est un membre quasi fondateur de notre APR avec Gérald Picard et fut notre responsable protocolaire jusqu'à tout dernièrement. Comme communicateur il anima des déjeuners, des rencontres autres que les déjeuners. Il fut aussi un des membres restreint avec Duquette, Bourassa à préparer le journal que nous recevions chaque mois.

Pour Normand notre association doit se renouveler, doit faire en sorte de créer une relève car nous vieillissons, que chacun des membres trouve sa façon d'y participer sans nécessairement donner des heures et des heures, mais en participant entre autre au déjeuner. Pour Normand il lui semblerait normal d'avoir toujours plus de 100 personnes au déjeuner. Le réseau téléphonique qui devrait être encore plus actif non pas seulement pour annoncer les déjeuners, mais aussi pour prendre des nouvelles des membres, briser l'isolement dans certain cas, créer un rapprochement un lien d'appartenance entre tous les membres de l'APR peut importe que tu es été bleu, vert ou rouge, il n'y a qu'un lien qui nous réunissent c'est que nous avons été policier.

Comme vous l'avez constaté notre ami Normand a bien fait de ne pas devenir professeur, car nous aurions perdu une personne de service, une personne aimant la vie et les personnes au point de ne pas lâcher encore en s'impliquant toujours aussi grandement auprès de nouvelles organisations.

Gaston Huard
Votre Reporter à l'écoute



Gracieuseté de :

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



Luc Bastien
Conseiller en placement
Investment Advisor

Mylène Bruneau
Assistante administrative

**Valeurs mobilières
Desjardins**

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

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

Conseiller émérite 2001