



465, rue Gilford
Montréal, Québec

H2J 1N5

accordailles.org

514 282-1553

info@accordailles.org

DANS CE NUMÉRO

-Paroles de sage

-Bénévole au grand cœur qui n'a pas peur

-Pouding chômeur dans une tasse

- Anagrammes

Créé et distribué par les Accordailles, . Faites-nous part de vos commentaires et suggestions d'articles!

LES INFORMAILLES

M A R S
2 0 2 1



NOUVEAUTÉ! CAFÉ RENCONTRE VIRTUEL

Bonjour, Nous sommes quatre stagiaires de l'UQAM en travail social travaillant avec Sherley aux Accordailles. Afin de briser la routine, nous allons animer deux groupes d'activités divertissantes au printemps. Chaque groupe se fera à distance au téléphone ou par zoom.

Soyez sans craintes, Zoom peut être utilisé en même temps avec un bon vieux téléphone ordinaire, un ordinateur ou une tablette. C'est le même fonctionnement que le BINGO téléphonique.

Désirez-vous rencontrer de nouvelles personnes? Faire des activités pour vous sentir mieux? Parler de ce que vous vivez pendant la pandémie?

Si oui, cette activité est pour vous! Saisissez votre chance et choisissez l'une de ces deux dates à mettre dans votre calendrier. Contactez Josette au **(514) 993-2728** pour avoir plus de détails et vous inscrire.

- Mardi, 30 mars 14h-15h
- Mardi, 6 avril 14h-15h

Josette, Audrey, Marianne, et Fatoumata

Paroles de Sages

Entretien avec Mme Louise Dolbec, participante aux activités et membre du conseil d'administration des Accordailles

Comment avez-vous découvert les Accordailles et depuis quand fréquentez-vous l'organisme?

De bouche à oreille, une amie d'une amie qui m'a parlé de cela. On a été voir Éric et c'est là que nous avons eu nos cartes de membres. Mon amie connaissait déjà l'association. Je dirais peut-être 5 ans.

Qu'est-ce que cela vous apporte ?

C'est bon pour le moral, les gens sont bien aimables, les intervenants aussi. Le monde est ben correct et gentil.

Quel est votre plat préféré dans le menu des Accordailles?

C'est toujours bon.

Si vous aviez à décrire les Accordailles en un mot, quel serait-il ?

C'est une belle place de rassemblements dans tous les sens du mot.

Quel est votre plus beau souvenir aux Accordailles ?

C'était le premier Noël, on avait fait venir un chanteur. Je ne pourrais pas dire le nom.

Quelle est l'importance du BINGO dans votre vie?

C'était pas ben ben un jeu que j'aimais avant car je travaillais. Je trouvais trop cela énervant. Depuis que je joue aux Accordailles, depuis ma retraite, je trouve ça ben intéressant et surtout celui que l'on joue au téléphone. Je trouve cela le fun, c'est amusant!



Quelle sera la première chose que vous allez faire lorsque le confinement sera terminé?

Je vais aller au restaurant avec mes amies!

Que faites-vous pour passez le temps?

Des lectures, des jeux sur l'ordinateur, des appels. Le Journal de Montréal c'est précieux en version papier pour moi. J'écoute les sports à la télévision.

Avez-vous une passion ?

Faire des mots croisés, j'aime ben ça. J'ai plusieurs dictionnaires, me «casse» la tête avec ça!

Racontez-nous un événement marquant de votre vie ou un souvenir heureux.

Mon voyage en Hawaii, ça été marquant. Ça été le plus beau voyage que j'ai fait. Le voyage de mes rêves en 1979. J'ai encore tout ça dans ma tête. J'ai ben des photos, un album de photos. Je me rappelle tout ce qui s'est passé, la température... tout ce que l'on a visité. J'y étais avec deux amies.

Quel métier auriez- vous rêvé de faire?

J'aurai donc aimé ça être hôtesse de l'air! Dans ce temps là, ça prenait 5 pieds et 8 pour les femmes, la taille, une telle grosseur. Il y avait ben des critères. Je faisais pas les critères. Ça prenait une 10^{ième} année et j'avais juste une 9^{ième} année. J'avais fait venir le prospectus. Il demandait des mannequins quasiment! J'aurai donc aimé ça voyager sur un avion ou sur un bateau. Dans mon autre vie, je vais le faire!

Quelle profession ou métier vous faisiez avant?

Je travaillais dans l'alimentation. J'ai travaillé pour Dominion Stores, ça été racheté par Provigo en 1980. J'ai toujours été gérante ou caissière d'un département. J'avais beaucoup de charges (responsabilités). J'ai eu un restaurant et un dépanneur.

Racontez-nous un souvenir d'école

J'ai été pensionnaire dans le bout de Notre-Dame du Lac. On était orphelins, ma mère était morte. Notre père nous a mis pensionnaires. Là bas, il y a avait des religieuses qui nous enseignaient, on restait là. J'avais répliqué à la religieuse et elle m'a mise à genoux pendant une demi-heure de temps! J'avais un problème avec mon arithmétique. J'ai dit : « Ma sœur pouvez-vous m'aider? » Elle a dit : « Le bon dieu a dit : Cherchez et vous trouverez. » J'ai répliqué et j'ai dit : « Demandez et vous recevrez. » Ah Seigneur, elle était pas contente! Elle était fâchée. J'ai été dans le coin une demi-heure de temps à genoux, devant tout le monde les bras en croix. C'étaient nos punitions ça. Elle a aimé la réplique car ça s'est propagé! Comme quoi aussi j'avais l'esprit vite! On sortait aux trois mois. Mon père était ben fier quand je lui ai raconté ça. Il riait, et il m'a dit : « Tu as bien fait de lui dire ça ! Tu as eu une punition mais au moins elle l'a su! »

En guise de résumé, ce que je retiens de nos conversations, c'est qu'elle est une femme exceptionnelle, impliquée, sociale, positive et aussi pour qui l'amitié est primordiale dans sa vie. Elle a beaucoup d'amies, c'est aussi ce qui lui manque le plus présentement. Enfin, elle a voyagé dans plusieurs pays. Merci Mme Dolbec pour votre beau partage!

Une bénévole au grand cœur qui n'a pas peur: Jessica Cardinal!!**Comment avez-vous entendu parler des Accordailles?**

C'est grâce à Sherley que j'ai entendu parler des Accordailles. Nos chemins se sont croisés durant mes études et elle m'a parlé de la mission de cette belle ressource en plus de me transmettre sa passion pour ce qu'elle fait, c'était le coup de cœur !

Depuis combien de temps êtes-vous bénévoles aux Accordailles?

Je fais des appels d'amitié depuis le mois de mars 2020, déjà un an !

Quelles sont les sources de motivations qui vous ont poussées à devenir bénévole aux Accordailles?

Au tout début de la pandémie j'ai remarqué que plusieurs actions citoyennes prenaient place dans mon quartier. Voir tous ces gens se rassembler (par écrit, téléphone, accompagnements sous différentes formes, etc.) alors qu'on nous rappelait de garder la distance, m'a fait réaliser l'importance de prendre part à ce mouvement qui permet de rester créatif dans notre manière d'être ensemble. Les Accordailles ont été une belle porte d'entrée et je sens que je me suis rapproché de notre collectivité. J'en suis très reconnaissante puisque j'ai l'impression d'avoir créé des liens qui traversent les intempéries et qui sont porteurs d'espoir.

Quelle satisfaction retirez-vous de votre implication bénévole?

Je sens que j'ai développé une belle relation d'amitié avec mon amie que j'appelle à chaque semaine. Nous prenons de nos nouvelles et nous savons, l'une et l'autre, ce qui se passe dans notre vie et comment on se sent. On rit aussi beaucoup ! C'est une grande satisfaction pour moi de réaliser à quelle point notre relation a évolué au fil du temps.

En quelques mots, parlez-nous un peu de vous

Je suis une personne plutôt simple qui s'émerveille des petits détails du quotidien. Ce qui me rend heureuse par-dessus tout : la musique, le café (et son odeur!), la danse, la lecture, le dessin, le théâtre et les voyages improvisés. Je fais aussi une maîtrise en travail social et j'aimerais éventuellement m'impliquer davantage auprès d'associations pour personnes endeuillées.

Avez vous une anecdote à nous raconter que vous avez vécu lors d'un accompagnement ou autre?

Au fils des appels, mon amie et moi avons réalisées que nous venions de la même région et que nous connaissions les mêmes endroits. Le monde est petit !

Pouding Chômeur dans une tasse

Préparation : 5 minutes

Cuisson : 1 minute

Refroidissement : 5 minutes

Portions : 1



INGRÉDIENTS:

GÂTEAU

- 25 G (3 C. À SOUPE) DE FARINE TOUT USAGE NON BLANCHIE
- 15 ML (1 C. À SOUPE) DE CASSONADE
- 1 ML (1/4 C. À THÉ) DE POUDRE À PÂTE
- 1 PINCÉE DE SEL
- 15 ML (1 C. À SOUPE) DE BEURRE, RAMOLLI
- 30 ML (2 C. À SOUPE) DE LAIT

SIROP

- 45 ML (3 C. À SOUPE) DE SIROP D'ÉRABLE
- 15 ML (1 C. À SOUPE) D'EAU

PRÉPARATION:

Gâteau

Dans une tasse à café d'environ 375 ml (1 1/2 tasse), mélanger à la fourchette la farine, la cassonade, la poudre à pâte, le sel et le beurre jusqu'à ce que le beurre ait la grosseur de petits pois. Incorporer le lait. Mélanger jusqu'à ce que la pâte soit homogène.

Sirop

Dans un petit bol, mélanger le sirop d'érable et l'eau. Verser sur la pâte. Déposer la tasse sur une assiette pour permettre de recueillir les dégâts si le pouding déborde de la tasse pendant la cuisson.

Cuire au four à micro-ondes 1 minute. Selon la puissance du four, poursuivre la cuisson de 15 à 20 secondes ou jusqu'à ce que le gâteau soit bien cuit au centre. Laisser tiédir 5 minutes avant de manger.

Anagrammes! (Mot formé en changeant de place les lettres d'un autre mot.)

ÉTRIPÈRENT :

OSCARISANT :

RÉSISTANCE :

DOMINATEUR :

CASE DÉPART :

RÉALISABLES :

RECONSTRUIRE :

SA BEAUTÉ BRILLE :

FAISCEAU DE FLEURS :

Solutions

ÉTRIPÈRENT = INTERPRÈTE

OSCARISANT = SACRO-SAINT

RÉSISTANCE = SCÉNARISTE

DOMINATEUR = TOUR DE MAIN

CASE DÉPART = TRACE DE PAS

RÉALISABLES = BAS À RÉVILLE

RECONSTRUIRE = RÉSURRECTION

SA BEAUTÉ BRILLE = ISABELLE AUBRET

FRAUDEUSE FISCALE = FAISCEAU DE FLEURS