

Le Causeur

Volume 11, numéro 1, Printemps 2010

Un
107^e anniversaire
mérite **tous**
les honneurs

La petite histoire
du chocolat

Le journal
des centres
d'hébergement

- Christ-Roi
- De Limoilou
- Hôpital général de Québec
- Le Faubourg
- Louis-Hébert
- Notre-Dame-de-Lourdes
- Sacré-Cœur
- Saint-Antoine

Parlez-moi
d'amour 

15 résidents
partagent leur histoire

Centre de santé et de services sociaux
de la Vieille-Capitale

Centre affilié universitaire

Prévenir, soigner, soutenir... chaque jour



Volume 11, numéro 1 Printemps 2010

Le Causeur est publié quatre fois l'an par le Centre de santé et de services sociaux de la Vieille-Capitale pour les résidents des centres d'hébergement et des ressources intermédiaires, les usagers des centres de jour et pour les membres des familles.

Comité du journal

- Lise Bélanger
- Pauline Boutin
- Dominique Ekker
- André Girard
- Gilles Lapointe
- Julie Poirier

Comité de révision

- Lise Bélanger
- Dominique Ekker
- Lynn Lecours
- Hélène Matteau

Coordination

- Dominique Ekker

Révision linguistique

- Francine Létourneau

Production

Graphisme : Lucie Demers
Impression : J.B. Deschamps

Tirage

4 000 exemplaires



Coup d'oeil sur *Le Causeur*

- Des gestes d'amour 4

Le comité central des résidents

- Pour éviter la dénutrition en centre d'hébergement 6

Parlez-moi d'amour

- Aurélien Paquet et Hélène Fournier 8
- Marguerite Carrière et Henri Bélanger 9
- Marguerite Tondreau et Adalbert Pouliot 10
- Marguerite Perron et Adrien Labrecque 11
- Françoise Simoneau et Eugène Dalpé 12
- Fernand Bouchard et Marie-Paule Côté 14
- Mon roman d'amour :
Graziella Poitras et Roland Drolet 16
- Georgette Brousseau et Roland Hawey 18
- Les bons soirs :
Cécile Boulianne et Samuel-Ernest Bellavance 20
- Alfred Bell et Rita Deschênes 22
- Cécile Dolbec et Louis-Philippe Gauvin 24
- Lorraine Bouchard et Marc-André Marcoux 25
- Rolande Trudelle et Jean-Paul Jobin :
amour, engagement, mariage, fécondité
et plus encore ! 26
- Robert Malouin et Colette Thivierge 28
- Un papier perdu :
Pauline Bois Ryan et Armand Lapointe 30
- La petite histoire du chocolat 32
- Un philtre d'amour 34
- Belles chansons d'amour 35
- Petites pages d'histoire 40



La vie dans les centres d'hébergement

- Pour formuler une plainte ou nous faire part de votre insatisfaction 43
- Un 107^e anniversaire mérite tous les honneurs..... 44
- Les spécialistes des services techniques..... 46
- La sécurité en centre d'hébergement 48
- Quand il ne reste que pitou et minou à aimer 50
- Les béatitudes du résident..... 51



Les témoignages et les remerciements

- L'amour de ma profession 52
- Merci à tout le personnel de l'Unité de vie 400 du Centre d'hébergement Hôpital général de Québec 53
- Porteuse du flambeau olympique : une grande fierté ! 54
- Remerciements au personnel du 2^e étage du Centre d'hébergement Saint-Antoine 56
- Les mots et les couleurs d'Évelyne Albert..... 57



Les jeux et l'humour 58

Dépôt légal : 2009
 Bibliothèque et Archives nationales du Québec
 Bibliothèque et Archives Canada
 ISSN : 1919-6679 (document papier)
 1920-5414 (en ligne)

Les genres masculin et féminin sont utilisés sans discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte.



Mme Lise Bélanger

Des gestes d'amour

Par Lise Bélanger, directrice adjointe de l'hébergement

Je profite de ce numéro du *Causeur* portant sur les amours pour rendre hommage à tout le personnel qui travaille auprès des résidents des huit centres d'hébergement du CSSS de la Vieille-Capitale. Au quotidien, vous exprimez à votre façon votre amour de votre profession et des aînés. Des gestes et des paroles qui font chaud au coeur des résidents : un échange de sourires, des mots réconfortants, une attention particulière, une main qui caresse un visage, une petite « jasette », une écoute attentive, l'accompagnement à une activité, une aide pour marcher, une taquinerie, etc.

Depuis plus de vingt ans, je suis à même de constater toute l'empathie qui règne dans nos centres d'hébergement. Je pourrais vous donner des centaines d'exemples de gestes de bonté, dont ceux-ci :

- L'employé qui prend le temps de coiffer et de maquiller des résidentes, et de leur mettre du vernis à ongles ;
- L'employé qui apporte sa guitare pour animer une activité en soirée ;
- L'employé qui organise un pique-nique à son chalet pour un groupe de résidents ;
- L'employé qui offre des fleurs de son jardin ;
- L'employé qui partage son ketchup maison ;
- L'employé qui fredonne une chanson lors des soins pour diminuer l'agitation ;
- L'employé qui fait une sortie avec des résidents dans le jardin, l'été ;
- L'employé qui fait la lecture du *Causeur* à des résidents non voyants.

Ces gestes d'amour font toute la différence dans la vie des résidents : la différence entre vivre en centre d'hébergement ou vivre **heureux** en centre d'hébergement, la différence entre être considéré comme un être humain parmi tant d'autres ou être considéré comme un être humain unique, aimé et ayant une place importante.

Merci à chacun de vous ! Vous faites la différence dans la vie des résidents. Vous êtes des personnes extrêmement importantes pour créer un milieu de vie chaleureux ! ■

La pensée profonde de Dieudonné

Comme disait mon vieil ami W. H. Auden :

*« Je t'aimerai, mon amour,
Je t'aimerai
Jusqu'à ce que la Chine et l'Afrique se rencontrent,
Et que les rivières sautent par-dessus les montagnes
Et que les saumons se mettent à chanter en pleine rue. »*

Pour éviter la dénutrition en centre d'hébergement

Par Michel Cantin, président du comité des résidents



M. Michel Cantin

Des recherches ont montré des taux importants de dénutrition¹ chez les aînés, tant à domicile que dans les hôpitaux et les centres d'hébergement. La dénutrition peut avoir des conséquences importantes :

- Diminution de l'autonomie ;
- Réduction de la force musculaire et augmentation du risque de chute ;
- Fragilisation des os et plus grand risque de fracture.

De plus, une déficience de certains nutriments peut entraîner des troubles neurologiques ou psychiatriques.

Nous savons aussi que 40 % des résidents en centre d'hébergement doivent consommer de la nourriture à texture modifiée. Voilà pourquoi le comité central des résidents, lors de sa dernière réunion, a rencontré les responsables de l'hébergement et des services alimentaires. Nous voulions savoir ce qu'il en était au CSSS de la Vieille-Capitale et évaluer ce qui peut être amélioré. Cela nous a permis d'apprendre que des actions sont déjà entreprises.

Une subvention spéciale de 75 000 \$ a été accordée à l'établissement pour la révision complète des menus par les cuisiniers et les nutritionnistes. De nouvelles recettes seront ajoutées, certaines seront retirées des menus, toutes seront évaluées par des nutritionnistes et uniformisées pour les huit centres d'hébergement de l'établissement. De nouveaux pèse-personnes ont été achetés pour être utilisés sur les lève-personnes : elles permettront de mieux surveiller les pertes de poids éventuelles de certains résidents.

¹ Forme de malnutrition

Parlez-moi d'amour

Un comité a été mis sur pied, et nous avons été invités à y déléguer un représentant des résidents. Ce comité verra à l'implantation de la nouvelle politique alimentaire qui répondra aux exigences du ministère de la Santé et des Services sociaux.

Le comité des résidents suivra de près ce dossier. Nous avons l'intention de faire des démarches pour que les produits Épikura^{MD} soient offerts aux résidents ayant un problème de dysphagie, moyennant la possibilité de trouver le financement nécessaire. L'alimentation est un élément très important de la vie quotidienne, non seulement pour la santé, mais aussi pour le plaisir qu'elle procure. Et cela revient plusieurs fois par jour !

Si cette question vous intéresse, vous pouvez communiquer avec nous en téléphonant au bureau du comité, au 418 529-6571, poste 7046. ■

Par Dominique Ekker, agente d'information

Les amours, un thème qui fait rêver. Pourtant, ce numéro du *Causeur* n'est pas une œuvre de fiction. Toutes ces histoires d'amour sont bien réelles. Pour contrebalancer les mésaventures amoureuses rapportées par les médias, voici quinze témoignages de gage d'amour qui ont souvent duré plus de 60 ans. Donc, assoyez-vous bien confortablement et n'ajustez pas votre appareil. ■



Aurélien Paquet et Hélène Fournier

Mariage célébré le 26 septembre 1939

Aurélien Paquet a épousé Hélène Fournier à la Basilique Notre-Dame de Québec. Leur mariage a duré 60 ans. Ils ont deux enfants, deux petits-enfants et cinq arrière-petits-enfants. ■

8



1939

M. Paquet est résident du
Centre d'hébergement Hôpital général de Québec.



Marguerite Carrière et Henri Bélanger

Mariage célébré le 21 août 1942

Marguerite Carrière et Henri Bélanger se sont mariés à l'église de Saint-Charles-de-Bellechasse. Ils ont déménagé ensuite à Québec, plus précisément à Saint-Pascal-de-Maizerets où M. Bélanger a construit sa maison dont il était bien fier. Ils ont une fille, deux petits-enfants et quatre arrière-petits-enfants.

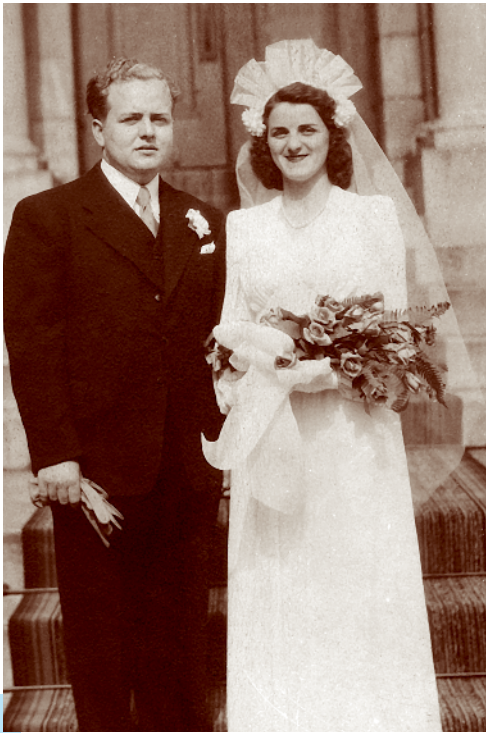


En 1980, ils ont quitté leur maison à regret et sont arrivés les premiers au Manoir Champfleury. Mme Carrière et M. Bélanger étaient des amateurs de cartes et suivaient toutes les activités de l'Âge d'Or au Centre Monseigneur Marcoux. La vie était belle.

M. Bélanger est décédé en 2001. Lui et sa femme ont été mariés 60 ans. Mme Carrière demeure désormais au Centre d'hébergement Hôpital général de Québec où elle est bien heureuse. Elle en remercie le Bon Dieu. ■

*Mme Carrière est résidente du
Centre d'hébergement Hôpital général de Québec.*

1942



10

Marguerite Tondreau et Adalbert Pouliot

Mariage célébré le 10 juin 1944

Marguerite Tondreau et Adalbert Pouliot se sont rencontrés à l'Arsenal où Mme Tondreau travaillait. Elle était chef d'équipe d'un groupe de personnes qui fabriquaient des munitions pour la guerre. M. Pouliot était musicien du Royal 22^e Régiment. Mme Tondreau et M. Pouliot se sont fréquentés pendant environ un an et demi. Ils se sont mariés à la Basilique Notre-Dame de Québec. Mme Tondreau demeurait alors sur la petite rue Champlain. Mme Tondreau et M. Pouliot ont eu cinq enfants, trois filles et deux garçons. Ils ont demeuré dans la même maison pendant 50 ans, à Charlesbourg. Avec leur famille, ils ont fait plusieurs voyages dans le Maine, au bord de la mer. ■



1944

Mme Tondreau est résidente du
Centre d'hébergement Hôpital général de Québec.



Marguerite Perron et Adrien Labrecque

Mariage célébré le 30 juin 1945

Native de Saint-Gilbert de Portneuf, Marguerite Perron a épousé Adrien Labrecque de Québec à l'église de Château-Richer. Ils ont eu six enfants, deux garçons et quatre filles. Ils ont adopté également trois autres garçons.

M. Labrecque a résidé au Centre d'hébergement Hôpital général de Québec. Il est décédé en décembre 2008. ■

11



*Mme Marguerite Perron et M. Adrien Labrecque
en compagnie de leur fils Gilles.*

*Mme Perron est résidente du
Centre d'hébergement Hôpital général de Québec.*

1945

*Françoise Simoneau
et Eugène Dalpé*

Mariage célébré le 16 octobre 1948

12



1948

Eugène Dalpé a rencontré Françoise Simoneau grâce à sa sœur chez qui il était en visite. Mme Simoneau travaillait avec la sœur de M. Dalpé à la Manitoba Woods. Mme Simoneau et M. Dalpé avaient alors tous les deux 22 ans. Ils se sont mariés trois ans plus tard, à Hull. Au début de leur union, ils demeuraient chez la mère de Mme Simoneau. Par la suite, ils ont fait construire une première maison où ils ont demeuré jusqu'en 1960.

Mme Simoneau était soprano colorature. Elle faisait partie de plusieurs chorales. M. Dalpé l'accompagnait lors de ses concerts. Mme Simoneau et M. Dalpé étaient beaucoup impliqués au sein d'organismes communautaires. Ils restaient peu à la maison. Mais leur amour a tout de même donné naissance à deux fils et à une fille. ■

*Mme Simoneau est résidente du
Centre d'hébergement de Limoilou.*

Fernand Bouchard et Marie-Paule Côté

Mariage célébré le 14 mai 1949

14



1



2

1949



- 1 Le regard est toujours complice, tendre et amoureux.
- 2 Leur soixantième anniversaire de mariage a été souligné avec faste trois fois plutôt qu'une ! Toute la grande famille a été reçue à l'auberge de leur fils. Les époux ont également participé à la Fête de la fidélité en l'église Sacré-Cœur.
- 3 Il y a deux ans, on soulignait en dansant le 80^e anniversaire de naissance de Mme Côté dans un restaurant de la rue Saint-Vallier. La fête s'est déroulée au son de l'accordéon réservé spécialement pour la circonstance.

Mme Côté demeure aux Habitations Vivre chez soi, à deux pas du Centre d'hébergement Sacré-Cœur et de son amoureux. ■

*M. Bouchard réside au
Centre d'hébergement Sacré-Cœur.*

Graziella Poitras et Roland Drolet

Mariage célébré le 2 juin 1949

Mon roman d'amour

Par Graziella Poitras
Texte rédigé avec sa fille, Lise Drolet



16

En 1940, ma sœur Marie-Paule et moi avons décidé d'aller à une soirée de danse toutes les deux. Roland, mon futur mari, avait dansé sans arrêt avec ma sœur. À la fin de la soirée, Marie-Paule a dit : « On change de partenaire ? », et j'ai dansé avec Roland. Nos cavaliers sont venus nous reconduire, mais rendus à proximité de leur domicile, on leur a dit qu'on était capables de rentrer toutes seules.

Le lendemain, Roland m'a appelée pour m'inviter à aller danser au Lac-Beauport (au Relais, qui appartenait à un nommé Blouin à l'époque). Il m'a dit d'inviter ma sœur, qu'il avait un type pour elle, mais elle ne pouvait pas, elle avait autre chose. Alors, j'y suis allée seule.

On a continué de sortir ensemble jusqu'à ce que Roland parte pour la guerre. En 1942, il a dit à tout le monde qu'il partait s'entraîner à Halifax. Ce n'était pas vrai. Ce n'est que rendu en Angleterre qu'il nous a envoyé une lettre pour nous apprendre la vérité.

1949

Mme Poitras est résidente du
Centre d'hébergement Hôpital général de Québec.

Tout le temps qu'il a passé en Europe, nous nous sommes écrit régulièrement, environ 200 lettres par *air mail*. Je lui envoyais souvent des paquets contenant des gâteries et des choses utiles. On s'était promis de s'attendre, et je l'ai attendu. Il est revenu le 8 décembre 1945.

On a repris nos fréquentations. Nous allions danser au Lac-Beauport. On s'y rendait en groupe de sept personnes dans le taxi d'un ami. On allait aussi dans des *partys* de différents clubs de raquetteurs, comme le Frontenac, le Dragon, les Zouaves, etc.

Les jours de congé de Roland, nous allions faire du ski au Relais. Il y avait un autobus qui partait du p'tit restaurant du coin et qui nous amenait au Lac-Beauport. L'été, nous allions à la maison de campagne de ses parents, à Val-Saint-Michel. Les soirs où nous n'allions pas danser, on veillait au salon chez mes parents ou chez les siens. Chez nous, on jouait aussi au ping-pong.

Nous avions des *billets de saison* pour la lutte à La Tour. On allait régulièrement voir des vues au théâtre. À l'époque, on ne disait pas « voir un film au cinéma ». Ça coûtait 10 ¢. Après, on allait manger un *frite* avec un *coke* au p'tit restaurant du coin, et là, ça coûtait 30 ¢ pour nous deux.

On faisait, de temps à autre, des petits voyages, comme à Saint-Jérôme, chez le frère de Roland.

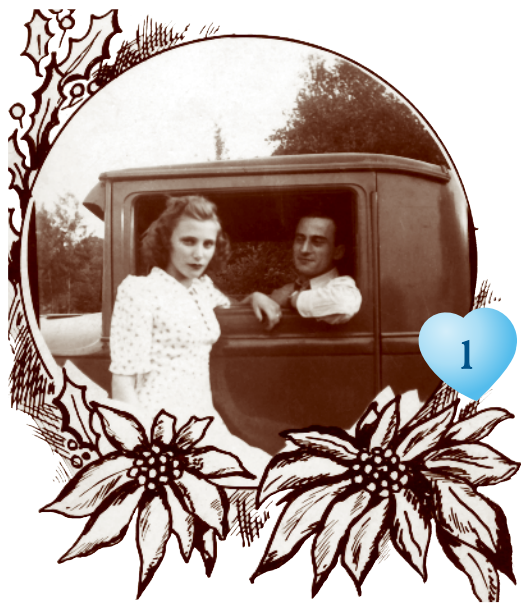


Mme Poitras aura 102 ans le 29 mai 2010.

Je ne voulais pas épouser Roland tant qu'il n'avait pas une position permanente à l'année. En revenant de la guerre, il faisait des petits travaux et du taxi. Finalement, il a obtenu un poste de conducteur de tramways au Québec Power & Railway, aujourd'hui le Réseau de transport de la Capitale. Nous nous sommes donc mariés le 2 juin 1949, j'avais 41 ans, et Roland, 33 ans.

Ce fut un mariage très intime. Nous nous sommes mariés à six heures du matin et nous avons pris le train immédiatement après pour New York. On y est restés une semaine, parce que Roland voulait passer sa deuxième semaine de vacances à la maison de campagne de ses parents.

Nous avons eu une fille. Nous avons profité de la vie et nous sommes restés mariés 47 ans, jusqu'à la mort de mon mari en 1996. ■



Georgette Brousseau et Roland Hawey

Mariage célébré le 4 mars 1950

18



1950

Mme Brousseau et M. Hawey résident au
Centre d'hébergement Sacré-Coeur.



3

- 1** Cette belle photo remonte au début de l'histoire d'amour de la jeune Georgette, alors âgée de 17 ans, et de son beau Roland, 21 ans. Elle a été prise le 11 juillet 1942, au lac Saint-Joseph, près de Québec.
- 2** Un beau souvenir des noces d'argent de Mme Brousseau et de M. Hawey célébrées en 1975, à l'Hôtel Baillargeon situé sur la rue Saint-Vallier, tout près de leur résidence actuelle. Tous leurs frères et sœurs étaient présents à cette belle fête.
- 3** Nos amoureux sont maintenant réunis, puisqu'ils résident tous les deux à l'Unité de vie 200 Ouest du Centre d'hébergement Sacré-Coeur depuis septembre 2009. ■

*Cécile Boulianne et
Samuel-Ernest Bellavance*

Mariage célébré le 29 mai 1951

20



1951

Les bons soirs

Par André Girard, préposé aux bénéficiaires
Centre d'hébergement Le Faubourg

Selon Cécile Boulianne, lors de la période de fréquentation, les amoureux devaient suivre la règle des bons soirs. Une tradition d'origine inconnue selon laquelle les soirs de fréquentation avaient lieu les mardis, les jeudis et les samedis. C'est ce qu'on appelait les « bons soirs ».

Ces soirées de rencontre se tenaient chez la jeune femme, sous la surveillance constante des parents. Occasionnellement, les parents refilaient la surveillance à l'un des enfants qui prenait le rôle très au sérieux. Les amoureux profitaient des rares moments d'inattention pour s'embrasser. C'est ce que Mme Boulianne appelle les « amours silencieuses ».

Les parents profitaient de ces rencontres pour évaluer le prétendant de leur jeune fille. Afin de trouver grâce à leurs yeux, le jeune homme se devait d'être un bon travailleur de bonne famille et surtout il ne devait pas courailler. À défaut de répondre à ces exigences, la poursuite de la relation devenait impossible, même les bons soirs.

Mme Boulianne et M. Bellavance ont eu une fille, Andrée. ■

*Mme Boulianne est résidente du
Centre d'hébergement Le Faubourg.*

*Alfred Bell
et Rita Deschênes*

Mariage célébré le 24 octobre 1953

22



1953

Rita Deschênes et Alfred Bell se sont mariés le 24 octobre 1953. Ils ont eu quatre enfants et quatre petits-enfants qui leur procurent toujours beaucoup de fierté. M. Bell, qui faisait partie de la marine avant son mariage, était reconnu pour son courage et sa patience. Il aime voir sa famille unie : se réjouir ensemble des bons moments et se serrer les coudes lors des temps plus difficiles.

Mme Deschênes et M. Bell aimaient voyager, mais comme ils s'ennuyaient rapidement de leurs enfants et de leurs petits-enfants, ils faisaient souvent des voyages de courte durée.

Mme Deschênes est toujours très amoureuse de son mari et se rappelle que chacun des voyages avec lui fut un réel voyage de noces.

Avec l'arrivée de la maladie, les voyages se sont faits plus rares. Comme enseigné par M. Bell, en période difficile, on se serre les coudes ; sa famille le visite donc régulièrement. Selon Mme Deschênes, « chaque expérience est un pas vers la sagesse. » ■

*M. Bell réside au
Centre d'hébergement de Limoilou.*

Cécile Dolbec et Louis-Philippe Gauvin

Mariage célébré le 9 octobre 1954

Cécile Dolbec et Louis-Philippe Gauvin se sont mariés le 9 octobre 1954, à Saint-Augustin-de-Desmaures. De leur union sont nés trois enfants, dont le premier est mort à la naissance. Leur garçon Pierre demeure à Québec, et leur fille Jeanne, à Châteauguay. Ils ont aussi deux petites-filles de 11 et 13 ans. M. Gauvin demeure toujours dans sa maison, mais il visite sa femme régulièrement. ■

24



1954

Mme Dolbec est résidente du
Centre d'hébergement de Limoilou.



Lorraine Bouchard et Marc-André Marcoux

Mariage célébré le 7 septembre 1957

Après cinq ans de fréquentation, Lorraine Bouchard et Marc-André Marcoux se sont unis à l'église Limoilou. Ils ont adopté deux enfants, un garçon et une fille, et ont maintenant deux petites-filles. ■

25



Mme Lorraine Bouchard et M. Marc-André Marcoux, le jour du mariage de leur petite-fille Vicky Dufour.

*Mme Bouchard est résidente du
Centre d'hébergement Hôpital général de Québec.*

1957

Rolande Trudelle et Jean-Paul Jobin

Mariage célébré le 23 juillet 1960

26



1960

Rolande Trudelle et Jean-Paul Jobin : amour, engagement, mariage, fécondité et plus encore !

Par Charles Dumas, animateur de pastorale
Centre d'hébergement Notre-Dame-de-Lourdes

L'histoire présente débuta au coin de Bagot et de Saint-Luc, au cœur du quartier Saint-Sauveur. Une jeune fille, Rolande Trudelle, qui à ce moment avait 14 ans, fut présentée à Jean-Paul Jobin, neveu de l'homme de qui elle gardait les enfants. Quelque temps après, sept ans pour être précis, elle devint sa femme, et lui, son mari. C'était le 23 juillet 1960, à 10 h, dans l'église Saint-Joseph de Québec. M. Raoul Jobin, ténor de réputation mondiale et parent du marié, a assisté au mariage. M. Jean-Paul Jobin, aujourd'hui âgé de 74 ans, insiste sur l'heure du mariage, car sa mère avait dû lui rappeler que le mariage arrivait à grands pas. Il était 9 h, et M. Jobin n'était toujours pas levé.

Depuis, bien de l'eau a coulé sous les ponts. Le couple Trudelle-Jobin a le bonheur d'avoir quatre enfants, onze petits-enfants ainsi que trois arrière-petits-enfants. De leur vie à deux et des valeurs qu'ils ont transmises, M. Jobin souligne l'importance du travail, mais surtout l'amour du travail bien fait. Mme Trudelle, quant à elle, ne baissait jamais les bras. De leur présence se dégage une complicité amoureuse. Avec humour, M. Jobin aime bien dire que s'il n'avait pas été présenté à cette femme, il serait aujourd'hui millionnaire. Enfin, cela reste à voir !

D'ici quelques mois, si la vie leur en donne la chance, Mme Trudelle et M. Jobin fêteront cinquante ans de mariage. Nous leur souhaitons donc, avec un peu d'avance, nos meilleurs voeux. ■

*Mme Trudelle est résidente du
Centre d'hébergement Notre-Dame-de-Lourdes.*



Robert Malouin et Colette Thivierge

Mariage célébré le 27 mai 1961



28

1961

*M. Malouin réside au
Centre d'hébergement Sacré-Cœur.*

- 1 De bien beaux souvenirs du temps des fréquentations de la jeune Colette et de son charmant Robert.

Mlle Thivierge porte ici le collier de perles offert par son amoureux à l'occasion de leurs fiançailles. Ces photos ont été prises au studio Paul St-Pierre, rue De La Salle, à Québec.

- 2 En mai 1961, lors du voyage de noces de nos amoureux à Sun Valley.
- 3 Comme Mme Thivierge-Malouin réside aux Habitations Vivre chez soi, juste en face du Centre d'hébergement Sacré-Cœur, elle est très présente et accompagne son mari lors des activités et des sorties, pour leur plus grand plaisir à tous les deux.

De la fenêtre de sa chambre, M. Malouin peut voir le balcon de sa tendre moitié. D'ailleurs, il lui a déjà téléphoné pour lui rappeler d'éteindre ses lumières de Noël... ■



*Pauline Bois Ryan
et Armand Lapointe*

Mariage célébré le 12 octobre 1994

30



1994

Un papier perdu

Par Louise Ryan, fille de Pauline Bois Ryan

Par un beau dimanche après-midi de juin 1992, maman m'avertit qu'elle partait faire une marche, comme elle en avait l'habitude. De son condo sur la rue Belvédère, elle longeait le chemin Saint-Louis, puis la Grande-Allée pour se rendre jusqu'à la terrasse Dufferin. Elle se reposait là quelques instants en regardant le fleuve et le Château Frontenac, puis revenait sur ses pas à la maison, soit par bus ou à pied. C'était son rituel depuis que mon père était décédé il y a six ans.

Je quitte le domicile à mon tour pour ne revenir que vers 17 h. En entrant dans le vestibule pour prendre l'ascenseur, je ramasse un papier qui traînait sur le sol. J'y reconnais l'écriture de ma mère. Il y figure le prénom d'un homme et un numéro de téléphone. « Wow ! et intrigant », me dis-je à moi-même. En pénétrant dans l'appartement, je me rends compte que ma mère y est déjà et je lui demande si elle n'a pas perdu un papier, que je lui montre. Elle se met à rire aux éclats et me raconte son après-midi. En arrivant à la terrasse Dufferin, un homme est venu s'asseoir à côté d'elle, et ils se sont parlé pendant une heure et demie. Parler

de tout et de rien. Et quand fut venu le temps pour ma mère de repartir, cet homme a même proposé de venir la reconduire. Gênée, ma mère a refusé, mais il a insisté pour lui donner son numéro de téléphone. Elle a échappé le papier en entrant, en sortant les clés de l'appartement de sa poche.

Si je n'avais pas retrouvé ce papier, ma mère aurait été incapable de revoir cet homme, à moins de retourner sur la terrasse, la semaine suivante... Et cet homme est devenu le deuxième mari de ma mère en 1994, avec qui elle a vécu sept belles années avant que la mort ne les sépare en 1999. Je crois qu'après six ans de veuvage, maman ne croyait plus possible de rencontrer quelqu'un d'autre pour partager sa vie. Ce fut un amour tendre, simple et heureux, sans contrainte d'élever des enfants, car nous étions tous déjà adultes. Ils étaient libres de faire tout ce qui les tentait. Ils formaient un couple charmant et ricaneux. Ils retournèrent souvent s'asseoir sur un banc, toujours le même et premier banc, sur la terrasse Dufferin. ■

*Mme Bois Ryan est résidente du
Centre d'hébergement Le Faubourg.*

La petite histoire du chocolat

Par Julie Poirier, nutritionniste

Que ce soit pour souligner la Saint-Valentin ou Pâques, pour amadouer une future belle-mère ou tout simplement pour se faire plaisir, le chocolat fait partie de notre répertoire gourmand depuis très longtemps.

Le chocolat a voyagé et subi de nombreuses transformations avant de ressembler à ce que l'on connaît aujourd'hui. Dès l'empire maya (3000 ans avant Jésus-Christ), le cacao était utilisé. Il était aussi très apprécié chez les Aztèques (XIV^e siècle). Aliment tout usage, il pouvait aussi bien servir de monnaie d'échange que de boisson à laquelle on attribuait des vertus aphrodisiaques, le xocoatl, ce qui signifie « eau amère ». On servait aussi une boisson de cacao lors des cérémonies religieuses. On l'appelait la nourriture des dieux. À cette époque, on mélangeait cacao, poivre rouge et farine de maïs, ce qui est loin du goût du chocolat d'aujourd'hui !

De ses origines mexicaines, le cacao a gardé un goût pour les alliances insolites et, encore de nos jours, plusieurs pays l'utilisent dans la préparation de différents plats, pas seulement dans les desserts. Par exemple, au Mexique, on fait une sauce à base de chocolat et de piment, appelée « mole », que l'on sert avec de la dinde, du poulet ou du porc. En Espagne, on prépare la perdrix au chocolat. En Italie, certaines sauces servies avec le lièvre et la volaille contiennent du chocolat.

C'est avec la découverte de l'association cacao-sucre-vanille que l'industrie du chocolat s'est développée.

Vers la fin du XVI^e siècle, on vante partout en Europe les vertus du chocolat ! « La marquise de Sévigné [...] en prend [...] tantôt pour digérer après un repas copieux, tantôt pour se « nourrir, afin de jeûner jusqu'au soir ». En cela elle suivait la coutume de l'époque, qui était

de se mettre à la diète chocolatée pendant tout le carême. Le pape Pie V ayant déclaré dès 1569 que cette merveilleuse friandise ne rompait pas le jeûne. Ses successeurs seront d'un autre avis...¹ »

Le cacao vient d'un arbre, le cacaoyer. « Les fruits, appelés cabosses contiennent de 25 à 75 fèves enveloppées d'une pulpe gélatineuse. Ce sont ces fèves qui, dûment fermentées, lavées, séchées, triées, torréfiées et broyées, donnent la pâte de cacao à partir de laquelle on fabrique le chocolat². »

Le chocolat, tel qu'on le connaît aujourd'hui, contient une quantité variable de différents éléments nutritifs, selon sa qualité et son mode de préparation. Le chocolat noir contenant au moins 70 % de cacao est à privilégier en raison de son potentiel antioxydant, mais il est quand même une source de sucres, de gras saturés et de calories. Soyons donc gourmets, plutôt que gourmands. ■

- À une certaine époque, en Amérique du Sud, on pouvait acheter un lapin pour 10 grains de cacao, et un esclave, pour 100 grains.
- Richard Cadbury a fondé en 1860 la Cadbury Brothers, entreprise de fabrication de chocolat. Cette entreprise a créé la première boîte de chocolats en forme de cœur à la fin du XIX^e siècle, à l'occasion de la Saint-Valentin.
- Savez-vous qu'il faut laisser fondre la première bouchée de chocolat, et non la croquer, pour bien en savourer toute la saveur³ ?

¹ DUBREUIL, Michèle. « Le chocolat : des douceurs enrobées », *Sel et poivre*, n° 10, avril 1982, p. 34.

² Ibid., p. 32.

³ LEFEBVRE, Bruno (réalisateur). « Le chocolat noir », Émission *L'épicerie*, [En ligne], Société Radio-Canada, 2003. [<http://www.radio-canada.ca/actualite/lepicerie/docArchives/2003/01/31/test-gout.html>]. (Consulté le 19 février 2010).

Un philtre d'amour

Par Julie Poirier, nutritionniste

Depuis la nuit des temps, les jeunes femmes en quête d'un amoureux utilisent des moyens pour séduire l' élu de leur coeur ou pour réchauffer les sens de l'être convoité.

Pour rester dans le thème, voici une recette de philtre d'amour chocolaté (résultats non garantis !) qui, s'il ne réussit pas à conquérir l'être aimé, saura au moins éveiller ses papilles gustatives.

Philtre d'amour chocolaté guatémaltèque (adaptation de recettes glanées sur Internet)

Ingrédients (pour deux portions)

- 2 tasses de lait
- ½ cuillère à thé de vanille
- 2 cuillères à table de cacao pur
- ¼ à ½ tasse d'eau tiède
- 1 cuillère à table de miel (ou plus, au goût)
- 1 cuillère à table de cassonade (ou plus, au goût)
- Une pincée de poivre de Cayenne ou de tabasco
- 1 pincée de sel
- 1 verre de rhum, de tequila ou d'une autre boisson, selon votre inspiration

Préparation

- Faire chauffer le lait à feu doux.
- Ajouter la vanille.
- Délayer le cacao dans l'eau tiède.
- Ajouter au lait chaud en remuant bien, puis ajouter le miel et la cassonade.
- Incorporer en fouettant le poivre de Cayenne ou le tabasco, le sel et la boisson.

Se sert chaud ou froid. À déguster en bonne compagnie! ■

Note : Certaines recettes ajoutent de la cannelle ou du gingembre.

Belles chansons d'amour

Le temps des cerises

Quand nous chanterons, le temps des cerises
Et gai rossignol et merle moqueur
Seront tous en fête.

Les belles auront la folie en tête
Et les amoureux du soleil au coeur
Quand nous chanterons, le temps des cerises
Sifflera bien mieux le merle moqueur.

Mais il est bien court le temps des cerises
Où l'on s'en va deux cueillir en rêvant
Des pendants d'oreilles,
Cerises d'amour aux robes pareilles
Tombant sous la feuille en gouttes de sang.
Mais il est bien court le temps des cerises
Pendant de corail qu'on cueille en rêvant.

Quand vous en serez au temps des cerises
Si vous avez peur des chagrins d'amour
Évitez les belles !
Moi qui ne crains pas les peines cruelles
Je ne vivrai point sans souffrir un jour.
Quand vous en serez au temps des cerises
Vous aurez aussi des peines d'amour.

J'aimerai toujours le temps des cerises
C'est de ce temps-là que je garde au coeur
Une plaie ouverte.
Et Dame Fortune en m'étant offerte
Ne pourra jamais fermer ma douleur,
J'aimerai toujours le temps des cerises
Et le souvenir que je garde au coeur.

Paroles : Jean-Baptiste Clément (1867)

Plaisir d'amour

Plaisir d'amour ne dure qu'un moment,
Chagrin d'amour dure toute la vie.

J'ai tout quitté pour l'ingrate Sylvie.
Elle me quitte et prend un autre amant.

Plaisir d'amour ne dure qu'un moment,
Chagrin d'amour dure toute la vie.

Tant que cette eau coulera doucement
Vers ce ruisseau qui borde la prairie,
Je t'aimerai, me répétait Sylvie,
L'eau coule encore, elle a changé pourtant.

Plaisir d'amour ne dure qu'un moment,
Chagrin d'amour dure toute la vie.

*Paroles : Jean-Pierre Claris de Florian
(1784)*

Belles chansons d'amour

Auprès de ma blonde

Au jardin de mon père
Les lauriers sont fleuris
Au jardin de mon père
Les lauriers sont fleuris
Tous les oiseaux du monde
Vont y faire leurs nids

Refrain

Auprès de ma blonde
Qu'il fait bon, fait bon, fait bon.
Auprès de ma blonde
Qu'il fait bon dormir !

La caille, la tourterelle
Et la jolie perdrix
La caille, la tourterelle
Et la jolie perdrix
Et la blanche colombe
Qui chante jour et nuit

Refrain

Elle chante pour les filles
Qui n'ont pas de mari
Elle chante pour les filles
Qui n'ont pas de mari
C'est pas pour moi qu'elle chante
Car j'en ai t-un joli

Refrain

Il est dans la Hollande
Les Hollandais l'ont pris
Il est dans la Hollande
Les Hollandais l'ont pris
« Que donneriez-vous, belle
Pour voir votre mari ? »

Refrain

Je donnerais Versailles
Paris et Saint-Denis
Je donnerais Versailles
Paris et Saint-Denis
Le royaume de mon père
Celui de ma mère aussi

Refrain

(Marche militaire du XVII^e siècle)

La romance de maître Pathelin

Je pense à vous quand je m'éveille
Et de loin je vous suis des yeux
Je vous revois quand je sommeille
Dans un songe mystérieux
Le seul bonheur
Auquel mon cœur aspire
C'est d'obtenir
Un aveu des plus doux
Voilà voilà
Ce que je veux vous dire
Mais hélas
J'ai trop peur de vous
Quand je guette votre passage
Lorsque j'espère enfin vous voir
Je me dis par un doux langage
Aujourd'hui je veux l'émouvoir
Je veux, je veux
Dans mon brûlant délire
Dire je t'aime
En tombant à genoux
Voilà, voilà
Ce que je veux vous dire
Mais hélas
J'ai trop peur de vous

Paroles : De Leuven et T. Langlé

Heure exquise

Heure exquise, qui nous grise lentement
La promesse, la caresse du moment
L'ineffable étreinte de nos désirs fous
Tout dit : Gardez-moi puisque je suis à
vous

Sanglots profonds et longs des tendres
violons
Mon coeur chante avec vous à casse-coeur,
casse-cou
Brebis prends bien garde au loup
Le gazon glisse et l'air est doux
Et la brebis te dit : Je t'aime loup

Heure exquise, qui nous grise lentement
La promesse, la caresse du moment
L'ineffable étreinte de nos désirs fous
Tout dit : Gardez-moi puisque je suis à
vous

Paroles : Victor Léon et Léo Stein

Belles chansons d'amour

C'est la belle Française

C'est la belle Française, lon gai
C'est la belle Française
Qui veut s'y marier, maluron lurette
Qui veut s'y marier, maluron luré.

Son amant va la voir, lon gai
Son amant va la voir
Bien tard après souper, maluron lurette
Bien tard après souper, maluron luré.

Il la trouva seulette, lon gai
Il la trouva seulette
Sur son lit qui pleurait, maluron lurette
Sur son lit qui pleurait, maluron luré.

Ah ! qu'av'-vous donc la belle, lon gai
Ah ! qu'av'-vous donc la belle
Qu'av'-vous à tant pleurer, maluron lurette
Qu'av'-vous à tant pleurer, maluron luré.

On m'a dit hier au soir, lon gai
On m'a dit hier au soir
Qu'à la guerre vous alliez, maluron lurette
Qu'à la guerre vous alliez, maluron luré.

Ceux qui vous l'ont dit, belle, lon gai
Ceux qui vous l'ont dit, belle
Ont dit la vérité, maluron lurette
Ont dit la vérité, maluron luré.

Venez m'y reconduire, lon gai
Venez m'y reconduire
Jusqu'au pied du rocher, maluron lurette
Jusqu'au pied du rocher, maluron luré.

Adieu belle Française, lon gai
Adieu belle Française
Je vous épouserai, maluron lurette
Je vous épouserai, maluron luré.

Au retour de la guerre, lon gai
Au retour de la guerre
Si j'y suis respecté, maluron lurette
Je vous épouserai, maluron luré.

Chanson française traditionnelle

La valse brune

La, la la la la la...
Ils ne sont pas des gens à valse lente
Les bons rôdeurs qui glissent dans la nuit
Ils lui préfèrent la valse entraînante
Souple, rapide, où l'on tourne sans bruit
Silencieux, ils enlacent leurs belles
Mêlant la cotte avec le cotillon
Légers, légers, ils partent avec elles
Dans un gai tourbillon.

Refrain

C'est la valse brune
Des chevaliers de la lune
Que la lumière importune
Et qui recherchent un coin noir
C'est la valse brune
Des chevaliers de la lune
Chacun avec sa chacune
La danse le soir.

Ils ne sont pas tendres pour leur épouse
Et, quand il faut, savent les corriger
Un seul soupçon de leur âme jalouse
Et les rôdeurs sont prêts à se venger
Tandis qu'ils font, à Berthe, à Léonore
Un madrigal en vers de leur façon
Un brave agent, de son talon sonore
Souligne la chanson.

Refrain

Quand le rôdeur, dans la nuit, part en
chasse
Et qu'à la gorge, il saisit un passant
Les bons amis, pour que tout bruit s'efface
Non loin de lui chantent en s'enlaçant
Tandis qu'il pille un logis magnifique
Ou d'un combat il sait sortir vainqueur
Les bons bourgeois grisés par la musique
Murmurent tous en chœur.

Refrain

Paroles : Georges Villard (1909)

Vous pouvez entendre toutes ces chansons,
à l'exception de *La romance de maître Pathelin*,
sur le site Internet suivant :

<http://gauterdo.com> (Consulté le 2 mars 2010).

Petites pages d'histoire

Recherche et choix des extraits :
Dominik Paquet, bibliotechnicienne,
et Dominique Ekker, agente d'information

Un couple fondateur

« Québec, 26 août 1621, Guillaume Couillard et Guillemette Hébert célèbrent leur mariage dans la chapelle de l'Abitation de Samuel de Champlain, en présence de ce dernier. Leur union est la plus ancienne à être consignée dans les registres de la future paroisse Notre-Dame. Guillaume a environ 30 ans et figure parmi les tout premiers habitants de la Nouvelle-France, venu à Québec dès 1613, avant même son beau-père, Louis Hébert. En 1621, Guillemette n'est âgée que de treize ans ; elle serait née en 1608, à Paris. Sa naissance coïncide avec celle de Québec où elle allait passer la majeure partie de sa vie. D'ailleurs, l'histoire des premières décennies de Québec et celle de la famille Hébert/Couillard sont étroitement liées¹. »

La robe de mariée en 1637

En 1637, « la mariée était en noir. La robe blanche de mariée ne s'imposera qu'à la fin du XIX^e siècle. À l'époque qui nous concerne, la plupart des contrats de mariage se contentent d'indiquer que les parents de la promise seront tenus de lui offrir un *habit selon sa qualité* pour la cérémonie. Loin de servir au seul mariage, cet habit neuf est ensuite destiné à un usage quotidien. Des recherches menées en France nous apprennent que selon les traditions locales ou les goûts personnels, la future épouse pouvait se présenter devant l'autel vêtue de rouge, de brun, de gris ou encore de bleu². »

¹ GRENIER, Benoît. « Un couple fondateur Guillemette Hébert et Guillaume Couillard », *CAP-AUX-DIAMANTS*, [En ligne]. *Québec de générations en générations*, n° hors série, 2005. [<http://www.capauxdiamants.org/articles/default.asp?devid=92>]. (Consulté le 18 février 2010).

² BACK, Francis. « Une mariée en 1637 », *CAP-AUX-DIAMANTS*, n° 50, été 1997, p. 60.

La coutume de la dot au Québec

« Au Québec, la coutume de la dot a toujours existé. Selon cette coutume, la femme en se mariant amène avec elle sa part de biens, qui constitue en quelque sorte sa contribution matérielle à la nouvelle cellule familiale.

Sous le régime français, le cultivateur ne choisissait pas nécessairement sa future en fonction de sa dot, car bien souvent la famille de la jeune fille n'était pas fortunée. Le paysan canadien recherchait avant tout une épouse en bonne condition physique, capable de procréer et de l'aider sur sa terre.

Généralement, la fille d'un petit cultivateur emportait un simple trousseau composé de son linge de corps, de quelques pièces de literie et d'un petit montant d'argent. Par contre, si le père de la mariée était un riche cultivateur, la jeune fille apportait comme contribution quelques bestiaux, des volailles, des denrées alimentaires, des spiritueux, ses vêtements, son linge de corps et une somme dépassant habituellement les 50 livres courant, ce qui en faisait une demoiselle très recherchée.

Dans la deuxième moitié du XIX^e siècle, la tradition de la dot évolue et prend la forme

d'une donation faite par les parents de la future mariée à leur fille. [...] En 1885, dans Saint-Sauveur, près de Québec, un père *faisait don* à sa fille d'une somme de 100 piastres, qu'elle ajoutera à un autre 100 piastres provenant de ses épargnes, à des ustensiles de cuisine, à un lit garni, à du linge de ménage de *toute espèce* et à un *bureau à toilette*.

Les jeunes filles qui recevaient des donations, ainsi que les veuves qui héritaient des biens du couple, attiraient, tout au cours du XIX^e siècle, des individus qui se préoccupaient avant tout de trouver une femme bien nantie à épouser. Une veuve ne restait pas longtemps sans un nouveau mari, surtout si son défunt époux lui avait laissé un héritage substantiel.

Certains jeunes hommes, pour s'assurer un avenir matériel confortable, se faisaient de véritables coureurs de dot. Dans la paroisse Notre-Dame de Québec, en 1817, la veuve d'un marchand se remaria un mois seulement après le décès de son mari. Mais le plus cocasse, c'est que le nouvel élu n'était âgé que de 31 ans, tandis que l'épouse avait plus de 60 ans. Il semble que le jeune homme avait en tête en prenant femme le dicton populaire qui disait que *qui se marie par amour a bonnes nuits, mauvais jours*³. »

³ BERVIN, George, et France GALARNEAU. « La coutume de la dot au Québec », *Justice*, vol. VII, n° 10, décembre 1985.

Le mariage dans les années 50

« Même si l'adage dit : *Marie-toi devant ta porte avec quelqu'un de ta sorte*, Henri a connu sa future à Rimouski, où il suivait son entraînement militaire. Ces quelques sorties seraient toutefois restées sans lendemain si le hasard ne s'en était mêlé. L'année suivante, Henri était de retour à Montréal ; Jacqueline est venue y visiter de la parenté. « J'ai reconnu sa voix dans un tramway, raconte Henri, et je l'ai invitée au cinéma. Pendant deux ans, on s'est rendu visite, chacun notre tour. » Jacqueline a un autre souvenir : « Quand je retournais chez moi, il me conduisait toujours à la gare. Un jour, il a sauté dans le train avec moi et m'a accompagnée jusqu'à Lévis ! » Romantique, non ?

À quand le mariage

Bon, maintenant il faut se préparer. D'abord, le trousseau. Si, au début du siècle, les femmes préparaient de leurs mains leur trousseau, parfois avant même de savoir qui elles épouseraient, c'est maintenant l'ère de la consommation. Comme Jacqueline travaille, à chaque paie elle achète quelques morceaux. Tout cela est rangé dans l'indispensable coffre de cèdre. S'y ajouteront les cadeaux de l'incontournable *shower*.

Mais le point culminant des préparatifs est sans contredit la robe. Les grands magasins et certaines maisons spécialisées, comme Louson, à Québec, offraient de nombreux modèles, mais la confection main était souvent préférée. Ainsi, c'est une couturière qui a fait la robe de dentelle

lilas de Jacqueline. Les mariés portaient en général un habit bleu marine, mais Henri a opté pour le gris.

Le grand jour approche. Derniers préparatifs, aménagement du premier appartement, publication des bans. Les époux doivent aussi se confesser. Henri en garde un drôle de souvenir. « Comme je m'étais confessé à Montréal, j'ai dû présenter un reçu de confession au curé de Rimouski ! »

Puisqu'il faut être à jeun pour la communion, on se marie tôt le matin. Les amis intimes et toute la famille sont invités. Autre tradition, les fameux petits mariés en plastique couronnant le gâteau à étages. Jacqueline les boude et leur préfère une rose en tissu.

Les invités ont bien mangé, bien bu, bien dansé, les plus intimes sont invités à souper chez les parents de la mariée ; les mariés se changent et reviennent remercier tout le monde, les parents essuient quelques larmes, et c'est le départ pour le voyage de noces. Les destinations à la mode, Québec, les chutes Niagara ou les monts Poconos aux États-Unis, n'ont pas attiré tout le monde... Jacqueline et Henri se sont retrouvés en Gaspésie dans un motel au toit percé... juste au-dessus du lit⁴ ! » ■

⁴ LACROIX, Marie-Josée. « Le mariage dans les années 50 », *Le Bel âge*, vol. 9, juin 1996, p. 44-45.



Pour formuler une plainte ou nous faire part de votre insatisfaction

Qui peut présenter une plainte ?

Tout usager peut présenter une plainte écrite ou verbale sans crainte de représailles de qui que ce soit. Le représentant de cette personne peut aussi porter plainte.

À qui dois-je adresser ma plainte ?

Chaque établissement confie à un professionnel le mandat de recevoir et de traiter les plaintes concernant les services de l'établissement. Cette personne est appelée commissaire local aux plaintes et à la qualité des services.

La commissaire locale aux plaintes et à la qualité des services de notre établissement est **Johanne Isabelle**.

Vous pouvez joindre Mme Isabelle :

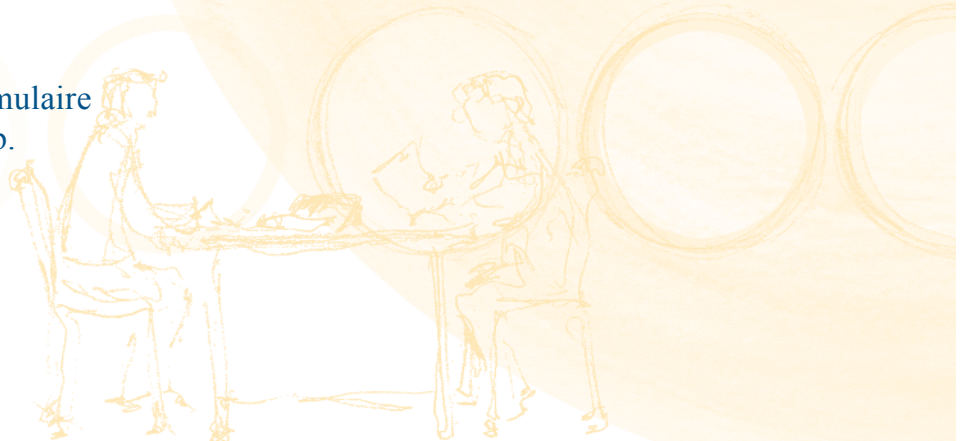
Par téléphone : 418 529-4777, poste 20433

Par la poste :

Centre de santé et de services sociaux de la Vieille-Capitale
1, avenue du Sacré-Cœur
Québec (Québec) G1N 2W1

Pour les plaintes écrites, un formulaire est disponible sur notre site Web.

www.csssdc.qc.ca





Un 107^e anniversaire mérite tous les honneurs

Par Dominique Ekker, agente d'information

Le 4 février dernier, le personnel et les résidents du Centre d'hébergement Hôpital général de Québec étaient invités à fêter le 107^e anniversaire de Colombe Benoît Leclerc dans un solarium du centre d'hébergement. C'est ainsi que plusieurs résidents ont quitté plus tôt le bingo pour se joindre à la fête. Un neveu et une amie de Mme Benoît Leclerc étaient aussi de la partie. Mme Benoît Leclerc est ensuite arrivée, droite comme un « i », un peu émue devant les applaudissements de tous les invités.



*M. Robert Gagné, directeur de l'hébergement,
Mme Colombe Benoît Leclerc et
M. Hugues Matte, directeur général du
CSSS de la Vieille-Capitale*

Véronique Delneuve, chef de l'unité de vie de Mme Benoît Leclerc, avait tout orchestré. Pour souligner cet événement hors du commun, le directeur général du CSSS de la Vieille-Capitale, Hugues Matte, le directeur de l'hébergement, Robert Gagné, la directrice adjointe de l'hébergement, Lise Bélanger, la coordonnatrice du Centre d'hébergement Hôpital général de Québec, Diane Langlois, et Élyse Létourneau, directrice de la Fondation de la Vieille-Capitale, étaient présents pour la coupe du gâteau. Une fois ceux-ci partis, en avant la musique! Les invités ont tellement dansé qu'il a fallu les arrêter, l'heure du souper étant près de sonner.

Il y a presque deux ans maintenant, lors du 400^e anniversaire de Québec, tous les centenaires des centres d'hébergement du CSSS de la Vieille-Capitale avaient été honorés par la Direction de l'hébergement et par les Aînés solidaires de Centraide. À cette époque, Mme Benoît Leclerc était la doyenne des régions de Chaudière-Appalaches et de la Capitale-Nationale. Nous lui souhaitons de le demeurer encore longtemps.

Pour mieux connaître Mme Benoît Leclerc, une femme d'avant-garde, voici un extrait du *Causeur* de l'été 2008 qui présentait tous les centenaires du CSSS de la Vieille-Capitale. ■

Madame Colombe Benoît Leclerc

45



Née à Granby, Mme Colombe Benoît Leclerc est la benjamine d'une famille de quatre enfants. Son père était artiste photographe professionnel. Mme Benoît Leclerc a travaillé dans la haute couture et comme styliste en haute coiffure pour les salons Élisabeth Arden de Paris, au magasin Holt Renfrew, à Montréal. Elle a également fait des études en philosophie et en religions comparées dans une université de Montréal où, selon ses souvenirs, elle était la seule femme. À l'âge de 42 ans, elle s'est mariée avec Roland Leclerc de la paroisse Saint-Sauveur. C'est le grand amour, l'amour parfait durant 36 ans ! Pendant leurs dix dernières années ensemble, ils vécurent à Guadalajara, au Mexique, où Mme Benoît Leclerc a appris sa troisième langue : l'espagnol. Artiste peintre, Mme Benoît Leclerc a peint de magnifiques tableaux, et ce, jusqu'à 100 ans ! Elle habite Québec depuis environ 30 ans. ■

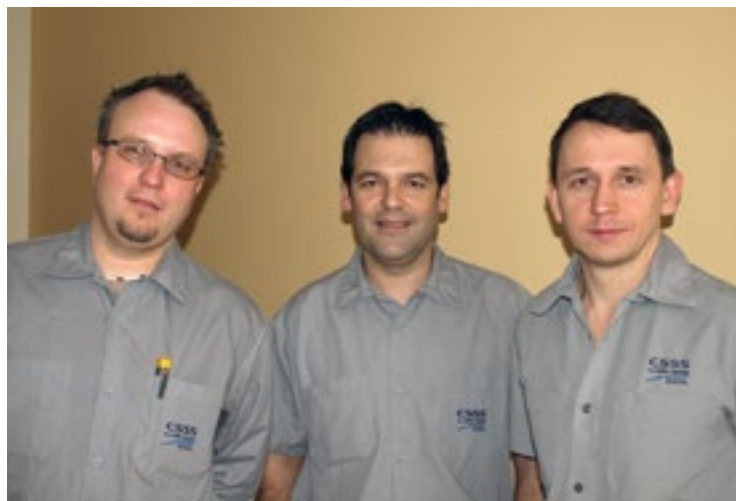


Les spécialistes des services techniques (1^{re} partie) Les électriciens

Par **Christian Drolet**, coordonnateur des services techniques

Le CSSS de la Vieille-Capitale comprend des bâtiments de taille importante. Plusieurs employés dévoués de métiers différents travaillent quotidiennement à l'entretien de ces édifices. Parmi eux, nous trouvons des électriciens, des menuisiers, des plombiers, des peintres, des mécaniciens du bâtiment, des ouvriers de maintenance générale et des conducteurs de chaudières à vapeur. Grâce à eux, nous pouvons garantir aux résidents de l'eau chaude, du chauffage, de l'éclairage, des installations sanitaires, etc. Ces employés s'assurent aussi que tous les équipements utilisés au quotidien par les résidents sont sécuritaires.

Ce premier article sur les services techniques vous présente l'équipe des électriciens : Frédéric Lajoie, Stéphane Rochette et Sergiy Shevchenko. Ces trois employés installent et réparent tout le matériel électrique des huit centres d'hébergement du CSSS de la Vieille-Capitale.



*MM. Frédéric Lajoie, Sergiy Shevchenko
et Stéphane Rochette*

MM. Lajoie, Rochette et Shevchenko travaillent dans l'ombre. Ils n'ont pas la chance d'avoir des contacts régulièrement avec les résidents. Cependant, leur travail garantit la bonne marche de tous les équipements qui fonctionnent à l'électricité dont :

- Les systèmes de contrôle des lits ;
- Les systèmes de ventilation ;
- Les systèmes antifuges ;
- Les systèmes de contrôle des portes automatiques et des cloches d'appel.

Pour mieux illustrer l'ampleur de leur travail, voici ce que les électriciens réparent au cours d'une année :

- 550 lits ;
- 630 prises de courant ;
- 150 accessoires électroniques pour les bains ;
- 420 moteurs de lève-personnes.

Ils changent aussi 780 luminaires, effectuent plus de 800 branchements pour la câblodistribution et entretiennent les 300 batteries des lève-personnes. Un électricien est toujours de garde 24 heures par jour, 7 jours par semaine.

MM. Lajoie, Rochette et Shevchenko sont donc bien « branchés » sur les besoins des résidents. Ils contribuent à leur façon au bon déroulement des activités de la vie de tous les jours. En bref, ils permettent le bon fonctionnement de tous les équipements électriques et électroniques qui augmentent le confort et la sécurité des résidents. ■



La sécurité en centre d'hébergement,



La médication

Par Hélène Matteau, conseillère cadre en hébergement

Saviez-vous que ...

- Chaque jour, plus de 20 000 doses de médicaments sont données aux résidents des huit centres d'hébergement du CSSS de la Vieille-Capitale.
- Ces médicaments ont plusieurs formes : comprimés, capsules, sirops, onguents, crèmes, gouttes, suppositoires, etc.
- Le Département de pharmacie a entrepris une démarche d'envergure pour rendre sécuritaires la préparation et la distribution des médicaments. Aucune étape n'y a échappé. Cette démarche sécuritaire commence à partir de l'ordonnance médicale pour se terminer à l'administration du médicament au résident par le personnel infirmier.

Voici en quoi consiste cette démarche sécuritaire.

La distribution sécuritaire des médicaments

Le CSSS de la Vieille-Capitale utilise un système robotisé pour la distribution des médicaments :

- Un robot met dans des sachets les médicaments de chaque résident, selon les heures d'administration. Toutes les informations requises sont inscrites sur chaque sachet.
- Le contenu de chaque sachet est vérifié deux fois : par le personnel de la pharmacie, puis par le personnel infirmier lors de la distribution.
- De nouveaux chariots sont utilisés pour la distribution des médicaments. Leur accès est contrôlé par des codes et des cartes magnétiques. Leurs tiroirs se verrouillent automatiquement après chaque utilisation.



La sécurité

en centre d'hébergement,



La double identification, c'est quoi ?

Afin d'être assuré en tout temps que le bon résident reçoit le bon médicament, le personnel doit identifier le résident à l'aide de deux des trois moyens suivants :



- La photo du résident ;
- Son bracelet d'identité ;
- La double interpellation : pour un résident capable de s'identifier et qui ne porte pas de bracelet, le personnel doit vérifier deux fois son identité, d'abord en lui demandant son nom, puis en l'interpellant.

La contribution des résidents et des familles

- Lorsque vous prévoyez sortir pour plus de 24 heures, vous ou un de vos proches devez aviser l'infirmière au moins 24 heures à l'avance. Les médicaments pourront être préparés par la pharmacie et livrés à temps dans un contenant sécuritaire.
- Ne soyez pas surpris : tous les résidents sont photographiés. Votre photo apparaît sur votre casier de médicaments et sur le formulaire que le personnel infirmier signe à chaque administration de médicaments.
- Appréciez la double identification faite par le personnel infirmier, même s'il vous connaît bien. Il ne s'agit pas d'un manque de courtoisie, mais plutôt d'une garantie de sécurité.

En cas d'erreur dans l'administration d'un médicament, nous sommes tenus de vous en informer, vous ou votre famille. Dans un tel cas, nous prendrons toutes les mesures nécessaires pour en minimiser les conséquences. De plus, nous verrons à ce que la situation ne se répète pas.

- ✓ Vous voulez mieux comprendre les médicaments que vous prenez ? **Questionnez.**
- ✓ Vous prenez des produits naturels ? **Parlez-en.**
- ✓ Le médecin, la pharmacienne ou l'infirmière vous fait des recommandations ? **Écoutez.** ■



Poupette

Quand il ne reste que pitou et minou à aimer

Par Jocelyne Long et Ginette Wagner
Fondatrices de la Fondation de zoothérapie

Lorsque nous parcourons les grands corridors des centres d'hébergement, chambre après chambre, nous voyons souvent des gens seuls qui n'attendent que la visite d'Angel, de Poupette ou d'un autre animal de la Fondation de zoothérapie.

Chez ces gens rejaillissent alors des souvenirs. Ils se rappellent un chat ou un chien qui a partagé leur vie et qu'ils avaient parfois comme unique compagnon. La plupart de ces personnes ont dû quitter leur résidence en laissant derrière eux leur dernier amour, nous disent-ils !

- « Vous savez, il me comprenait. »
- « Il m'a sauvé la vie. »
- « J'ai vécu 16 ans avec mon chien. Je n'avais que lui. »



Angel

Pour certains d'entre vous, cela peut paraître anodin. Mais pour des gens si souvent seuls, il leur reste du moins un pitou ou un minou à aimer.

Grâce à la Fondation de zoothérapie et à l'équipe de bénévoles, plusieurs bénéficiaires ont la joie de revivre des moments de tendresse.

Pour aider la Fondation de zoothérapie :
418 529-0931, poste 6452

Fondation de zoothérapie
Centre d'hébergement Hôpital général de Québec
260, boulevard Langelier
Québec (Québec) G1K 5N1 ■

Les béatitudes du résident

Par Gilles Lapointe, animateur de pastorale
Centre d'hébergement Hôpital général de Québec

Que ce soit dans la société en général, parmi mes voisins ou au centre d'hébergement, je peux classer les personnes en deux catégories : heureuses ou malheureuses. À des degrés divers, bien évidemment !

Dans ses discours, Jésus se sert souvent de ces deux catégories : « Heureux celui qui... », « Malheur à ceux qui... », laissant à penser qu'il s'intéresse avant tout au bonheur des personnes plutôt que de moraliser. Il parle d'ailleurs au présent, comme s'il faisait une simple constatation, reflétant les attitudes et les comportements des gens et les renvoyant à eux-mêmes.

Ne pourrait-on pas faire le même exercice en pensant aux résidents des centres d'hébergement ?

- *Heureux les résidents qui reçoivent de bons soins et des attentions très humaines de la part des membres du personnel, des bénévoles ou de leurs proches.*
- *Heureux les résidents qui ont la capacité, la franchise et l'humilité d'exprimer leurs besoins.*
- *Heureux les résidents qui acceptent ce qui leur arrive, même si c'est difficile.*
- *Heureux les résidents qui, lors de leur fin de vie, sont entourés, accompagnés, soutenus et aimés jusqu'à la fin.*
- *Heureux les résidents qui ont la foi, qui gardent l'espérance et qui s'appuient sur la prière, la leur et celle des autres.*
- *Heureux les résidents qui croient que cette vie en prépare une autre tellement plus belle.*

Chacune et chacun peut continuer l'énumération... ■



Mme Hélène Lefebvre

L'amour de ma profession

**Par Hélène Lefebvre, infirmière et coordonnatrice
Centre d'hébergement Sacré-Coeur**

En 1972, alors âgée de 16 ans, je plongeais avec coeur et passion dans l'apprentissage d'une profession que j'exerce toujours avec le même enthousiasme, celle d'infirmière.

Les années ont passé, le vocabulaire a changé. Nous sommes maintenant des « cliniciennes » au sein d'une « équipe multidisciplinaire ». On ne parle plus de vocation de nos jours. Je me permets de croire encore à cette vocation.

Bien sûr, nos pratiques se sont modifiées et nécessitent maintenant une somme importante de connaissances et d'habiletés qui doivent constamment être mises à jour. Mais, à la base de tout, le respect, l'accueil et la bienveillance sont les valeurs qui animent encore au quotidien notre travail auprès des usagers.

Comme infirmière, puis comme gestionnaire, j'ai eu l'occasion de travailler auprès de personnes jeunes et âgées. Mon travail et mes efforts m'ont été rendus au centuple. J'ai donné beaucoup, mais j'ai reçu tellement de reconnaissance et d'amour en retour. J'ai été extrêmement choyée et privilégiée de recevoir autant. Peu de professions sont aussi gratifiantes, je crois.

L'heure du départ a maintenant sonné. Même si je pars avec le sentiment du devoir accompli, j'ai le coeur triste. J'ai l'impression de vivre une grande peine d'amour.

J'emporte dans mon coeur tous ces usagers, jeunes et vieux, que j'ai tant aimés au cours de ces années qui ont passé si rapidement. ■

Merci à tout le personnel de l'Unité de vie 400 du Centre d'hébergement Hôpital général de Québec

Notre mère, Georgette Martel, a choisi le jour de son anniversaire pour partir vers ceux qu'elle aimait (28 janvier 1926 ✦ 28 janvier 2010).

Nous tenons très sincèrement à remercier le personnel dévoué pour la qualité des excellents soins donnés à notre mère. Vous avez contribué, par votre générosité et votre patience, à faire de sa dernière demeure une oasis de paix et de sérénité.

Ces remerciements chaleureux s'adressent personnellement à chacun de vous : personnel dévoué, résidents, personnel de l'animation et bénévoles qui ont aidé notre mère à trouver du réconfort et qui l'ont accompagnée vers sa nouvelle vie.

Avec toute notre gratitude,

Ses enfants : **Hélène, Gaétane, Lorraine et Rosanne Boilard** ■

Bénis soient ceux qui m'aiment

Par Georgette Martel

Bénis soient ceux qui se montrent indulgents devant ma main tremblante et mon pas chancelant.

Bénis soient tous ceux qui comprennent que mes oreilles entendent maintenant à peine.

Bénis soient tous ceux qui ont la délicatesse de considérer que ma vue faiblit, que mes mots sont durs à prononcer.

Bénis soient ceux qui n'ont pas bronché quand j'ai renversé mon thé sur la nappe au dîner.

Bénis soient ceux qui, courtoisement, m'ont rendu visite pour bavarder gentiment.

Bénis soient ceux qui ne me font pas remarquer : « Cette histoire, tu l'as déjà racontée. »

Bénis soient ceux qui ne cessent de me répéter qu'ils m'aiment et qu'ils resteront toujours à mes côtés.

Bénis soient ceux qui, avec amour, ont contribué à faciliter mes dernières années. ■



Porteuse du flambeau olympique : une grande fierté !

Par Linda Girard, préposée à l'entretien sanitaire

Tout a commencé quand j'ai vu une annonce sur Internet. Cette annonce invitait la population à participer à un concours donnant la possibilité de porter le flambeau olympique au cours de son périple vers Vancouver, ville hôte des Jeux olympiques d'hiver 2010.

Pour débiter, je devais résoudre un problème mathématique tout simple. Par la suite, j'ai reçu un courriel m'informant que j'avais réussi la première étape du concours. Pour la deuxième étape, je devais composer un texte de 200 à 220 mots qui expliquait comment je vivais quotidiennement mes propres olympiques. C'était au début de juin 2009. Il fallait que j'attende jusqu'en août pour savoir si ma candidature était retenue.

Le temps passe. Quelle ne fut pas ma surprise quand j'ai reçu un courriel qui disait : « Félicitations ! Vous avez été sélectionnée. » Wow ! Je n'en croyais pas mes yeux. C'est ainsi que le 3 décembre dernier, je portais fièrement, dans les rues de Québec, le flambeau olympique. Une expérience inoubliable !



Texte présentant la candidature de Mme Girard comme porteuse du flambeau olympique des Jeux d'hiver 2010

Mon diabète insulino-dépendant diagnostiqué à l'âge de treize ans m'a permis de recevoir un enseignement. En effet, à cette époque, on m'a vite informée que l'exercice physique quotidien m'aiderait à contrôler cette maladie. Aujourd'hui, malgré un travail exigeant physiquement, je marche et je monte des escaliers plutôt que de prendre l'ascenseur. À mon heure de dîner, je vais marcher à l'extérieur avec un collègue de travail pendant environ vingt minutes. Quant à mes loisirs, j'ai remplacé ma moto par un vélo. J'ai inclus ma petite chienne Sissy dans mon programme d'activités, puisqu'elle est toujours prête à sortir dès que j'enfile mes chaussures. J'adore également emprunter des sentiers pédestres et escalader des montagnes, afin de pouvoir en même temps contempler les beaux paysages que nous offre chacune de nos saisons.

Des possibilités de bouger, il y en a à profusion. Il suffit de varier et de s'entourer de gens actifs qui nous apportent beaucoup de plaisir. Même les tâches domestiques peuvent faire partie d'une vie active, que ce soit couper la pelouse avec une tondeuse manuelle (ne fonctionnant pas à l'électricité ni à l'essence), pelleter ou faire ses emplettes à pied. Ces activités profitent autant au maintien de la santé physique qu'environnementale.

Donc, vivre activement consiste à utiliser tous les petits gestes du quotidien pour en faire un programme d'activités physiques enrichissant. ■



Remerciements au personnel du 2^e étage du Centre d'hébergement Saint-Antoine

En octobre dernier, tout juste un peu plus d'un an après le départ de notre mère, Claire Lavoie, nous perdions notre père, Lucien Harvey.

Nous tenons à remercier encore cette année tout le personnel du 2^e étage du Centre d'hébergement Saint-Antoine pour son dévouement auprès de celui-ci; grâce à eux, à leur grande patience, à leur sourire constant, ils lui ont apporté tout le confort dont il avait besoin en raison de sa perte d'autonomie en constante évolution. Tous ces bons soins lui ont permis d'achever son grand voyage dignement.

La famille vous remercie pour le travail accompli et vous en est très reconnaissante.

Ses enfants, *Louis, Louise, Richard, Marie, Claude, Jacynthe, Jean-Rock et Dominique* ■

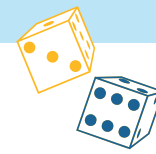
Les mots et les couleurs d'Évelyne Albert

Mme Évelyne Albert était résidente du Centre d'hébergement Sacré-Cœur. Elle est décédée le 4 janvier dernier, à l'âge de 93 ans.

Mon Dieu,
Me voici au soir de ma vie,
Comme cela passe vite...
Pourtant, je vous dis merci.
Je n'ai pas fait grand'chose
J'étais seulement une maman
Comme les autres
J'ai essayé de bien faire les choses
J'ai aimé les enfants
Que vous m'avez donnés
Je me suis couchée tard le soir
Pour les endormir,
Reprendre le linge brisé la veille
J'aurais voulu faire
Des merveilles
Je me suis fait médecin
Pour les soigner
Je me suis dévouée pour
Qu'ils apprennent à donner
Je me suis agenouillée pour
Qu'ils apprennent à prier
J'ai accepté la souffrance
Pour leur montrer la patience
Je les ai aimés pour qu'ils vivent en amour.
Mon Dieu,
Quand je partirai pour le grand voyage de non-retour
Faites-moi penser :
Il faut que je leur laisse
Ma nouvelle adresse...
Merci Seigneur d'avoir écouté
Ma prière de grand-maman

(1996) ■





Le Mot caché

Mot de 7 lettres
La Saint-Valentin

E	S	S	F	D	T	N	E	M	O	M	A
L	O	E	I	E	P	P	O	S	O	M	A
U	R	D	A	V	T	O	C	N	O	T	M
S	T	O	N	I	C	E	E	U	G	E	S
E	I	M	C	S	N	O	R	S	S	I	S
E	R	U	E	E	V	E	E	S	I	B	M
R	P	D	Q	E	U	L	A	U	O	E	C
A	E	O	N	X	C	G	N	N	R	E	A
L	I	T	U	E	E	I	H	T	T	U	D
C	E	M	I	X	T	E	T	R	B	G	E
E	S	S	E	O	U	A	A	E	I	O	A
D	U	R	E	R	B	C	S	O	N	V	U

A

Aimer
Amoureux
Aubes

B

Battre
Boîte
Bonheur

C

Cadeau
Carte
Cœur

D

Déclare
Devise
Durer

E

Élus
Époux
Exquis

F

Fêter
Fiancé

M

Message
Mignon
Modes
Moment
Mots

P

Poésie

S

Scène
Siècles
Sortir

T

Tendre

U

Unit

V

Vente
Vogue

■ ■ ■ Solution page 62

Du début à la fin

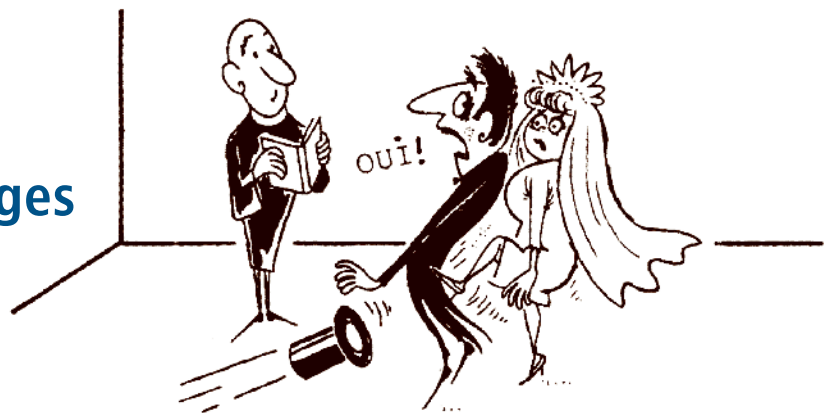
Il manque les deux premières lettres et les deux dernières lettres de chaque mot. À vous de combler les espaces en vous servant des définitions.

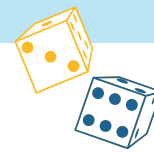
		P	R	I	M	E			Profession
		U	C	I	S	S			Viande
		N	G	O	U	S			Crustacé
		L	E	M	A	G			Pays
		S	T	R	A	L			Continent
		L	U	M	E	T			Brin de bois
		R	D	I	N	I			Profession
		B	U	L	A	N			Véhicule
		O	N	C	H	I			Maladie
		C	H	E	S	T			Ensemble instrumental

59

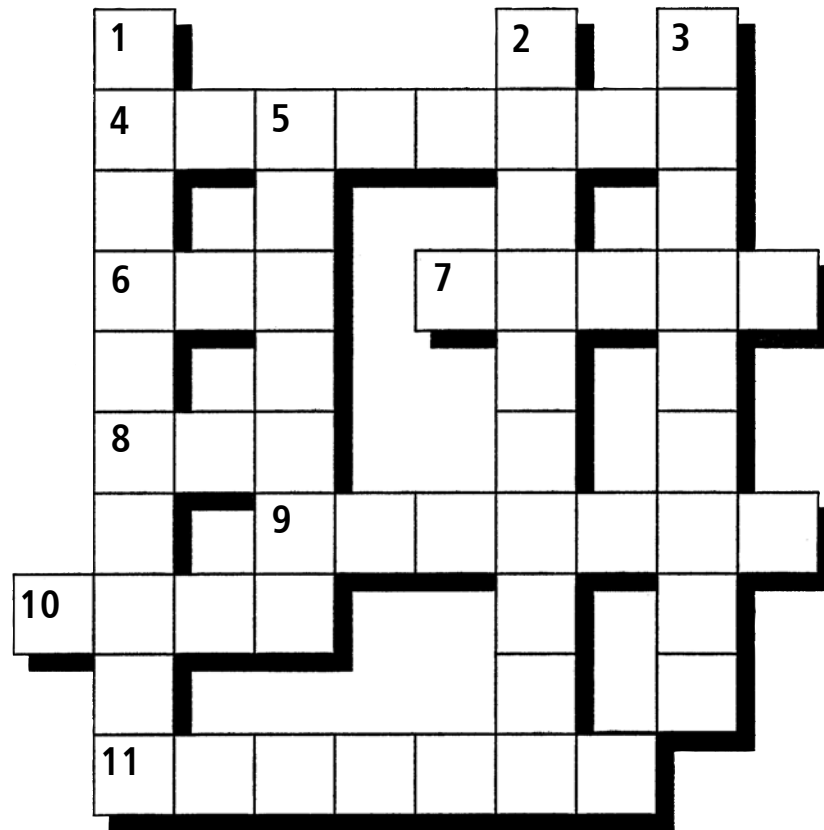
■ ■ ■ Solution page 62

L'humour en images





La grille à remplir



Horizontalement

4. Mettre dans un cadre.
6. Endroit où des clients viennent boire.
7. Os du devant de la jambe
8. Sens par lequel on voit.
9. Pâturages de haute montagne
10. Endroit où le sol forme un creux.
11. Femme qui fait du ski.

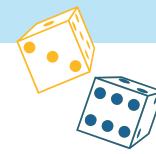
Verticalement

1. Qui se nourrissent d'herbe.
2. Légumes dont on ne mange que la base des feuilles.
3. Température fraîche
5. Organe qui se trouve dans le crâne.

Les différences

Trouver les 7 différences





SOLUTION

Du début à la fin

de la page 59

I	M	P	R	I	M	E	U	R	Profession
S	A	U	C	I	S	S	E	S	Viande
L	A	N	G	O	U	S	T	E	Crustacé
A	L	L	E	M	A	G	N	E	Pays
A	U	S	T	R	A	L	I	E	Continent
A	L	L	U	M	E	T	T	E	Brin de bois
J	A	R	D	I	N	I	E	R	Profession
A	M	B	U	L	A	N	C	E	Véhicule
B	R	O	N	C	H	I	T	E	Maladie
O	R	C	H	E	S	T	R	E	Ensemble instrumental

SOLUTION

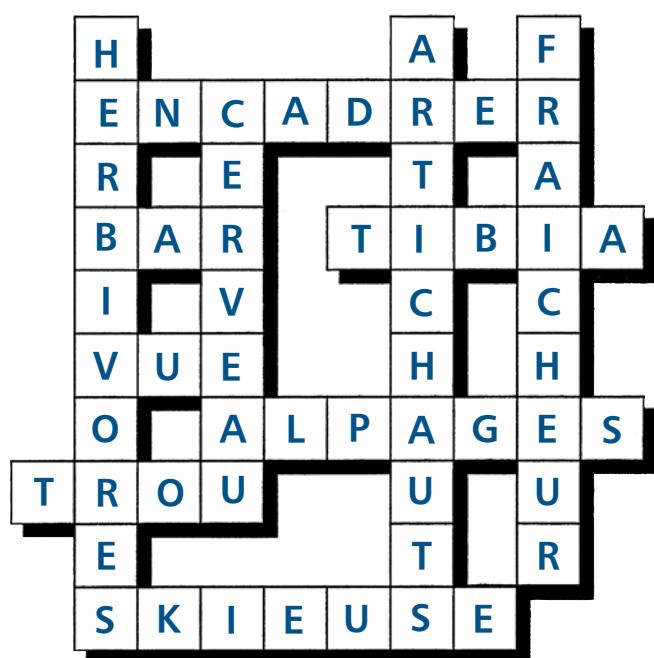
Le Mot caché

de la page 58

Passion

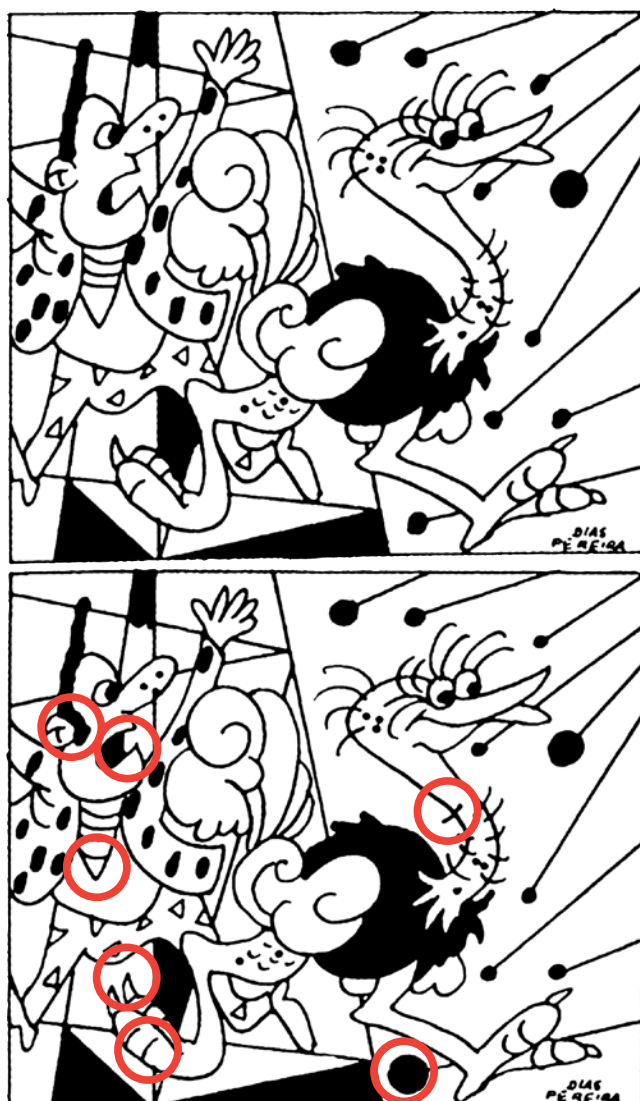
SOLUTION

La grille à remplir
de la page 60



SOLUTION

Les différences
de la page 61



Thèmes à découvrir dans le prochain numéro

- *Les vacances d'autrefois* : été 2010

Nous avons besoin de vous!

Résidents, membres des familles, bénévoles ou employés, vous aimeriez faire partie des collaborateurs au journal *Le Causeur*? Vous avez le goût d'écrire un article? Si l'expérience vous tente, joignez-nous au **418 529-4777**, poste **20570**.

Vous aimez lire *Le Causeur*?

Dès sa parution, des copies de ce journal sont disponibles à la réception de votre centre d'hébergement. N'hésitez pas à le demander à la réceptionniste. **Bonne lecture!**

Vous avez des commentaires, des suggestions à nous faire? Une opinion à donner? Des articles à publier? Une adresse à modifier? Écrivez-nous ou téléphonez-nous :

Le Causeur

Dominique Ekker
Service des communications
1, avenue du Sacré-Cœur
Québec (Québec) G1N 2W1

Téléphone : 418 529-4777, poste 20570

Télocopieur : 418 691-0767

Courriel : dominique.ekker@csssvc.qc.ca

Site Web : www.csssvc.qc.ca