

Message du président

J'ai pensé qu'il serait intéressant, pour le bénéfice de nos membres, de faire une rétrospective sur l'existence de notre Association, qui comptera cinq ans en octobre prochain.

Ce retour en arrière permettra à tous les retraités(es) qui sont devenus membres de l'association depuis les trois dernières années, de connaître les motifs pour lesquels l'Association a été fondée.

Ceci nous permettra également de rendre un témoignage à celles et ceux qui, par leur contribution bénévole, financière et collaboration ont permis la création de notre association.

Je veux tout d'abord souligner l'apport des retraités, qui au moment de la fondation, ont accepté de faire partie du comité provisoire formé dans le but de jeter les premières bases de l'association à créer. Il faut dire qu'à la suite d'un sondage auprès des retraités à ce moment, ces derniers avaient répondu en grand nombre, avec beaucoup d'enthousiasme **OUI** au projet soumis.

Ce qui précède avait été entrepris, après quelques rencontres avec monsieur Guy Bernier, président et chef de la direction de la FMO à ce moment. Ce dernier s'était montré très favorable au projet et avait mis à la disposition du comité provisoire, les ressources humaines de différents services de la FMO pour le travail de secrétariat. De plus il avait accordé le soutien financier pour les dépenses d'organisation. Conscient du rôle important joué par les retraités et des sacrifices consentis par ces derniers, il a offert à l'association le lieu de rencontre actuel qu'il a voulu appeler le Salon des Bâtisseurs.

Lorsque monsieur Jocelyn Proteau a succédé à monsieur Guy Bernier en tant que président et chef de la direction, il a voulu que la FMO continue dans la même voie, soit celle d'assumer les frais pour la location du local. De plus la FMO verse annuellement à l'association, une contribution financière. Il faut signaler également la collaboration du personnel de différents services qui ont toujours été très empressés pour rendre de nombreux services au niveau de notre

secrétariat. Nous profitons du moment pour formuler notre témoignage de reconnaissance à monsieur Proteau.

La raison d'être a été de permettre à tous les employés(es) de la FMO et des caisses populaires de conserver un lien avec Desjardins et avec des anciens collègues. Le Salon des Bâtisseurs se veut le point de rencontre de celles et ceux qui ont le besoin et le goût de socialiser entre eux, sous différentes formes d'activités sociales ou autres.

Il convient également de rappeler les buts visés par l'association à savoir: fournir aux membres le moyen de se regrouper amicalement; promouvoir entre les membres un esprit permanent de camaraderie et d'entraide; favoriser le bien-être individuel et collectif de ses membres; protéger les intérêts de ses membres et défendre leurs droits.

Le Conseil d'administration est composé de 12 membres émanant des 11 secteurs et de la FMO. Cette formule permet à l'association, par cette représentation sur le plan local, d'être plus près de ses membres et de répondre plus adéquatement aux besoins des retraités de leur secteur.

Nous comptons également sur la collaboration des bénévoles qui ont assumé des responsabilités aux niveaux de différents comités. Ceci permet une répartition des tâches au moment de l'organisation des activités.

Depuis sa fondation, notre Association a eu l'immense avantage de bénéficier des services de Jeannette Ducharme, et ce, cinq jours par semaine depuis l'ouverture du Salon. Qui ne connaît pas Jeannette responsable de l'accueil et du secrétariat. Toujours au poste pour accueillir avec le sourire les membres et les visiteurs. Le nombre de communications que vous recevez est une première indication qu'elle ne chôme pas au niveau secrétariat, sans compter qu'elle a également la responsabilité de toute la partie administrative.

Je m'en voudrais de ne pas signaler la participation de nombreuses caisses populaires, lesquelles par leur contribution annuelle, contribuent au budget de notre association.

Je rappelle aux membres que votre association compte sur vous pour donner un coup de pouce pour aider celles et ceux qui font déjà du bénévolat.

Gérard Marotte

Echos du Salon des Bâisseurs

Le Brunch du 7 février

Ce matin-là, 47 membres de notre association se retrouvaient dans la vaste salle à manger de l'Hôtel des Gouverneurs de Place Dupuis, à Montréal, où on leur avait réservé un coin bien à eux. L'ambiance était à la fête, non seulement parce que le buffet était excellent et le service impeccable, mais aussi parce que l'organisateur de ces déjeûners, M. Réal Dallaire, avait préparé une surprise à Mme Jeannette Ducharme, à l'occasion de l'anniversaire de naissance de cette dernière. Secrétaire exécutive au Salon des Bâisseurs et administratrice de notre association pour le Secteur Centre de Montréal, Mme Ducharme a accepté de bonne grâce cet hommage de reconnaissance rendu au dévouement dont elle a fait preuve depuis l'ouverture du Salon. Rappelons que le prochain déjeûner aura lieu au Salon Saint-Martin de l'Hôtel Sheraton Laval, le dimanche 21 mars, à partir de 11h 30. Le prix de ces repas est de 14.95 \$ par personne, plus taxes et service. L'Association défraye le coût du vin.

La Soirée sociale du 23 février

Ce mardi soir-là, le Salon des Bâisseurs s'était donné des airs de la Saint-Valentin. A quelques jours près de la fête du grand patron des amoureux et à la suite du succès de pareille soirée, l'an dernier, M. Marcel Beauchemin n'avait pas hésité à se lancer dans l'organisation de la soirée de 1993. Il a tout lieu d'être satisfait et les 48 personnes qui ont participé à cette soirée n'ont pas manqué de lui exprimer leurs félicitations. En fait, rien ne manquait pour faire de cette soirée le grand événement d'hiver au Salon des bâisseurs: la musique confiée à MM. Gaëtan Guy, accordéoniste de grand talent et Jean Michaud, virtuose de la guitare et membre de la famille de notre collègue et ami Gaston, a entraîné les couples dans toutes sortes de danses et toute la gamme des rythmes. Il n'était guère étonnant de voir chacune et chacun faire honneur au copieux goûter qu'avait préparé le Chef Pierre Baudin des traiteurs Sans Menu, puisque toute cette gymnastique avait aiguisé les appétits. La salle s'est lentement vidée peu après minuit, alors qu'en se disant au revoir, on souhaitait se retrouver en pareille circonstance, l'an prochain.

L'Assemblée générale annuelle de l'Association

Oyez ! Oyez ! bonnes gens: veuillez prendre note que l'Assemblée générale annuelle de notre association se tiendra mercredi, le 19 mai 1993, à la Salle Guy-Bernier du Complexe Guy-Favreau (en face du Complexe Desjardins, ex-Boulevard Dorchester), à 14 h 00. Parmi les points à l'ordre du jour, il y aura la réélection (ou le remplacement) des administrateurs suivants sortant de charge: Armand Cadotte, pour le Secteur Ouest de Montréal; J. Edmond Saint-Denis, pour le Secteur Les Riverains; J-J. Rodier, pour le Secteur Des Hautes Laurentides et de la Haute Gatineau; Pierrette Desjardins, pour le Secteur Laval; Réal Dallaire,

pour le Secteur des Basses Laurentides et Roland Lapointe, pour le Secteur Rouyn-Noranda-Témiscamingue.

Les Mercredis P.M.

On ne peut faire écho aux activités du Salon des Bâisseurs sans mentionner les après-midi des mercredis, qui réunissent toujours un certain nombre de nos membres, qui viennent se rencontrer autour de la table de billard (pool), en se disputant une partie de cartes ou tout simplement en taillant une bavette près du pot à café... Il y a les habitués, il y a les visiteurs occasionnels et il y a de la place pour d'autres, car on ne se pile pas encore sur les pieds.

Nouvelle de la Floride

Dans la suite de l'article de M. Yvon Tousignant que vous avez pu lire dans le dernier numéro d'ENTRE NOUS, la revue L'ACTUALITE du 15 mars 1993 publie un article sur Les Floribécois (pp. 35 à 37). On peut y lire notamment qu'à la mi-janvier, les Floribécois avaient déjà déposé plus de 21 millions de dollars dans 6 000 comptes à la Desjardins Saving Bank de Hallandale, ouverte huit mois auparavant.

Souriez

Dans un bureau du gouvernement, un vieux monsieur se présente directement au guichet: "J'ai un certificat médical qui me dispense de faire la queue" dit-il à l'employé. Ce dernier le regarde et lui indique la troisième file, à sa gauche... Le vieux monsieur ne comprend pas: "Mais puisque je vous dis que j'ai un certificat..." - "C'est justement la file de ceux qui sont dispensés de faire la queue..." lui répond le fonctionnaire.

Entrevue

M. Fernand Berlinguette

En janvier 1990, à l'âge de 56 ans, M. Fernand Berlinguette prenait sa retraite: il avait décidé de fermer la page sur une carrière de près de 30 ans comme Directeur général fondateur de la Caisse populaire de Pontmain, à Laval. Le coeur content, il laissait à son successeur une entreprise prospère de 12000 membres qui, en terme d'actif, était la plus importante de Laval, avec ses 125 millions de dollars, chiffre qui s'est considérablement accru depuis.

La retraite ne se présentait pas à lui comme un terme mais plutôt comme un nouveau départ, puisque, depuis

septembre 1987, il s'était remis aux études, à temps partiel, en pastorale et en théologie, pour accéder au diaconat. Cette perspective lui avait été suggérée quelques mois plus tôt par un séminariste en stage dans sa paroisse. Déjà généreusement engagé dans les orga-



nisation paroissiales de Notre-Dame de Pontmain, il avait contribué à mettre sur pied un mouvement de prières et s'était laissé convaincre qu'il ferait un travail plus efficace comme diacre permanent. Les 50 diacres permanents que compte l'archidiocèse de Montréal assistent en effet le prêtre à l'autel, et accomplissent plusieurs autres fonctions liturgiques, comme

l'administration du baptême, la lecture d'homélie et, dans certains diocèses, la célébration des mariages religieux. M. Berlinguette recevait l'ordination au diaconat le 26 septembre 1992, des mains de S.E. Mgr Gérard Tremblay, évêque auxiliaire de Montréal.

En complémentarité avec le diaconat, l'oeuvre qui absorbe le plus ce jeune retraité est **Le Carrefour d'Entraide Laval Inc.**, un organisme qu'il a fondé en août 1990 dans le but de venir en aide aux personnes démunies en leur procurant des meubles, des appareils électro-ménagers et les autres articles nécessaires dans une maison. Il s'y est entouré d'une trentaine de bénévoles et consacre à cette oeuvre entre 30 et 35 heures par semaine. A ce jour, Le Carrefour d'Entraide a recueilli des meubles dans quelque 2000 foyers et en a distribué dans plus de 470 familles. On peut communiquer avec le Carrefour en composant le No (514) 967-7680.

M. Fernand Berlinguette fait profiter l'organisme d'une longue expérience en administration. Ayant débuté sur le marché du travail dans une compagnie d'assurances "tout juste le temps d'y rencontrer mon épouse", précise-t-il, il a ensuite oeuvré comme assistant-gérant dans une entreprise coopérative de prêts immobiliers avant d'accepter la gérance de la Caisse populaire de Pontmain dont il fut l'un des fondateurs, le 20 septembre 1960. Il n'est pas peu fier de dire que sa caisse fut la première, en 1973, à fonder une succursale dans une résidence de personnes âgées. Nous souhaitons à M. Berlinguette de poursuivre longtemps une aussi fructueuse "retraite".

Santé

Les Tremblements

Des personnes âgées se rendent compte soudainement qu'elles éprouvent des tremblements plus ou moins prononcés des mains et parfois même de la tête ou de la voix. Le phénomène n'est pas si rare, puisque l'on estime

à quelque quatre millions le nombre de celles et ceux qu'atteint cette maladie, chez nos voisins du sud. Ces tremblements sont particulièrement perceptibles quand on écrit, quand on mange, quand on tient un verre ou une tasse, quand on tend le bras. La fatigue et les émotions ne font qu'aggraver ces tremblements.

Certaines personnes (et quelques médecins) attribuent tout simplement ce désordre à la vieillesse ou aux nerfs. D'autres peuvent le confondre avec la maladie de Parkinson. En réalité, il s'agit le plus souvent d'un trouble qui n'est pas mortel, qui entraîne rarement d'autres symptômes, qui porte le nom de Tremblement essentiel (en anglais essential tremor), qui n'a pas de lien avec la maladie de Parkinson et qui se traite assez facilement, à défaut de pouvoir se guérir.

Deux médicaments, le propranolol (Inderal) et le primidone (Mysoline) aident à atténuer ces tremblements chez 60% à 70% des patients. Entre 5% à 10% de ceux qui consomment ces médicaments en arrivent même à n'éprouver que des tremblements à peine perceptibles. En quantité modérée, l'alcool atténue ces tremblements de façon appréciable, mais dans le cas de consommation exagérée, il les amplifie, en particulier au lendemain d'une veille... Une opération chirurgicale est efficace dans 80% des cas, mais on ne connaît pas encore ses résultats à long terme.

Selon l'International Tremor Foundation, les personnes qui ne peuvent réussir à contrôler ces tremblements à l'aide de médicaments devraient d'abord en informer leur famille et leurs amis, de façon à ce qu'on ne les croit pas sous l'influence de l'alcool, de la drogue ou atteints de la maladie de Parkinson. Elles devraient ensuite s'adapter de leur mieux à leur situation: se munir de gros stylos pour écrire, boire certains breuvages avec une paille, porter de lourds bracelets, ne remplir qu'à moitié leur tasse de thé ou de café, etc. Au besoin, consulter un neurologue ou un spécialiste des troubles des mouvements.

Voici quelques uns des symptômes qui, selon l'International Tremor Foundation, distinguent le tremblement essentiel de la maladie de Parkinson: au repos et appuyée sur la cuisse, la main continue de trembler dans la maladie de Parkinson et ne tremble ordinairement pas dans le cas du tremblement essentiel; la maladie de Parkinson durcit les muscles et ralentit les mouvements, ce que ne fait pas le tremblement essentiel; les médicaments Inderal et Mysoline de même que l'alcool n'ont aucun effet chez le malade de Parkinson. Enfin, il est rare que la maladie de Parkinson provoque des tremblements de la tête et de la voix. On peut obtenir de plus amples informations sur cette maladie en écrivant (en anglais) à L'International Tremor Foundation, 360 W Superior St. Box MM, Chicago, Ill. 60610, U.S.A.

Traduction libre d'un article paru dans Modern Maturity, febr.-march, 1993.

L e pouvoir gris

Chacun de nous se souvient d'une petite dame qui, au cours d'un ralliement de protestation de personnes âgées au Parlement d'Ottawa, avait visiblement déstabilisé le premier ministre du Canada, Brian Mulroney, en lui criant d'une voix stridente: "Tu nous a menti, Brian !"

C'était il y a six ou sept ans. La télévision avait porté l'apostrophe et l'image de la dame aux quatre coins du pays, car c'était probablement la première fois que se manifestait, au Canada, une force inconnue jusque là. Lentement et confusément développée avant de commencer à s'organiser, cette force a pris le nom de **The Gray Power**, chez les Américains. Le **Pouvoir gris** englobe la même portion de la population que celle communément désignée sous le nom de l'Age d'Or. La signification même du terme de "pouvoir gris" évoque toutefois plutôt l'action qu'un bijou de famille conservé dans son écrin. Le Pouvoir gris appelle l'énergie en vue de **pouvoir**, contient une volonté d'assumer des responsabilités, mais aussi d'affirmer et de revendiquer des droits. Dans son sens le plus ordinaire, le pouvoir veut dire la possibilité d'agir sur quelqu'un ou sur quelque chose, Ont cette possibilité d'agir sur leur entourage, leurs gouvernements, leurs fournisseurs celles et ceux qui ont le nombre, l'influence ou l'argent ou les trois à la fois. Pendant longtemps, les personnes que l'on dit aujourd'hui "âgées" (65 ans et plus) n'ont constitué qu'une infime minorité. A l'époque de la Bataille des Plaines d'Abraham, il y a un peu plus de 200 ans, l'espérance moyenne de vie au Canada était de 35 ans. La mortalité infantile, les guerres et les épidémies ne contribuaient pas peu à maintenir cette moyenne dans la trentaine.

Il y avait certes, dans ce temps-là, des sexagénaires et quelques exceptions atteignaient les 70 et 80 ans, mais il n'était pas question de parler de "pouvoir gris" et encore moins d'âge d'or! Au début de ce siècle, les "vieux" étaient plus nombreux, mais ils étaient le plus souvent isolés et surtout sans ressources. La société rurale voulait que les vieux parents, à un moment donné, "se donnent" à un de leurs fils et dépendent de lui pour le reste de leur existence. Dans les meilleurs cas, les aînés venaient finir leurs jours dans une petite maison du village. Parfois ils se retrouvaient à l'hospice. Ce n'est donc pas dans ce temps-là que l'on a commencé à parler du Pouvoir gris et de l'Age d'or.

B ienvenue au nouveaux membres de l'association

496 **BEAUCHAMP, Denise**, épouse de Marcel BEAUCHAMP, retraité de la Caisse populaire de Saint-Jérôme, comme membre associée.

520 **BEAULIEU, Jeannine**, Conseillère retraitée de la Caisse populaire Saint-Louis de Gonzague, Secteur Des Riverains.

495 **BERARD, Jean**, Directeur général retraité de la Caisse populaire Saint-Jean-Berchmans, de Montréal.

526 **CLEMENT, Claude N.** Analyste conseil en aménagement, retraité de la Fédération.

527 **CLOUTIER, Madeleine**, Retraitée de la Caisse populaire Sainte-Thérèse de Blainville.

528 **CORMIER, Guy**, Directeur des Communications retraité de la Caisse populaire Saint-Paul-de-la-Croix, de Montréal.

497 **DUFOUR, Gaston**, Retraité de la Direction Dotation et Rémunération à la Fédération.

493 **HAMELIN, Carmen**, épouse de Claude Hamelin, retraité de la Fédération, comme membre associée.

508 **LACASSE, Gille**, Directeur général retraité de la Caisse populaire Saint-Josaphat, de Ville Lemoyne.

546 **LAUZE, Monique**, Conseillère retraitée de la Caisse populaire de Cartierville.

553 **MALTAIS, J. Hector**, Directeur général retraité de la Caisse populaire Saint-Raymond, de Hull.

555 **MARTEL, Jean-Claude**, Directeur général retraité de la Caisse populaire de Ville Emard.

501 **MULOIN, Denise**, Conseillère retraitée de la Caisse populaire Saint-Noël Chabanel, de Laval et son conjoint Paul-Emile, comme membre associé.

481 **NADEAU, Guy**, Directeur général retraité de la Caisse populaire Saint-Louis-de-France, de Montréal.

504 **RIVET, Huguette**, Agent à la direction Conseil et Administration retraitée de la Caisse populaire Pointe-aux-Trembles.

559 **ROBITAILLE, Jean-Guy**, Directeur général retraité de la Caisse populaire de Ville-Saint-Laurent et son épouse Irène ROBITAILLE, comme membre associée.

562 **SANCTUAIRE, Denise**, Agent retraitée de la Caisse populaire de Gatineau.

564 **SAUVE, Antonio**, Directeur général retraité de la Caisse populaire Saint-Thomas-Apôtre, de Montréal.

D écès

✓ **DUCLOS, Gérard**, ancien directeur général de la Caisse populaire de Chambly, décédé le 26 janvier 1993.

✓ **GERMAIN, Colette**, retraitée depuis 1980 de la Fédération, décédée le 4 février 1993.

ENTRE NOUS est publié tous les trois mois au Salon des Bâisseurs, Siège social de l'Association des Retraités de la F.M.O. et de ses caisses affiliées. Rédaction et expédition: 2 Complexe Desjardins, Tour de l'est, C.P. 214, Succ. Desjardins, Montréal, Q., H5B 1B3. Dépôt légal à la Bibliothèque nationale sous le n° 9251064.