



Volume 13, numéro 2
Janvier 2025

L'APRÈS FAE

Le journal de l'Association de
personnes retraitées de la FAE

SOMMAIRE JANVIER 2025

- 2 Mot de la présidente
- 3 Mot de la responsable politique
- 4 Bouquinons un peu !
- 9 La parole est à vous !
- 13 Récit de voyage
- 28 Membres du Conseil
d'administration et des
différents comités, numéros
à conserver et coordonnées
de l'APRFAE

L'association qui nous unit



MOT DE LA PRÉSIDENTE : L'APRÈS FAE, UN JOURNAL PAR ET POUR LES MEMBRES !

Nicole Frascadore

En septembre dernier, nous avons publié un premier numéro de l'APRÈS FAE dans sa nouvelle signature visuelle. Un numéro spécial qui annonçait et décrivait les outils de communications – nouveaux ou revampés – retenus dans le contexte de redéploiement de nos communications.

Vous recevez aujourd'hui, le premier *vrai* numéro de l'APRÈS FAE. On peut y lire des articles dont les sujets sont parfois traités avec sérieux alors que d'autres proposent un angle plus léger avec un fond d'humour. Des textes d'opinion, des témoignages, des rapports d'activités ou de rencontres, des suggestions de lectures ou de musique, d'autres qui invitent à la réflexion sur des thématiques sociales d'actualité et un récit de voyage constituent le menu de ce numéro. Un numéro dont les autrices et auteurs sont des membres de l'APRFAE.

Même s'il se rapproche davantage de sa vocation de journal, ce numéro demeure une première version qui se raffinera avec le temps. La réflexion est amorcée depuis peu et doit se poursuivre. Réviser les fondements, revoir les orientations ou l'approche, préciser le contenu recherché pour notre journal suppose expérience, compétences et connaissances. Heureusement, l'apport du nouveau personnel, la vitalité et l'ouverture d'une équipe dynamique nous permettent maintenant d'approfondir cette réflexion, de mieux définir nos angles d'intervention afin d'enrichir le contenu proposé.

Je remercie donc les autrices et auteurs, les membres du personnel qui ont assuré la production de ce numéro ainsi que la responsable politique qui a su mener les opérations avec doigté et intelligence.

Bonne lecture,

Nicole Frascadore
Présidente de l'APRFAE



MOT DE LA RESPONSABLE POLITIQUE DU JOURNAL L'APRÈS FAE : UN JOURNAL POUR NOUS, PAR NOUS !

Maryse Vézina

Chers membres, lectrices et lecteurs,

Quel bonheur ! C'est avec enthousiasme que nous vous dévoilons notre première édition renouvelée de votre journal.

L'attente en aura voulu la peine ! Comment continuer à être pertinents, vivants et connectés à la société québécoise actuelle tout en honorant le riche parcours de nos lecteurs composés majoritairement de personnes retraitées de l'enseignement ?

Pour beaucoup d'entre vous, ce journal est bien plus qu'un simple recueil d'articles. C'est un compagnon qui raconte vos histoires, qui partage vos valeurs et qui célèbre votre engagement envers l'éducation et la société. Notre équipe sait que vous avez quitté les salles de classe. Votre regard sur le monde reste aiguisé et vos réflexions toujours pertinentes.

En 2025, le Québec sera encore en pleine effervescence. Des enjeux comme la transition écologique, la justice sociale, l'intelligence artificielle, la pauvreté et l'évolution de notre système éducatif nous interpellent toujours. Vous avez contribué à bâtir les générations de demain. Vous avez une perspective unique et précieuse.

Notre journal veut vous offrir un espace pour les explorer, pour vous exprimer et pour nourrir ce lien indéfectible avec une société qui évolue à un rythme effréné.

L'écriture des textes que vous vous apprêtez à lire en est le résultat. Qu'ils soient éloignés dans le temps ou encore ancrés dans le temps présent, vous y trouverez des lectures dont leurs objectifs respectifs sont à la fois d'informer et divertir. Ce journal est le vôtre. Il est façonné pour refléter vos passions, vos préoccupations et vos espoirs pour le futur.

Nos rubriques sont teintées de textes de collaborateurs qui ont pris la plume pour vous faire entrer dans leur petit monde en passant par des textes portant autant sur l'actualité que sur leurs intérêts. Nous vous invitons à participer pleinement à cette aventure, que ce soit en nous écrivant, en partageant vos idées ou tout simplement en nous lisant.

En 2025, être retraité ne signifie pas se retirer. Cela signifie prendre le temps de vivre autrement, de réfléchir différemment et surtout, de continuer à s'impliquer dans un monde en perpétuel changement.

Ensemble, faisons de ce journal une voix forte, actuelle et bien ancrée dans notre Québec d'aujourd'hui.

Merci de continuer à faire briller vos plumes avec nous !

Maryse Vézina

Responsable politique du journal L'APRÈS FAE

Bouquinons un peu !

CONSEIL DU STATUT DE LA FEMME – L'ÉGALITÉ ENTRE LES FEMMES ET LES HOMMES : RÉSUMÉ DE LIVRE

Récemment, le Conseil du statut de la femme a publié un livre pour célébrer son 50^e anniversaire d'existence. Le bouquin s'intitule *L'égalité entre les hommes et les femmes*. Le texte qui suit est le premier de cinq résumés de cet ouvrage.

L'égalité à cœur.
Un Québec fier de ses valeurs.

Préface

L'avis, intitulé *Pour les Québécoises : Égalité et indépendance*, paru en 1978, cinq ans après la création du Conseil du statut de la femme, comptait à l'époque plus de 300 recommandations en vue de favoriser l'égalité entre les hommes et les femmes au Québec. Des avancées majeures ont certes marqué le Québec au cours des cinq dernières décennies. Le présent ouvrage nous propose un temps d'arrêt pour apprécier l'évolution sociale au regard des droits des femmes et aussi pour mettre en lumière les enjeux qui persistent.

Introduction

Le récent bilan prend l'avis de 1978 comme point de départ. Il fait donc référence au Québec des années 1970, pour ce qui est du vocabulaire employé et de la façon de concevoir les phénomènes traités. Ce bilan transcende chacune des 306 recommandations formulées en 1978. Le partage des champs de responsabilité de chaque ministère et les moyens ciblés à l'époque ont changé significativement en 2023. Il y a un grand nombre de situations complexes qui, abordées en 1978, dégagent des tendances significatives ou des faits marquants ; le portrait d'ensemble emprunte à l'approche des ouvrages historiques.

Le présent bilan met en exergue des faits, des données et des recherches qui reflètent l'évolution de la situation façonnée par l'action gouvernementale et communautaire, et reflétée dans les comportements sociaux. Les cinq chapitres présentent chacun deux volets : le premier résume des problèmes observés en 1970 et les principaux leviers ciblés par le CSF (Conseil du statut de la femme) ; le second met en relief des données ou des faits notables témoignant du chemin parcouru.

Commençons par le coup d'œil sur le Québec des années 1970

Politique

Le premier ministre est Robert Bourassa (Parti Libéral) de 1970 à 1976, et René Lévesque (Parti Québécois), lui, occupe cette fonction de 1976 à 1985.

Une seule femme siège alors à l'Assemblée nationale, soit Marie-Claire Kirkland (1961-1973), puis vient Lise Bacon (1973-1976). Le gouvernement du Québec poursuit les réformes entreprises durant la Révolution tranquille et l'État joue un rôle accru, empruntant les fonctions exercées par le clergé, en éducation et en santé. Le rapport

Parent provoque un déploiement du réseau public et gratuit, et l'enseignement supérieur se démocratise, ouvrant ainsi la voie à un meilleur accès des femmes aux études avancées. Un régime d'assurance maladie et un système de santé publique se mettent également en place.

Démographie et famille

Après le baby-boom qui s'est matérialisé de 1945 à 1965, il y a ralentissement de la croissance démographique, aidé par un meilleur accès à la contraception. En 1969, une loi canadienne autorise l'avortement si la vie de la mère est en danger. La première clinique d'avortement a vu le jour en 1970 à Montréal. Le mariage demeure la norme, mais l'union libre gagne du terrain. Le divorce est en progression, sous l'effet de la Loi sur le divorce (fédéral 1968).

Droits et émancipation

Depuis la fin de la Seconde Guerre mondiale, des mouvements de personnes socialement marginalisées, dont les femmes, prennent de l'ampleur.

La loi sur la capacité juridique des femmes mariées (1964) permet aux femmes d'exercer une profession sans l'accord de leur mari, et avec l'autorisation du tribunal, quitter le foyer familial, sous une menace. Le rapport de la Commission d'enquête fédérale sur le statut de la femme (Commission Bird), déposé en 1970, permet la création du Conseil du statut de la femme en 1973. La Charte des droits et libertés de la personne est adoptée en 1975 et interdit toute discrimination fondée sur le sexe.

Économie et travail

L'économie est marquée par le choc pétrolier en 1973, une forte inflation, et un taux de chômage élevé. Les services gagnent de l'importance par rapport aux ressources naturelles, à l'industrie et la construction. Sous l'influence des mouvements sociaux des années 1960, le taux de syndicalisation progresse. Les femmes sur le marché du

travail se concentrent dans des emplois de secrétaire, d'enseignantes, d'infirmières et serveuses, et d'ouvrières du textile. Elles ne quittent plus le marché du travail une fois mariées. À la naissance des enfants, elles se retirent durant quelques années, les garderies étant fort peu nombreuses.

Chapitre 1

En 1978, le CSF se penche sur la socialisation, à travers laquelle les filles et les garçons intègrent les normes associées à leur identité sexuelle. Les comportements des agents de socialisation, la famille, l'école et les médias conditionnent les femmes à un rôle de soumission et les « empêchent » de participer à la vie sociale, politique et économique du Québec, ou de dénoncer les injustices dont elles sont victimes. Le CSF désire déconstruire les stéréotypes sexuels provenant :

1. Du milieu familial

Avec le peu d'engagements des pères dans l'éducation et le soin aux enfants, le CSF souligne la démarcation des rôles féminins et masculins dans la répartition des tâches domestiques et met en lumière l'influence des jouets proposés aux filles – les poupées –, et aux garçons – les soldats, les armes et les véhicules. Depuis 1978, le rôle des pères a évolué, appuyé par le guide *Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans*. Le régime d'assurance parentale offre, depuis 2006, des congés réservés aux pères. La situation évoluera encore. En service de garde, l'actuel programme éducatif *Accueillir la petite enfance* fait la promotion de l'égalité entre les garçons et les filles et fait l'acquisition des jouets non genrés, comme en témoigne la brochure intitulée *Les livres et les jouets ont-ils un sexe ?* Idem pour la *Boîte à outils sans stéréotype*. Malgré tout, la publicité continue de véhiculer les stéréotypes.

2. Pendant la scolarisation et la formation

En 1978, le CSF déplore que les femmes soient surreprésentées au primaire, et sous représentées aux directions et en enseignement supérieur. Le personnel enseignant est attentif à la façon dont l'enseignement perpétue les rôles sexuels, en présentant des images très stéréotypées des hommes et des femmes, celles-ci reléguées à des rôles secondaires ; la contribution des femmes à la société passe alors sous silence. Et parmi des apprentissages reliés à la vie quotidienne, les femmes y poursuivent des activités traditionnelles, tandis que les hommes s'occupent de menuiserie, électricité, mécanique. Enfin, le CSF réclame l'implantation d'un programme d'éducation sexuelle. Depuis 1978, à l'enseignement supérieur la proportion de femmes a augmenté. Plus de femmes occupent des postes de direction, à l'enseignement primaire. Quant au conseil d'administration des centres de services scolaires, des commissions scolaires, des cégeps et des universités, ils tendent à être paritaires. Les programmes d'études menant à l'enseignement n'ont pas de cours obligatoires consacrés aux inégalités entre les sexes. Le bureau d'approbation du matériel didactique produit des lignes directrices pour rédiger des guides d'enseignements de façons non sexistes. En 2018, des contenus obligatoires d'éducation à la sexualité sont insérés dans le programme Culture et citoyenneté québécoise.

3. À l'adolescence.

En 1978, le CSF vise à encourager l'orientation des hommes et des femmes dans des secteurs qui ne sont pas traditionnellement identifiés à leur sexe. Il s'inquiète de la faible participation des adolescentes à des activités physiques et sportives. Il faut une meilleure représentation féminine par le personnel enseignant

l'éducation physique. Il se penche sur l'habitude récurrente des adolescentes pour soigner leur apparence et de la prolifération des maladies transmises sexuellement. La vie sexuelle des jeunes est toujours en observation.

Depuis 1978, le niveau de scolarité des filles a augmenté de façon considérable, mais elles sont encore majoritaires dans la santé et l'enseignement, domaines associés au « prendre soin ». En 1980, des prix sont offerts à la femme inscrite dans une discipline menant à un métier à prédominance masculine, et vice versa.

4. Et dans les médias.

En 1978, le CSF s'intéresse à l'image transmise de la femme, pour constater qu'elle est encore genrée, dépendante de l'homme et des tâches domestiques. Il y a encore peu de femmes dans les émissions d'affaires publiques. Le CSF recommande la création d'un comité de surveillance de la publicité sexiste et de recruter davantage de femmes aux postes techniques de la production. Depuis 1978, les diffuseurs se doivent de trouver des stratégies pour l'égalité entre les hommes et les femmes. La place des femmes dans l'industrie médiatique a crû favorablement, mais il reste encore du travail à faire dans le journalisme sportif. Le web, quant à lui, est très peu réglementé. On y voit encore la sexualisation des jeunes filles et des femmes.

Marie-Andrée Nantel
Comité de la condition des femmes



RÉFLEXION SUR LE LIVRE *QUI A PEUR DES VIEILLES ?* DE MARIE CHARREL

Dans « Qui a peur des vieilles ? », Marie Charrel aborde la question des femmes de plus de 50 ans, souvent ménopausées et aux cheveux gris. L'auteure s'interroge sur les raisons pour lesquelles ces femmes sont souvent marginalisées dans une société qui valorise la jeunesse.

Marie Charrel explore les stéréotypes associés à l'âge et à la ménopause, remettant en question l'idée que les rides et les cheveux gris diminuent la capacité des femmes à diriger, à séduire ou à être perçues comme actives et désirables. Elle met en lumière les multiples compétences, la sagesse et l'expérience accumulées par ces femmes au fil des années, souvent sous-estimées par une société obsédée par l'apparence physique et la productivité.

L'auteure évoque également la pression sociale qui pousse les femmes à cacher les signes de l'âge, à travers des pratiques comme la teinture des cheveux et la chirurgie esthétique. Elle défend l'idée que les femmes devraient être libres de vieillir naturellement et d'être fières de leurs rides, symboles de leurs vies riches et de leurs expériences.

« Qui a peur des vieilles ? » est un plaidoyer pour la reconnaissance et le respect des femmes âgées. Marie Charrel souligne que la capacité à diriger, à inspirer et à séduire ne diminue pas avec l'âge. Au contraire, les femmes de plus de 50 ans apportent une perspective unique et précieuse, forgée par des décennies de vie personnelle et professionnelle.

Ce livre invite les lecteurs à reconsidérer leurs perceptions de la vieillesse et à valoriser les femmes âgées pour leur véritable valeur. Marie Charrel appelle à une société plus inclusive, où les femmes de tous âges sont respectées et célébrées pour ce qu'elles sont et non pour leur apparence.

Martine Roberge

Comité de la condition des femmes



FEMMES MILITANTES : 23 PORTRAITS QUI NOUS INSPIRENT

J'ai lu le livre *Femmes militantes : 23 portraits qui nous inspirent* d'Anne Lanoë et Alice Dussutour, livre édité par Fleurus en 2023. Ce documentaire jeunesse nous fait découvrir le portrait de 23 femmes ou mouvements de femmes très inspirantes.

Certaines sont connues et d'autres moins. Elles ont toutes marqué l'histoire par leur militantisme ou leurs actions. Ces femmes ont en commun de s'être battues pour des causes qui leur tenaient ou leur tiennent encore à cœur. Ce que j'ai aimé dans ce livre, c'est qu'on nous montre qu'au cours de l'histoire les luttes des femmes sont nombreuses, qu'elles font avancer la cause de tous et même de l'humanité dans son ensemble.

Les portraits des militantes présentées dans ce livre le sont dans un ordre chronologique et nous permettent de connaître et découvrir des militantes comme, par exemple, Olympe de Gouges qui s'est battue pour le droit de s'exprimer en public. Louise Michel, Les Mijeres libres et Malala

se sont battues pour le droit d'aller à l'école et de s'instruire. Les Suffragettes, elles, se sont battues pour l'obtention du droit de vote.

On retrouve aussi des femmes comme Beyoncé et Greta Thunberg qui continuent à défendre la cause féministe de multiples façons. Ce livre est donc un bon moyen de développer une connaissance générale des luttes féministes au fil du temps. Il est magnifiquement illustré et un lexique très pratique se trouve à la fin. Je vous conseille fortement cette lecture et, pour aller plus loin, vous pourrez découvrir d'autres titres de la collection *Femmes inspirantes*.

Ghislaine Paquette
Comité de la condition des femmes

INTRODUCTION À L'ENCART

Comme vous avez pu le constater, en septembre dernier, nous avons relancé le journal L'APRÈS FAE avec un premier numéro portant sur notre démarche de modernisation de notre identité visuelle et de redéploiement de nos contenus rédactionnels. Or, en amont de cette parution, nos rédactrices et rédacteurs avaient rédigé quelques textes qui n'ont pu être publiés dans ce numéro spécial. Nous les avons bien sûr conservés précieusement.

Même si certains de ces articles ne sont plus tout à fait d'actualité, nous les avons réunis dans cet encart afin de les publier dans leur intégralité. De cette manière, nous honorons le travail effectué par nos rédactrices et rédacteurs.

Merci à toutes et à tous pour votre implication !

Maryse Vézina
Responsable politique du comité du journal
L'APRÈS FAE

Stéphane Deslauriers
Coordonnateur aux communications

LA SUCRERIE BONAVENTURE PRISE 2 : UNE ACTIVITÉ RÉUSSIE

Cette fois-ci, une bonne date, une température magnifique, une cabane à sucre près de la grande ville et un groupe de participantes et participants de bonne humeur; voilà tous les ingrédients pour une activité réussie ! C'est à la Sucrierie Bonaventure, située au 15 400, rue Charles à Mirabel, que plus d'une trentaine de personnes de notre région BLLMV se sont donné rendez-vous pour un dîner pour se sucrer le bec à souhait !

Nous avons eu l'occasion de parler de tout et de rien, de faire de nouvelles connaissances et de nous informer sur des voyages à venir, comme le voyage en Louisiane prévu en octobre prochain et organisé par l'APRFAE. Merci à Marie-Rose Bascaron pour toutes les infos. Nous avons également parlé de suppléances et du retour au travail de plusieurs collègues qui désirent rester actifs et actives en enseignement. D'autres croient que la retraite offre des possibilités pour réaliser des intérêts personnels variés, nécessitant plus de temps et moins d'obligation de travail.

Personnellement, je suis content de vivre ces activités qui me permettent de revoir toutes ces personnes et découvrir de nouveaux lieux, comme cet endroit à Mirabel. J'espère revivre d'autres activités aussi intéressantes.

Merci à Luc Portelance d'avoir soutenu l'idée de la Sucrierie. Cette activité de cabane à sucre avait été annulée l'année dernière à cause de (l'oreille de crisse) de verglas. Ouf, cette année, nous n'avions pas choisi le 4 avril !!!

À bientôt je l'espère !

Jean-Pierre Julien
Comité régional BLLMV

L'ENFER OU SE LOGER SANS Y LAISSER SON ÂME

Nous sommes en enfer depuis 4 mois, voici notre histoire.

Nous sommes un couple d'hommes homosexuel assez représentatif de la classe moyenne. Sans être vraiment pauvres, nous ne sommes certainement pas riches. Un est à la retraite, l'autre le sera bientôt. On a été travailleurs autonomes la majeure partie de notre vie. Donc, le fonds de pension, acquis sur le tard, est plutôt mince.

Nous n'avons pas de grands moyens, mais ils sont suffisants puisqu'on vit depuis 23 ans dans le même logement dans le quartier Villeray. Pour cette raison, nous payons un montant bien en dessous du marché locatif ambiant. Le jour fatidique arrive où les propriétaires font une reprise de logement pour occuper deux étages. Cette manœuvre qui contribue à l'embourgeoisement et à la pénurie du logement dans Villeray et à Montréal est très discutable, mais ils sont dans leurs droits et nous avons peu de chance de gagner au Tribunal Administratif du Logement, même si les raisons invoquées nous semblent factices, surtout après avoir vécu un conflit majeur avec les propriétaires.

A priori, on ne nous offre aucun dédommagement. Il faudra le réclamer et le négocier pour obtenir une maigre compensation. À noter qu'il est étrange que les propriétaires, en cas de reprise de logement, n'aient aucune obligation légale envers les locataires. On s'en remet aux obligations morales, mais certains propriétaires n'en ont pas.

S'amorce alors un voyage semé d'embûches. L'enfer du marché locatif à Montréal avec des prix tout bonnement équivalents ou presque à ceux d'une hypothèque, sans compter la compétition et les enquêtes de crédit, etc. À l'évidence, il faudra changer les REER en RAP et vider le bas de laine pour s'acheter une maison et affronter plus de pièges encore, car l'enfer du marché immobilier s'ouvre alors devant nous.

Tout y est : le prêt à obtenir, la charmante agente d'immeuble, les visites des maisons aux sous-sols douteux et les offres d'achat. Tout un monde d'inspections, de fondations et de négociations que nous trouvons bien rebutant. Des vrais profanes qui apprennent à la dure. Souvent, les maisons sont vendues sans caution judiciaire. On ouvre alors les offres d'achat à une date précise et que la meilleure gagne ! Suivent les inévitables enchères. À titre d'exemple : pour obtenir la première maison à nous intéresser à Montréal, il aurait fallu bonifier notre offre de plusieurs dizaines de milliers de dollars. Au Québec, il est impossible de connaître les autres offres. Pas étonnant que le prix des maisons monte en flèche surtout dans un contexte de rareté. N'est-ce pas là, un vice de fonctionnement qui favorise la hausse du marché ? De plus, tout ce beau milieu fonctionne à la commission. Donc, tous ont intérêt à voir monter les prix. Le marché s'emballe et les banques augmentent les taux d'intérêt pour réduire l'inflation, mais le milieu « s'autogonfle » quand même. Va-t-il s'autodétruire ?

Donc, pour acheter une maison à Montréal il faut avoir un budget de 600 000\$. Nous sommes forcés à l'exode vers la banlieue où les maisons sont un peu moins coûteuses. Et même là, elles sont souvent dans un état lamentable pour 400 000 \$! Des maisons achetées il y a 30 ans pour une fraction du prix sont revendues trop cher parce que le voisin, lui, a réussi à vendre la sienne à ce prix-là.

Nous visitons à Laval où, semble-t-il, on ne croit pas nécessaire de débayer en hiver, on se contente de tout pousser sur les trottoirs. À Longueuil, où on est pris avec le pont Jacques Cartier et l'accès réduit du pont-tunnel. Où aller ? Nous sommes devant des choix déchirants soit : vivre dans un petit condo en ville ou l'exil vers la banlieue.

Nous aimons marcher ou faire du vélo. On utilise les transports en commun et, malheureusement pour nous, la banlieue est un monde de bungalows et d'autos. Par contre, la vie dans une tour à condos ne convient pas à tout le monde et pour bien des gens, la ville est anxiogène quand elle nous coupe de la nature au profit des tours d'habitations. La ville de Montréal a à l'évidence un beau casse-tête entre les mains : comment aider les Montréalais à y rester ? Comment éviter un exode qu'ont exacerbé la pandémie et le télétravail ? La ville ne se vide-t-elle pas de son sang et de son sens si elle ne peut plus loger ses résidents ?

Un gars évincé de son logement et de sa ville.

Jean Pierre Mondor

RUE SATURNIN OU LA VIE DE BANLIEUE

La banlieue peut se montrer inquiétante pour des souris de ville. J'ai parfois l'impression que toutes ces bêtes (et je ne parle pas des animaux) nous observent avec insistance pour bien marquer deux faits : nous ne sommes pas de la place et nous appartenons à une autre race. Pourtant, notre planète d'origine n'est pas si lointaine puisque c'est l'île juste à côté, au beau milieu du fleuve.

Cette banlieue n'a pas de nom. De toute façon, elles se ressemblent toutes, mais ces villes dortoirs n'endorment pas, elles inquiètent. On se sent pris dans une toile de rue en courbe où les bungalows, les haies et les jardins se succèdent, le tout ponctué de grands arbres. Allons-nous nous perdre au paradis ? Il y a aussi les boulevards où poussent les églises de la société de consommation, les sacro-saints centres d'achat. Comme une grosse araignée se reposant au milieu de sa toile, on trouve les magasins à grande surface qui attirent les insectes entre ses pattes pendant que ses huit yeux se referment de plaisir.

Peu de gens marchent ou prennent le vélo, nous sommes ici au royaume de l'auto. On a vendu, dans les années 60, l'*American way of life* où l'automobile était au cœur du mode de vie, où chaque famille possédait un bungalow et quelques autos. Ce modèle est pourtant insoutenable à l'échelle planétaire.

On repousse les meilleures terres arables au profit de la banlieue, qui elle, courtise le rural avec ses grands parcs verts. Pourtant, on s'y déplace en auto pour aller chercher du lait. Le paradoxe de la civilisation moderne prend des détours tortueux. On cultive ses légumes tout en vénérant un gros *pickup*. Est-ce le dernier soubresaut d'insouciance d'un système passéiste ? Une humanité qui se jette à corps perdu dans les dernières heures de fête avant le *last call* ; un euphémisme pour apocalypse. Le jour où les espèces animales et végétales seront éteintes que fera l'homo erectus banlieuesus quand il aura tout détruit par cupidité ? Où se tournera son regard ? Vers la banlieue de la galaxie ? Il semble que l'humanité entière manque d'instinct pour comprendre qu'elle fait partie intégrante de la biosphère et qu'elle n'en est pas la patronne. Sans elle, point de salut.

Je m'emporte. Passons aux choses triviales. Cette vie est un si grand changement, mais la maison qu'on a miraculeusement trouvée est une véritable oasis. L'été a été riche en orages, en bêtes et en bibittes. Il nous a donné ses fruits même s'ils sont un peu moches. Normal, puisque c'est notre premier potager dans notre première banlieue.

Ici, d'un côté de la rue, il y a les jeunes familles, de l'autre, les vieux qui en ont élevé une. D'un côté, la vie trépidante et de l'autre, les *snow birds* qui partagent le temps entre l'exil vers le chalet ou la Floride. Le temps d'une vie illustré par une rue à traverser. Personnellement, je ne m'associe à aucun bord de rue. Comme en politique, je ne suis ni à gauche ni à droite, juste libre penseur. Mais bon, on est du côté des vieux. À 63 ans, c'est correct, même si on est loin d'appartenir au club des 80 du coin.

Quel sort réserve-t-on à un couple de souris de ville d'âge mûr, *gay* comme des pinsons dans une banlieue sans nom ? Trouverons-nous notre place dans ce quartier dit idyllique ? Les voisins sont bien sympathiques et serviables, mais il y a toutefois un conformisme ambiant. La liberté telle que vendue par la société de consommation où chacun est dans son bungalow, dans sa cour, dans son auto, dans son divan, dans sa tondeuse, dans sa *bay window*, dans son cerveau gavé d'objets. Les rues sont désertes, il y règne une singulière quiétude qui perturbe le jour et fait carrément peur la nuit venue. Les parcs peu éclairés donnent envie de courir pour les traverser, pourtant il n'y a personne à craindre, juste les ombres des arbres agitées par le vent.

Étrangement, j'aime ça.

Jean Pierre Mondor

STÉRÉOTYPES ET ÉDUCATION : SE PROPULSER POUR PLUS D'ÉGALITÉ

Le 29 avril dernier avait lieu la Journée du Réseau des Femmes de la Fédération autonome de l'enseignement. Cette journée permet aux enseignantes de réfléchir à des enjeux d'actualité. Lors de cette journée, c'est la lutte contre les stéréotypes sexuels entre les hommes et les femmes qui a été mise en lumière.

De prime abord, avec Louise Cossette et Geneviève Allaire Duquette, nous nous sommes interrogés sur la façon dont ces biais et ces croyances influencent négativement la profession d'enseignant en général. Les femmes remarquent bien les éléments esthétiques. Or, il se trouve qu'on exige d'une enseignante des performances différentes quant à la qualité des travaux. Les garçons, eux, ont davantage de tâches concernant le transport des objets lourds. Il y a également la perception de l'enseignante sur son apparence physique qui vient influencer le jugement, tant de ses pairs que de ses élèves.

En fait, les enseignants se doivent de mieux comprendre les neuro-mythes sexistes pour mieux enseigner, surtout en ce qui concerne les cerveaux des filles et des garçons. Si on analyse les fonctions reliées au cerveau droit comparativement à celles du cerveau gauche, le lien entre asymétrie hémisphérique et le comportement général ne sont pas encore établis clairement. En mathématiques, en langues, il n'y aurait aucune différence entre le cerveau des filles et celui des garçons. En passant, les garçons ne présentent pas de meilleure performance en mathématiques que les filles.

Depuis longtemps, on affirme que les filles, elles, seraient davantage en mesure de fonctionner en mode multitâches... ce qui est un neuro-mythe sexiste. En classe, les filles bénéficieraient de moins de temps d'instruction et de discussion, poseraient moins de questions et recevraient moins d'éloges que les garçons, en particulier en mathématiques et en sciences.

Louise Cossette nous a aussi montré différentes statistiques concernant les compétences en français et mathématiques des garçons et des filles de la maternelle au secondaire. Elle a fait la démonstration, tant sur l'égalité des sexes qu'au niveau des changements hormonaux, mais aussi sur l'identité de genre, qu'il faudrait revoir les formations offertes au personnel enseignant.

Puis, il y a eu une période d'échange avec la salle. On y a entendu des commentaires très pratiques portant sur l'expérience en classe et en famille. En après-midi, nous avons assisté à une discussion intitulée « Entre sororité et jalousie : pour en finir avec la rivalité féminine ». D'autres ateliers ont également eu lieu portant sur le concept de misogynie intériorisée, sur des thématiques souvent biaisées (performance au travail, etc.) et sur des éléments de sexisme/ misogynie intériorisés qui ont un impact sur l'estime personnelle.

Enfin, il y a eu un spectacle d'humour présenté par l'humoriste Mélanie Couture qui aborde la vie, l'amour et le sexe avec intelligence sans dentelle ni tabous.

Marie-Andrée Nantel

Comité de la condition des femmes

LES ENGAGEMENTS ORDINAIRES DE MÉLIKAH ABDELMOUMEN : LE PARCOURS D'UNE INTELLECTUELLE ENGAGÉE

Je vous propose la lecture de ce livre, car il s'agit d'engagements à deux niveaux : l'engagement au niveau quotidien, présent chez bien des femmes, et celui plus silencieux, qui pourtant imprègne la vie, et l'engagement public, plus médiatisé. Mélikah Abdelmoumen fait donc la différence entre les engagements ordinaires et les engagements publics. Et voici comment.

Elle parle d'abord des difficultés personnelles qu'ont dû vivre sa grand-mère et sa mère. Olivette a eu le choix entre une vie d'enseignante et la vie maritale. Elle a donc choisi cette dernière. À la mort de son mari, elle décide donc de suivre une formation en urbanisme et de devenir la première femme échevine de son époque. Cela représente un premier dépassement d'ordre individuel. Sa mère Camille s'est également séparée de son mari. Après une période d'intense douleur, elle se libère de l'influence du clergé sur le corps des femmes, ouvre une papeterie et travaille pour le Refuge des jeunes de Montréal. Elle commence alors à travailler pour le Parti québécois.

Puis, Mélikah et sa fille ont décidé d'aller vivre en France. Elle s'y est même mariée. De 2005 à 2016, différents politiciens entretiennent des idées haineuses envers les musulmans et les Roms. L'intégration de Mélikah s'effectue donc avec difficulté. Cette Québécoise avec une tête d'arabe a donc subi un véritable choc culturel, lorsqu'elle comprend que son intégration doit se faire par l'action politique et citoyenne, comme pour sa grand-mère et sa mère. Puis,

elle découvre les bidonvilles des Roms et tout le rejet social que cela implique. De plus, elle commence à faire quelques interventions, tout en se demandant si, comme activiste, elle ne se substitue pas à l'inaction des administrations à différents niveaux.

Elle décide même d'ouvrir un blogue, où elle écrit des billets sur les « Histoires de Roms », en se demandant qui peut bien lire cela, jusqu'au jour où elle sort brusquement de l'ombre, en raison d'une chronique d'un journaliste d'origine juive. Elle reçoit des messages haineux, cette étrangère au patronyme arabe qui tente d'aider les plus détestés de la société française... Mais elle persévère et a l'idée d'écrire un livre inspiré par les billets de ses blogues. Le livre titré « Douze ans en France », paru en 2018, n'a pas obtenu le retentissement espéré. La famille de Roms qu'elle avait tenté d'aider après une grande période d'instabilité est retournée vivre sous la tente. Toutefois, le livre qu'elle a publié est au programme de plusieurs établissements d'enseignement.

En conclusion, elle souligne son parcours amorcé par un engagement ordinaire inspiré par sa mère et doublé de son héritage à la fois québécois et tunisien, jusqu'à son engagement public où son ambivalence entre le fait de raconter des histoires et sa posture de militante a débordé jusque dans son travail d'auteure. À l'heure actuelle, elle se demande alors si être une intellectuelle engagée sert encore à quelque chose...

Marie-Andrée Nantel

Comité de la condition des femmes

RÉSEAU DES FEMMES 2024

Démocratie syndicale et implication des femmes : pas toujours simple !

Le 23 mai dernier avait lieu la journée du Réseau des femmes et l'ouverture de la journée a été officialisée par un mot de bienvenue de madame Mélanie Hubert.

D'entrée de jeu, elle a affirmé que la conciliation travail-famille-syndicat était possible, mais les doutes qui assaillent une femme qui endosse de nombreuses responsabilités n'aident en rien à l'implication professionnelle et sociale.

En début de journée, c'est la directrice de l'Observatoire des inégalités, madame Nathalie Guay qui a pris la parole. Son allocution portait sur les inégalités du partage des tâches familiales. Voilà ce qu'elle avait à déclarer à ce sujet : « Le travail domestique non rémunéré - encore très « genré » par ailleurs -, les tâches ménagères, les responsabilités parentales, les soins à un autre adulte dont la responsabilité incombe aux femmes, la charge mentale liée à l'organisation familiale, voilà ce qui caractérise le quotidien de la femme moderne québécoise ». Et c'est sans compter sur l'inégalité des revenus, la progression professionnelle plus rapide du conjoint, la relation de couple, l'engagement syndical, les loisirs, l'isolement et les problèmes de santé physique et mentale.

Pour sa part, madame Marie-Pierre Bernard-Pelletier, professeure en relations de travail à l'École des Sciences de l'Administration de l'université TELUQ, croit qu'il y a un déficit démocratique de genre dans les syndicats et, qu'avec le temps, malgré la présence accrue des femmes, il existe toujours une sous-représentation féminine à tous les niveaux hiérarchiques. Voilà les obstacles qu'elle a énumérés : responsabilités familiales et personnelles liées à la parentalité, proche aide, culture masculine

du syndicalisme, etc. Elle croit que l'implication syndicale des femmes pourrait être facilitée par l'intelligence artificielle. En plus d'améliorer la compétence communicationnelle des femmes, l'IA surmonterait les contraintes de temps et de distance et assurerait une meilleure conciliation vie personnelle-travail-étude-famille.

Camille Robert, chargée de cours en histoire à l'UQAM, a effectué un bilan de la situation syndicale d'hier à aujourd'hui. La création de plusieurs comités de la condition des femmes dans les centrales syndicales a bien sûr attiré plus de femmes, et ce, malgré les conditions d'implication basées sur le modèle masculin; les rares femmes élues étaient plus jeunes et n'avaient pas d'enfants. Par contre, les gains obtenus pendant toutes ces années sont notables : services de garde, congés de maternité et parentaux, égalité et équité salariale, retrait préventif, etc.

Stéphanie Gaudet, professeure et directrice du Centre interdisciplinaire de recherche sur la citoyenneté et les minorités (CIRCEM), réalise que nous assistons actuellement à une importante baisse de participation des femmes en démocratie représentative et participative, en raison du manque d'intérêt marqué des institutions. Par contre, les femmes seraient particulièrement impliquées dans les conseils d'administration et seraient plus souvent élues dans les assemblées législatives. Néanmoins, elle affirme que le sexisme ordinaire existe encore : les hommes peuvent interrompre les femmes de nombreuses fois, le temps de parole des femmes est écourté, etc.

Enfin, Andréanne Dufresne, étudiante au deuxième cycle à la Faculté des Sciences de l'Éducation de l'université Laval, et Simon Viviers, professeur à l'École d'orientation de l'université Laval, se sont conjointement penchés sur la question de « l'hypertravail » qui a pour conséquence l'épuisement, la santé mentale et la détresse psychologique.

Bref, ce fut une journée très enrichissante !

Marie-Andrée Nantel

Comité de la condition des femmes

MAISON CHEZ DORIS : QUELLE CHALEUREUSE RENCONTRE !

C'est le 24 avril dernier, devant un auditoire composé d'une soixantaine de femmes, tant en présentiel qu'en visioconférence, que monsieur Alexandre Desjardins, directeur du centre de service de la Maison chez Doris, nous a présenté cet organisme qui vient en aide aux femmes en situation d'itinérance.

Les services offerts par le refuge sont très variés. Ils sont rattachés aux problématiques de l'itinérance, de la violence familiale et conjugale, de l'alcoolisme et de la santé mentale, etc. L'organisme accompagne même les femmes désireuses de retourner aux études ou encore sur le marché du travail. Quant à celles qui résident dans un appartement, la ressource s'occupe de les aider à préparer et structurer un budget, tout en leur faisant prendre conscience de leurs droits.

Les maisons ont pignon sur rue à quatre adresses différentes. On peut même y trouver une clinique médicale, des accompagnatrices, animatrices et bénévoles, en plus d'offrir trois repas par jour. Plus 1 500 femmes par année passent par le refuge. En moyenne, elles ont entre 18 et 30 ans et peuvent y dormir pendant 15 jours consécutifs. Ces femmes détiennent majoritairement une scolarité primaire ou secondaire. Le financement de cet organisme est tributaire des donateurs et des différents paliers gouvernementaux.

Lorsqu'une femme arrive à la Maison, les administratrices s'organisent autour d'elle, font un suivi dès son point de départ, suivent son évolution, jusqu'à ce qu'elle n'ait plus besoin des services du refuge. Les femmes sont en situation d'itinérance, mais ne sont pas itinérantes comme telles, ou refusent de se définir ainsi.

Certaines ne sont pas prêtes tout de suite à réintégrer la société, mais il ne faut pas considérer cela comme un échec. Dans certains cas, des femmes vivent plusieurs problématiques en même temps, veulent s'en sortir, jusqu'à la présence d'une petite lumière.

L'organisme propose un programme de formation de retour aux études. Il faut donc que la maison ait plusieurs ressources afin d'aider celles qui veulent s'en sortir. Les femmes doivent être seules, sans conjoint et sans enfant. Il y aurait au-delà de 6 000 femmes en situation d'itinérance à l'heure actuelle.

Merci à Stéphane Deslauriers, coordonnateur aux communications à l'APRFAE et à Chantal Couture, technicienne en projet, d'avoir si bien préparé la salle !

Marie-Andrée Nantel

Comité de la condition des femmes

LES FEMMES ITINÉRANTES AU QUÉBEC : BRISER LES CHAÎNES DE LA VULNÉRABILITÉ

Au cœur de la Belle Province, un groupe de femmes vulnérables lutte chaque jour contre les défis de l'itinérance. Les femmes itinérantes au Québec font face à des réalités complexes et souvent méconnues, mais elles restent des survivantes courageuses qui cherchent à reconstruire leur vie malgré les obstacles.

L'itinérance féminine se distingue de celle des hommes à bien des égards. Les femmes sans abri sont exposées à des risques plus élevés de violence, d'exploitation sexuelle et de problèmes de santé mentale. Les raisons de leur itinérance sont diverses, allant de la violence conjugale à la perte d'emploi, en passant par les problèmes de toxicomanie. La société doit reconnaître ces réalités et fournir des ressources spécifiques pour aider ces femmes à sortir de la rue.

Heureusement, plusieurs organismes à but non lucratif et programmes gouvernementaux se sont engagés à soutenir les femmes itinérantes. Des refuges offrent un abri sûr, des services de conseil et des ressources pour aider à réintégrer la société. Les programmes de formation professionnelle et les possibilités d'emploi sont essentiels pour permettre aux femmes de retrouver leur indépendance.

Il est de notre devoir en tant que société de briser les chaînes de la vulnérabilité qui retiennent ces femmes. En investissant dans des solutions de logement abordable, en sensibilisant davantage à la violence faite aux femmes et en offrant des programmes de soutien holistiques, nous pouvons contribuer à réduire l'itinérance féminine au Québec et offrir à ces femmes la chance de vivre une vie digne et épanouissante.

Martine Roberge

Comité de la condition des femmes

PORTER PLAINTÉ : UN RÉCIT PERSONNEL POIGNANT

Nous avons ajouté récemment le livre « Porter plainte » à notre bibliothèque. « Porter plainte », de Léa Clermont-Dion, est un récit personnel poignant qui explore les thèmes de l'agression sexuelle, de la justice et de la résilience. L'auteure, bien connue pour son engagement féministe, partage son propre vécu en tant que victime d'agression sexuelle, ainsi que son parcours pour obtenir justice.

Le livre offre un récit intimement connecté à la réalité des femmes qui ont été confrontées à des agressions sexuelles. Clermont-Dion raconte les émotions complexes qu'elle a ressenties, allant de la peur initiale à la détermination de se faire entendre. Elle décrit également le système judiciaire québécois en matière de traitement des affaires d'agression sexuelle, soulevant des questions cruciales sur les obstacles auxquels sont confrontées les victimes.

Léa Clermont-Dion écrit avec une grande sincérité et une vulnérabilité qui touche le lecteur. Sa prose est puissante, et sa capacité à mettre des mots sur des expériences douloureuses est impressionnante. Le livre rappelle l'importance de donner la parole aux survivants et de lutter pour des changements systémiques.

Cependant, certaines critiques pourraient reprocher au livre un manque d'objectivité, car il est centré sur l'expérience personnelle de l'auteure. Néanmoins, « Porter plainte » est une contribution significative à la conversation sur la dénonciation de l'agression sexuelle et à l'importance de mieux soutenir les victimes. Il offre une perspective inspirante sur la force et la détermination nécessaires pour briser le silence et demander justice.

Martine Roberge

Comité de la condition des femmes

FILLES DU ROY ET DEVANCIÈRES VENUES S'ÉTABLIR À BOUCHERVILLE

Michelle Turcotte Roy

Récemment, j'ai lu un livre fascinant sur les Filles du Roy à Boucherville : Filles du Roy et Devancières venues s'établir à Boucherville de Michelle Turcotte Roy. J'avoue avoir un certain intérêt en ce qui concerne ces courageuses femmes qui ont osé l'aventure à cette époque pour venir s'établir en Nouvelle-France. On parle souvent d'aventure, mais je ne suis pas certaine que pour elles, que c'en était une !

D'abord, la vie à bord de ces navires était loin d'être simple; la promiscuité, l'hygiène, la maladie, etc. Parmi tout ce monde à bord, tous n'ont pas survécu. Tout était à faire : trouver mari, défricher, survivre aux maladies et aux attaques d'Iroquois, bâtir et peupler. La vie n'était pas simple en France, elle ne l'était guère ici. Certaines ont été chanceuses, d'autres beaucoup moins. Je salue donc ces Femmes, nos Mères.

Si l'histoire et la généalogie vous intéressent, peut-être aurez-vous envie de découvrir la vie de ces femmes à cette époque ? Pour ma part, j'ai fait des recherches du côté de mon père, Rousseau, plus précisément notre ancêtre Thomas. Sa deuxième épouse était une Fille du Roy; Madeleine Ollivier, selon un recensement de 1681.

Bref, la lecture de ce livre m'a beaucoup inspiré à connecter avec mes racines.

Nathalie Rousseau

LA BELLE VIE / SAILING

Marie-Pier Grenier et Adrien Bernier-Nadeau

J'ai lu dernièrement un livre intitulé La belle vie/ Sailing écrit par Marie-Pier Grenier et Adrien Bernier-Nadeau. J'en avais entendu parler lors d'une entrevue à la radio. Je ne m'intéresse pas à la voile, mais j'étais curieuse.

Ce livre est tout de même instructif à lire ou à feuilleter. Il faut avouer que c'est assez spécial de vivre en famille sur un voilier et de sillonner les mers du monde. Vous y apprendrez tout ce qu'il faut savoir sur la formation de marin. Il est nécessaire d'être certifié et de posséder des brevets reconnus. Ensuite vient l'achat d'un voilier : comment l'acheter et trouver celui qui correspond à nos besoins, le prix, comment l'exporter s'il est acheté à l'extérieur, l'entreposage, etc. Il faut vraiment s'y connaître.

Comment s'initier à la vie sur l'eau, développer son savoir-faire marin, explorer les mers, parer aux imprévus, vivre à bord (se nourrir, laver les vêtements, quoi faire en cas de maladie ou de blessure grave, l'éducation des enfants, etc.), et gérer les conflits, entre autres, sont les autres sujets qui sont explorés dans le livre. On se rend compte que la vie à bord d'un voilier exige beaucoup de sacrifices et de compromis, et surtout beaucoup de préparation. On ne s'improvise absolument pas marin, car il est hors de question de mettre sa vie et celle des autres en danger.

Bref, l'été s'en vient ! Si l'envie de hisser les voiles vous prend, ce livre magnifiquement illustré vous donnera une excellente compréhension de ce que la vie sur un voilier implique. Les photos abondent et donnent vraiment envie de partir !

Nathalie Rousseau

UN SURVOL DE MON ACTUALITÉ MUSICALE

Véronique Samson, dont le vibrato, identifiable entre tous, remue encore le cœur de ceux qui l'ont connue dès le début des années 70. La chanteuse-pianiste (et compositrice) a frappé juste et fort dès ses premiers disques. Son très célèbre *De l'autre côté de mon rêve* est une succession de « hits » imparables. Des directs au cœur comme peu d'artistes en réunissent sur un seul disque. Outre le succès interplanétaire de la *Chanson sur ma drôle de vie* que tout le monde aura entendue au moins cent fois, n'oublions pas *Une nuit sur ton épaule*, dont on ne se relève pas si facilement et qui anticipe un peu le succès du *Jealous Guy* de Lennon. *Devine-moi* (les voix d'accompagnement rappellent tant Diane Dufresne, sa contemporaine sur la scène musicale d'ici), *Je suis toute seule*, *Comme je l'imagine* (au deuxième motif beau comme un vaste paysage), sans même parler de la chanson éponyme du disque. Je n'insisterai pas sur la petite, mais tragique histoire entourant les amours de Véronique S. qui coïncida avec l'époque de la sortie de ce fameux disque. Cela dépasserait le cadre musical de cette rubrique. Alors, si comme moi vous n'avez pas entendu ces enregistrements depuis plus de quarante ans, prenez-garde : l'émotion qui surgit d'un passé aussi lointain n'est pas toujours facile à dissimuler.

Je profite de l'espace accordé à cette rubrique pour saluer les personnes qui me lisent. J'ai toujours aimé écrire sur la musique dans mon autre vie. Je prends maintenant plaisir à vous entretenir de choses qui pourraient vous faire voyager dans un passé musical commun. Je m'intéresse en premier lieu à de nombreux enregistrements, connus ou moins connus, de la musique dite classique ; appellation vague qui va des airs du Moyen Âge jusqu'aux œuvres du

XX^e siècle et au-delà. Mais je me suis familiarisé avec les 33 tours des Beatles dès leur sortie durant la première moitié des années 60, et avec les Rolling Stones, les Cream, Hendrix et compagnie pendant la deuxième moitié de cette décennie. Grâce à mon frère et mes cousins de 4 ou 5 ans plus âgés que moi, j'ai eu la chance de suivre très tôt l'actualité musicale, dès mes 5 ou 6 ans. Je dois dire aussi que je suis beaucoup plus conditionné par les enregistrements que par les concerts ou récitals. Donc, s'il se trouve parmi vous une personne qui souhaiterait traiter de ceux-ci sur cette tribune, n'hésitez pas. Même si je me réfère souvent à ma propre collection de CD, comme nombre d'entre vous j'ai accès (et je ne m'en prive pas) à l'une des grandes plateformes de musique où on peut trouver sinon tout, beaucoup de choses.

Deux clips récents pour nous raccrocher un peu à ce qui se fait par de plus jeunes (beaucoup plus jeunes) que nous. Le premier est celui d'une écrivaine remarquable, Daria Colonna. C'est un clip de 2 :30 intitulé *Haut les mains* que l'on peut voir et entendre sur YouTube. Il s'agit de technopoésie agencée en une ballade aigre-douce. Les images à la fois somptueuses et trash rappellent l'univers hipster et l'ombre de Basquiat. Les visions comme les sonorités, très maîtrisées, restent douces et sombres à la fois.

Par ailleurs, sur YouTube toujours, Bobby Leon vient de réaliser un brillant clip avec la chanteuse Zaho de Sagan que les plus alertes d'entre nous replacent déjà. *La Symphonie des éclairs* nous fait planer au propre comme au figuré sur une mélodie tendre qui se dramatise dans sa seconde partie. Conception et cadrage très contemporains, plans heurtés, parfois décalés, tout s'harmonise avec la trame sonore chantée qui nous laisse entre ciel et terre. Notons que *La Symphonie des éclairs* a été primée dans la catégorie Album de l'année aux Victoires de la musique en février dernier.

Figurez-vous qu'il m'arrive encore d'attraper un ou deux disques compacts chez les revendeurs. Dernièrement, je me suis procuré un enregistrement (sur étiquette Analekta, collection Fleurs de Lys) d'un violoniste manitobain qui m'avait fort impressionné dès ses débuts dans les années 90. Il s'agit de James Ehnes, qui nous offrait au tournant des années 2000 (avant-hier, pourrait-on dire) un enregistrement des six sonates et partitas pour violon seul de J. S. Bach. J'ai ainsi pu remplacer avec plaisir la version (que je n'écoutais pratiquement jamais) de Felix Ayo, complètement obsolète. Musique impérissable qui résiste aux écoutes sans nombre et qui console de tout. Ici, les planètes se sont idéalement alignées pour la perfection du moment. D'abord, le lieu de l'enregistrement, l'église Saint-Augustin (ne pas oublier que la sonorité d'une musique est toujours fonction de la qualité des lieux où elle est produite), puis l'instrument dont dispose Ehnes : un Stradivarius de 1715 aux sonorités incomparables produites par ce musicien accompli et captées par des techniciens (Carl Talbot et Debbie Reynolds) bien à leur affaire. Si vous passez par les plateformes musicales consacrées aux enregistrements, vous trouverez sans peine ce dont il est question ici et pourrez bien sûr poursuivre l'exploration des autres disques de James Ehnes, violoniste d'exception.

Philippe Tétreau



La parole est à vous !

LA MUSIQUE MUR À MUR

Il n'y a pas si longtemps pour mettre de la musique dans l'espace public, il fallait transporter un appareil si gros que ça dissuadait même les plus exaltés des fêtards. Aujourd'hui, grâce à l'utilisation débridée de multiples petits gadgets technos la musique s'insinue dans nos vies et dans nos oreilles. Pourtant, la mise en marché de ces bidules électroniques ne les rend pas plus acceptables socialement et le manque de savoir-vivre de certains utilisateurs le prouve.

Comme les moulins à vent, la musique tourne et elle peut accompagner tout le monde, du bozo à l'intello et les stratégies pour l'écouter sont variées : le joggeur la porte au bras, la dame dans son sac à main, la voisine rafraîchit son pavé uni avec son Alexa qui chante, pépère Bouchard la met dans son cabanon et le cycliste sur ses guidons. En effet, on peut transformer en disco-mobyle tout ce qui roule, de la trottinette au fauteuil roulant. Le phénomène, comme Tintin, intéresse de 7 à 77 ans ou de la poussette à la marchette. Mais la musique ne s'arrête pas là, elle attire les

quidams aux vitrines de certains magasins, de dépanneurs et elle hante les couloirs des RPA et d'hôtels. Même les écoles ou CPE en font jouer pour faire bouger les enfants comme dans un party rave ; sans compter les festivals ou les événements spéciaux au parc Jean Drapeau. On peut même l'entendre dans les parcs nationaux où elle est formellement interdite.

Il y a aussi les conversations à main libre que l'on entend trop souvent chez les usagers des transports en commun ou le voisin en pleine négociation sur le balcon. Ces échanges sont sans musique, mais ces personnes ne connaissent pas le mot discrétion.

Je vois de plus en plus de gens oublier un principe de base fort simple : vivre et laisser vivre en préservant une certaine discrétion. Et c'est désolant. Il faudra une bonne dose d'égoïsme pour s'improviser le DJ de sa personne. Si je mets ma liberté au visage des gens avec mon orchestre personnel, est-ce que je respecte la liberté des autres au silence, au calme ? Bien sûr que non et voici quelques raisons.

Quand un citoyen est libre d'écouter de la musique, les ondes sonores sont bien plus libres encore, car elles voyagent sur l'air et partent au gré du vent. Malheureusement, les autres n'ont pas le choix de les recevoir, et ce, même si nous ne planons pas tous sur la même mélodie.

Si l'on prend des libertés que les autres ne peuvent prendre est-ce équitable ? En effet, si deux ou trois personnes mettent de la musique en même temps le chaos est vite atteint. Entre deux musiques, on entend le bruit du non-sens.

Quand je signifie mon désaccord à entendre de la musique partout les gens réagissent mal. En effet, quand on exprime notre mécontentement on commet un crime de lèse-majesté. Les bruyants ont le droit de déranger, mais pas les tranquilles de s'en plaindre, car loin de s'excuser, souvent il faudra négocier pour obtenir une baisse de volume. Peut-on s'estimer libre d'embêter les autres ?

Il existe aussi un autre phénomène étrange, faire du bruit semble cautionner la musique, par exemple les briqueteurs ou les gars de la construction travaillent rarement sans un *band* tonitruant pour les accompagner. Le solo de *gun* à clou ou de perceuse électrique ce n'est pas suffisant ? Il semble que plus une personne est bruyante, plus elle parle fort et moins elle est sensible aux bruits qu'elle émet.

Il y a une dérive, mais pourquoi ? Je pointe les écrans et les réseaux sociaux où on assiste à un affaiblissement de la frontière entre le privé et le public, comme si la vie ne valait la peine d'être vécue que pour être photographiée et mise en ligne, là où on passe du temps à côté de la vie. Beau paradoxe. L'autre coupable, le téléphone à tout faire tout le temps, plus il devient intelligent plus son utilisateur devient bête à force d'en être dépendant.

La société s'adapte mal aux nouvelles technologies et ce n'est pas étranger à la montée de la violence et de la droite. Pourquoi ne pas faire des messages d'intérêt public pour éduquer les gens au bon usage de tous ces gadgets trop souvent criards ? Je me dis que la pollution sonore dans ces conditions nécessite probablement des balises, mais comment remettre le génie dans sa bouteille ? Il semble que la société doit faire face à la musique et réaliser que la paix sociale passe par la paix tout court.

Le chaos créé par la tolérance à la pollution sonore est inquiétant, car il contribue à l'augmentation du chaos social ambiant, et conséquemment à celle des agressions dans le métro, dans les écoles et dans nos vies. On est libre de tout, même de péter les plombs et la fiole des autres.

En fait, il ne s'agit même pas de liberté individuelle, il s'agit tout simplement de savoir-vivre, de courtoisie des plus élémentaires. Je ne suis pas contre la musique, je me considère comme un peu mélomane, mais je l'apprécie dans la sphère privée uniquement, là où elle a sa place et un cadre propice à son appréciation. Quand on la trimbale dans la sphère publique, on ne fait qu'augmenter la pollution sonore environnante. Alors, pour ne pas imposer votre amour du country ou de la diva du jour à tout le monde les écouteurs représentent un bon choix. Vous pensez peut-être : « Tiens un vieux chialeux ». Je suis en fait un vieux tranquille et je revendique mon droit inaltérable au calme.

Quand je m'oppose à cette musique partout, je me sens comme un Don Quichotte devant ses moulins. Je vous invite pourtant à rejoindre le club des Tranquilles et à vous dresser contre l'omniprésence de la musique, des appels à main libre, contre Alexa et autres mini-colosses qui nous cassent les pieds. J'ai un slogan à proposer pour le club : les écouteurs, c'est bien meilleur !

Jean-Pierre Mondor



MÉTÉO, TRAVAIL, RETRAITE, PLEIN AIR ET IA

« Septembre 2024 a été le mois de septembre le plus chaud selon les archives climatiques du Québec, sa température moyenne a surpassé de 0,8 °C le précédent record, vieux de 105 ans, établi l'an dernier et qui surpassait de 3,6 °C la normale ». Les archives climatiques remontent à 1870.

De plus, « Le Québec a connu un mois d'octobre tout à fait exceptionnel pour la majorité des régions. Les températures ont été anormalement douces avec un écart à la moyenne de 1 °C à 2 °C ».

C'est ce qui ressort, comme résultat sur Google, suite à une recherche ayant comme objet « Bilan météorologique du mois de septembre (et octobre) 2024 au Québec ».

N'est-ce pas merveilleux, grâce à la technologie, de pouvoir chiffrer ce que nos corps ébahis ont pu ressentir en ce début d'automne hors norme ?

Retraité de l'enseignement depuis juin 2019, après 37 années de loyaux services à temps plein, je profite de chaque belle journée (et même des moins belles) pour m'adonner à mes activités de

plein air préférées, et ce, principalement dans les Laurentides où j'ai élu domicile depuis bientôt 25 ans. Je dois par contre mentionner que j'ai un petit faible pour les escapades en Estrie, région qui regorge de magnifiques pistes cyclables, ainsi que pour la région de la Capitale nationale, pour les mêmes raisons. Par ailleurs, c'est là où réside ma belle-famille !

Mais, puisqu'il y a toujours un mais, il y a des journées où la météo m'appelle, mais une journée de travail en enseignement m'attend. Je prends alors une autre direction que celle d'un lac, d'une rivière, d'un sentier ou d'une piste cyclable. Oui, je fais partie de cette cohorte d'enseignants retraités qui, à un âge avancé (j'ai 66 ans), continue d'arpenter les corridors et les classes de nos écoles primaires québécoises.

On ne se le cachera pas, cela aide à payer les petites escapades et le renouvellement des équipements pour la pratique du plein air !

L'autre jour, j'écoutais un chroniqueur à la télé parler des nouvelles technologies. Il mentionnait qu'il pouvait avoir recours à l'IA (l'Intelligence Artificielle), une quinzaine de fois par jour pour effectuer des recherches ou l'aider à écrire ses chroniques...

Cela m'a donné le goût d'essayer, voici ce que cela a donné :

« Bonjour, ChatGPT, peux-tu m'écrire un texte de 100 mots sur Normand, un enseignant retraité de 66 ans, qui fait des activités de plein air en octobre, du vélo et de la randonnée et qui enseigne encore à temps partiel ? »

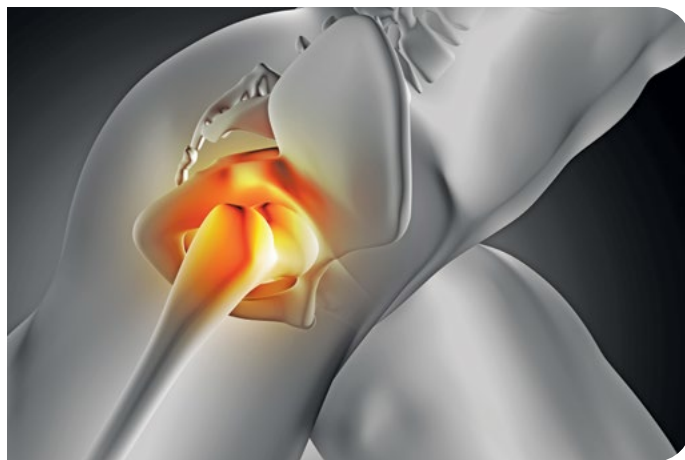
« Normand, 66 ans, est un enseignant retraité passionné qui continue à transmettre son savoir en enseignant à temps partiel. En octobre, il profite de ses temps libres pour s'adonner à ses activités de plein air préférées. Sur son vélo, il parcourt les pistes bordées d'arbres aux feuilles dorées, appréciant le calme et la beauté de la saison. Les week-ends, il part en randonnée, découvrant de nouveaux sentiers et admirant les paysages aux couleurs éclatantes. Ces escapades lui apportent l'énergie et la vitalité qu'il partage avec enthousiasme dans ses cours, inspirant ses élèves par son dynamisme et sa passion. »

Impressionnant quand même !

Essayez ça, c'est très distrayant !

Bref, vive les nouvelles technologies, mais aussi vive la retraite, le plein air et bien sûr, le travail... à la retraite !

Normand Champagne



FIN DES DOSES MASSIVES DE VITAMINE D POUR CONTRER L'OSTÉOPOROSE

Mon médecin était mal à l'aise d'annuler la prescription. La pharmacie s'est montrée surprise en m'appelant. Alors, j'ai lu sur le sujet.

Ci-dessous, voici les faits saillants de l'Actualisation des lignes directrices de pratique clinique pour la prise en charge de l'ostéoporose et la prévention des fractures au Canada parue dans le *Journal de l'Association médicale canadienne* :

- La première forte recommandation porte sur l'exercice. Deux séances hebdomadaires d'équilibre pour réduire le risque de chute.
- Pas de supplément de calcium, car une bonne alimentation le fournit. Un petit supplément quotidien de 400 UI de vitamine D après 50 ans. C'est cinq fois moins que dans les directives précédentes. Le degré de certitude des données probantes est élevé. Je reviendrai sur le calcium et la vitamine D dans l'alimentation.
- Évidemment, deuxième forte recommandation, un médicament qui renforce les os pour les femmes ayant des antécédents de fracture ou 70 ans et plus avec un faible score d'ostéodensitométrie. Par contre, c'est moins certain pour les hommes.

Alimentation

Avant le petit supplément de vitamine D, il faut en trouver 15 µg (20 après 70 ans) dans notre alimentation. Le saumon sockeye comblerait ce besoin, mais pas chaque jour.

Le lait, contenant du calcium, est additionné de vitamine D. Par contre, cette addition est variable. Il faut donc choisir notre lait. Avec les plus généreux, un verre en donne 5 µg. Ce même verre contient 300 mg de calcium. Santé Canada en recommande 1 000 mg (1 200 pour les femmes de plus de 50 ans et les hommes de plus de 70 ans).

D'autres aliments contiennent du calcium, comme le yogourt, le fromage et le tofu. Le problème demeure pour la vitamine D. J'aimerais que les chercheurs aux données probantes m'indiquent quoi consommer.

Patrick Viau

Récit de voyages

COUP DE CŒUR : LE DÉSERT BLANC... ET LE DÉSERT NOIR

À la fin de notre voyage en Égypte, en novembre dernier, j'ai sauté tout de suite sur une occasion unique pour visiter le désert blanc. Cela faisait des années que je rêvais à cette expédition, que je reléguais à « ma prochaine vie ».

À quelques (très) bonnes heures du Caire, avec une Toyota Land Cruiser, nous nous trouvons quelque part hors du monde. Notre guide, qui est aussi le chauffeur est venu nous chercher à

l'hôtel au Caire, vers 7 h, accompagné de son fils de 24 ans, Moustafa, qui apprenait à se retrouver dans ce désert démesuré et insaisissable.

Nous étions trois personnes, plus le guide et son fils. Le trajet a passé quand même assez vite, car les routes étaient très bien asphaltées et presque désertes (tiens donc!). Seuls des camions venant du Soudan, chargés de cacahuètes (je n'aurais jamais pensé qu'il y avait tant de cacahuètes au monde), se relayaient à la queue leu leu pour décharger leur produit à Alexandrie pour l'exportation en Europe.

Notre chauffeur (excellent), déviait de son chemin, et fonçait dans le sable, arpentant quelques monticules dans le désert et revenait sur la route. Il déviait pour le plaisir de nos yeux. Que ce soit dans le désert jaune, le désert noir ou le désert cristallin, nous nous retrouvions à tâter des coquillages, des troncs d'arbres pétrifiés, quelques pierres qui révélaient la présence jadis d'une mer il y a des millions d'années.

Un arrêt à une oasis, nous a dévoilé un restaurant à la pelouse verte, aux tables multicolores, aux palmiers à dattes... comme ça, au milieu de n'importe où. Un repas pour une armée nous a été servi.





Tout le long du chemin, nous remarquons le phénomène d'oasification du désert. Des fermes se formaient, des palmeraies, des bananeraies et même des oliveraies. Les tentatives semblaient réussir.

Et nous voilà parachutés dans un espace lunaire où les monticules changeaient de couleurs dépendant de la roche qui les constituait et de l'heure de la journée. Quand nous sommes arrivés au désert de cristal, le guide a arrêté le véhicule et nous a laissés explorer ce territoire sans bruit, aucun, et grimper à pied sur ces monticules nous révélant un horizon de monticules, petits, grands, moyens, calcaires, stratifiés.

Avec le soleil et quelques nuages, les cristaux de quartzites brillaient. Nous marchions sur un sol jonché de pierres et poussières de roche reluisant comme si nous marchions sur des pierres précieuses.

Bref, vers 16 h on aperçoit au loin un camp planté de tentes et d'arbres. C'était notre camp.

Belle réception avec une coupe de jus de karkadé (hibiscus) rafraichissant nous a été servie à point nommé.

Nos tentes étaient larges, avec possibilité de climatiser ou de chauffer, avec salle de bain et toilette. Un petit brin de toilette et hop à la salle à manger. Après un bon repas, nous sommes allés admirer le ciel devant notre tente. Admirer les étoiles dans le calme du désert fut un moment d'enchantement incroyable.

Le lendemain, visite du désert blanc. Mais alors là, quelle beauté! Aucune commune mesure avec ce que l'on avait vu la veille, même si le désert jaune était magnifique.

Avec le Land Cruiser, nous voilà lancés tous les cinq dans le large, craignant à tout moment de nous enliser, mais là n'était pas notre préoccupation. Nous nous sentions en confiance avec ces « diables du désert », qui connaissent les moindres recoins. Notre préoccupation c'était de photographier avec nos yeux et avec nos appareils une telle étendue à perte de vue de ces monticules blancs ressemblant à des monts de neige blanche, avec des « champignons » sculptés par les vents de sable qui tournoient dans ces espaces, creusant des alcôves, coupant au couteau la crème chantilly dans un gros rocher. D'ailleurs, des noms sont attribués à ces formations rocheuses : la poule couveuse, le lapin, le lion, le champignon, etc. Nous nous serions crus dans un pays fantastique où les paysages étaient blancs et bleus.

Nous nous arrêtons souvent. Je m'en allais seule, marchant des centaines de mètres (presque des kilomètres). Le guide nous a dit d'aller méditer dans ce silence bruyant et invitant en même temps. Nous nous sommes éloignés l'un de l'autre pour profiter de ces instants de ressourcement individuels.



J'observais les empreintes d'animaux sur le sable jaune près des rochers : traces de fennecs et même de renardeaux autour de leur mère probablement; traces d'une tortue ainsi que de différents oiseaux.

De temps en temps, il y a un arbre, un palmier, un acacia, des virevoltants (plantes qui roulent sous l'effet du vent dans le désert), des chameaux. Nous avons vu aussi un acacia cinq, six ou sept fois centenaire. Peut-être plus.

À notre pause du midi, on s'arrête à une oasis déserte, où il y a un puits d'eau souterraine. Le guide et son fils reculent la voiture, ouvrent la portière arrière et sortent des matelas, des couvertures, de la nourriture, de l'eau, de la bière, des assiettes, des couteaux, du pain, du fromage blanc, du fromage roumi, tomates, concombres, carottes, fowl, thon, œufs, etc.

Sur un tapis qu'ils avaient étalé à terre, ils lavent leurs légumes à l'eau minérale, les découpent et les placent joliment dans les assiettes. Les matelas, c'était pour s'asseoir comme dans un salon. En guide de table, ils ont pris les plaques antidérapantes qu'on met sous les pneus d'une voiture enlisée dans le sable.

C'est le meilleur pique-nique que nous avons fait de notre vie!

En tout cas, notre guide connaissait très bien son désert. Il supervisait son fils, et ils montaient tous les deux sur le toit de la voiture, pour donner des indications sur les chemins à prendre dans cette étendue de sable. Le guide lui laissait le volant et le dirigeait dans les lieux où il faut passer : « à gauche, maintenant à droite, avant le sable, attaque le sable, ne rentre pas sur le plan de pierres rocheuses, à droite de la roche, évite de passer sur les traces des autres Jeeps, utilise ta tête et va au feeling, vise toujours le banc de sable... ». Spectaculaire!

La découverte du désert noir était aussi impressionnante que le désert blanc. La seule différence d'avec le désert blanc, c'est que tu n'en fais pas toute une journée de désert noir. Tu t'ébahis devant ces rondeurs volcaniques, toutes alignées comme si un sculpteur avait rangé ces roches, principalement de la dolérite, de la pyrite de fer et un peu de basalte, qui remontent à la période jurassique, il y a des dizaines de millions d'années.

Finalement, ça demeurera un instant inoubliable dans mes multiples voyages.

Marie-Rose Bascaron, Égyptienne d'origine et conseillère en voyages



Membres du Conseil d'administration et des différents comités 2023-2024

Le conseil d'administration est composé de sept postes :

Nicole Frascadore, présidente
Jocelyne Dupuis, vice-présidence à la trésorerie
Martine Roberge, vice-présidence au secrétariat
Maryse Vézina, administratrice
Josée White, administratrice
Michel Paquette, administrateur
André Patry, administrateur

Comité des finances :

Gaétan Asselin, Suzanne Desaulniers,
William Fayad et Jocelyne Dupuis (responsable politique)

Comité des statuts :

Siham Abou Nasr, Gaétan Asselin,
et Denis Gaudreault.

Comité des élections :

Flore Michaud, Brigitte Goyette et Denise Martel

Comité de la condition des femmes :

Christine Lord, Marie-Andrée Nantel,
Ghislaine Paquette, Maryse Vézina (membre du CA),
Josée White (membre du CA)
et Martine Roberge (responsable politique)

Comité d'action sociopolitique :

Siham Abou Nasr, Gandayi Busugutsala, William Fayad,
Badiâa Sekfali, Caroline Proulx-Trottier et André Patry
(responsable politique)

Comité de l'environnement :

Siham Abou Nasr, Christine Favreau, Guy Dussault,
Badiâa Sekfali et André Patry (responsable politique)

Comité des alliées et alliés de la diversité et de genre LBGTQ2+ :

Siham Abou Nasr, Pierrette Paquin, Manon Côté,
Erroll Picard et André Patry (responsable politique)

Comités régionaux

BLLMV :

Danielle Tremblay, Nicole Pierre, Flore Michaud,
Denise Martel et Jean-Pierre Julien

Haute-Yamaska :

Martine Roberge, Priscille Lafontaine, Anise Bourassa Lamy,
Monique Benoit, Line Raza, Sonia Riendeau, Raymond
Lesage et Sylvie Forand

Outaouais :

Manon Lagacé et Francine Chénier

Numéros à conserver :

APRFAE : 514 666-6969 ou sans frais
1 877 312-1727

Régime d'assurance collective APRFAE

(contrat 109995) – Beneva : www.beneva.ca/fr/assurance-collective/apr-fae

Assurances générales (groupe 1275) – Beneva :
1 844 928-7307

Caisse Desjardins de l'Éducation :

514 351-1268 ou 1 877 442-3382

Retraite Québec (CARRA) : 1 800 463-5533
(RREGOP) ou 1 800 463-5185 (RRQ)

RAMQ : 514 864-3411 ou 1 800 561-9749

SAAQ : 1 800 361-7620

Sécurité de la vieillesse : 1 800 277-9915

Revenu Québec : 1 800 267-6299

Office de protection des consommateurs :

514 253-6556 ou 1 888 672-2556

Références-Aînés : 514 527-0007

Coordonnées de l'APRFAE

N'hésitez pas à nous faire parvenir vos articles, annonces, concerts, expositions, voyages, etc. Nous nous ferons un plaisir de les publier sous réserve de l'espace disponible.

L'APRÈS FAE – Infographie et mise en page :
Tabasko Communications

Nos coordonnées :

APRFAE, 8550, boulevard Pie-IX, bureau 100
Montréal, QC H1Z 4G2

Téléphone : 514 666-6969

Sans frais : 1 877 312-1727

Courriel : retraites@aprfae.ca

Site Web : www.aprfae.ca

Facebook : www.facebook.com/AprFae/