



Il y a eu un avant, il y aura un après.

*Ensemble ... vers l'avenir!*

Recueil de réflexions

Juin 2020



## **Mot d'introduction de notre Présidente Lorraine Gandolfo**

Juin est le mois des aînés et Retraite active de Peel aurait bien souhaité célébrer avec ses membres autour d'un petit repas et d'une bonne jasette. Hélas, le confinement obligatoire est venu chambarder nos activités et depuis le 13 mars nous sommes chacune et chacun chez nous à respecter les consignes.

Heureusement, le 11 mars, nous avons eu la chance de fêter tous ensemble la Journée internationale des femmes et nous en gardons un excellent souvenir.

Les membres de notre organisme sont non seulement actifs et dynamiques, mais également des personnes habiles aux talents parfois cachés. C'est donc dans cet ordre d'idées que le comité de programmation vous a demandé de partager votre vécu durant ce confinement 2020. Plusieurs d'entre vous ont répondu à l'appel et nous avons reçu des textes riches de vos expériences et vos astuces.

Je vous remercie de votre générosité et de votre candeur. Ce petit recueil est précieux et reflète bien la joie de vivre et la résilience des membres de Retraite active de Peel.

Je remercie Françoise Myner, Francine Grainger, Elaine Molgat pour avoir recueilli et relu les textes ainsi que Lise Fortier qui s'est chargée de la mise en page. Un très grand merci à Christiane Fontaine du East Mississauga Community Health Centre qui encore une fois nous a apporté une aide financière pour la production de ce livret.

Bonne lecture!

## **Arrêt dans le temps! Claire McCullough**

Garder ses distances, porter le masque, rester à la maison. Dernièrement j'ai lu des livres sur l'holocauste qui m'ont beaucoup impressionnée.

Qui suis-je pour me plaindre ? Je vis un confinement dans notre confortable maison, avec mon mari et ma fille. Nous mangeons à notre faim, nous dormons dans un lit douillet, nous profitons du soleil dans notre jardin, je parle aux membres de ma famille éloignée et à mes amis-es tant que je veux. Qui suis-je...

Je suis celle qui croit que nous avons besoin de prendre soin de notre planète ; à la résilience de l'être humain, à l'amour qui transporte des montagnes. J'ai confiance!

---

## **Voilà c'est la pandémie - Jacinthe Audette**

On en a vu d'autres et on a su traverser nos épreuves avec courage et dignité! Nous sommes tombés et nous nous sommes relevés. Pourquoi est-ce que cette fois-ci, ça nous semble plus pénible, plus agaçant, comme si on avait les mains attachées dans le dos?

Je crois que c'est parce que c'est toute l'humanité qui est affectée et non pas juste "notre petit monde". Alors, il nous faut sortir de ce petit monde et agrandir nos horizons pour pouvoir y trouver une sorte d'accomplissement, de dépassement et pouvoir ainsi justifier sans culpabilité notre victoire sur cette pandémie.

Il nous faut faire "œuvre utile". Les membres de Retraite active sont très doués dans ce domaine et ont été une source d'inspiration pour moi. Merci d'avoir partagé ce que vous faites; votre générosité est exemplaire!

\*\*\*\*\*

En perdant ma petite routine, mes contacts et mes repères habituels durant cette pandémie, il a fallu que je m'occupe le plus possible. Que faire? Comment faire pour être capable de donner du sens à ce que je fais?

J'ai pris des cours de "peinture a l'eau" (eh! oui, des aquarelles) sur YouTube. Pour unir l'utile à l'agréable, j'ai proposé à ma fille, ses enfants, mon fils et ma brue de les faire ensemble chacun à notre ordinateur et d'en faire un recueil auquel nous ajouterons une page annuelle.

J'ai ensuite joué au Bingo virtuel avec eux. On s'imprime des feuilles de Bingo, on s'installe sur Skype et on désigne une personne pour piger des numéros de 1 à 75 en indiquant au préalable quelle sorte de ligne il faut faire pour gagner une partie. La personne qui gagne aura le plaisir de "caller le prochain jeu"!

Pour socialiser avec mes amis adultes, j'ai décidé de jouer au Canasta virtuellement! Eh! oui, ça se fait. Seulement 2 personnes peuvent jouer à la fois. On installe le portable, la tablette ou le cellulaire pour que la caméra prenne en focus les cartes que l'on va mettre devant nous sur la table, on utilise 4 jeux de cartes et on discartera 26 des cartes restantes. Le reste se déroule comme d'habitude; la seule différence est qu'on a chacun son propre paquet pour piger et discarter ses cartes. Si on veut prendre la carte que l'autre a disserté, on se fait un petit papier sur lequel on écrit ce que c'est. Ça marche tellement bien que j'ai réussi à montrer à ma cousine qui habite en Abitibi comment jouer et elle a si bien compris qu'elle m'a battue 2 fois !!!

Quand rien ne va plus et que j'ai besoin de voir mes petits-enfants en vraie vie, je vais chez eux et on joue au Badminton. De cette manière, on peut respecter les distances physiques et je peux "les voir pour de vrai". Un bonus est que la dernière fois que j'y suis allée, j'ai vu les voisins d'en face qui eux aussi jouaient au badminton dans leur cour et ma fille m'a dit qu'elle avait vu la famille du coin jouer la veille. Je crois que nous sommes devenus contagieux! Youppi!!!

\*\*\*\*\*

Comme bien des gens, le petit côté rebelle en moi n'accepte pas très bien qu'on me dise quoi faire, quand ni comment! Alors, cette pandémie qui me force à rester encabanée toute seule, je me dois de l'amadouer et de faire la paix avec elle; pour mon bien, pour celui des gens que j'aime et pour tout le monde en fin de compte puisque tant que le monde n'est pas libre de ce fléau, je ne suis pas libre de ce fléau...

En temps normal j'ai un nouvel amour, une nouvelle passion découverte récemment: le vitrail. Pourtant, même si j'ai un projet de débuté et un nouveau en attente, je ne peux réussir à l'entreprendre. Il faut donc me trouver autre chose à faire. M'occuper juste pour m'occuper n'a pas de sens pour moi. Que vais-je faire alors? Le club de lecture me manque... Nicole donne sa place d'animatrice... Tout change... Quand va-t-on être capable d'être ensemble, d'échanger et rire? J'ai besoin de faire quelque chose qui va plaire et démontrer combien j'apprécie ses membres. Alors, voilà: des signets! J'en ferai pour tous les goûts et, s'il en reste je les vendrai à notre prochaine levée de fonds.



---

## **Ça va bien aller ! Claudette Béland**

Pour moi, je suis à ma neuvième semaine de confinement. J'essaie de me tenir occupée, après avoir nettoyé la maison de haut en bas et en même temps passer à travers de ma journée car je suis une ramasseuse donc ma poubelle était bien remplie.

Je me suis mise dans la généalogie de notre famille en contactant neveux et nièces afin d'avoir des renseignements de chacune de leur famille. C'est très intéressant car c'est une belle occasion de renouer avec la famille.

Je ne sors pas car ma fille fait ma grocerie et achète les petites choses que j'ai besoin. Je suis très chanceuse : je parle à mes amies sur le téléphone et j'essaie de prendre ma marche, mais j'ai bien hâte que la température réchauffe pour pouvoir travailler dans mes fleurs et pouvoir m'asseoir dehors. Je me dis qu'il y en a de pire que moi

**ÇA VA BIEN ALLER !**

À bientôt !

---

## **Mon anniversaire surprise ! Marthe Belzile Miron**

Le 8 mai dernier, j'ai eu une " tannante de belle belle fête "  
On a eu la chance de découvrir Zoom en ligne. Wow !!  
Ma sœur Lucille de Vancouver et tous les enfants étaient là sur mon écran !  
Une Fête très très spéciale... Je vais amener une photo...

A la prochaine,

---

## **Le renouveau printanier - Nicole Dolan**

Nous sommes chanceux et confortables dans notre demeure, Patrick junior et moi. Il travaille de la maison depuis plus de 8 semaines. C'est un nouvel ajustement vivre à deux 24-7 et ça, avec un chien en plus. Nous partageons les tâches et nous sommes assez calmes et en bonne santé. Le printemps me rajeunit et me donne un autre élan pour continuer mes projets de réduction de mon encombrement de choses, papiers et autres accumulations. Les vidangeurs ont gagné leur piastre avec moi.

Il y a des jours où je ne veux rien savoir ou faire, alors je m'amuse avec les cartes à l'ordinateur. Même un jeu qui s'appelle "Lockup", créé exprès pour la pandémie, depuis mars ou avril. J'envoie quelques bons courriels qui sont positifs à plusieurs personnes et comme vous tous, je communique par téléphone plusieurs fois la semaine. Je vais apprendre à utiliser un nouveau jouet, un portable et cela va me permettre de communiquer plus efficacement qu'avec mon ordinateur présent. J'ai essayé avec Zoom sur mon cellulaire, mais mes appareils auditifs sont un problème à régler bientôt quand les services seront ouverts.

J'adore regarder dans ma cour. Le printemps la fait revivre de plus en plus chaque année avec les vivaces. C'est beau même sans les annuelles et mes pots....Mais j'ai hâte d'en ajouter.....et le gazon est superbe....  
Nous manquons nos amis et nos activités en groupe. J'espère qu'on se verra même si ce n'est que de petits nombres à la fois.

---

## **Une fête pas comme les autres - Ruby Drolet**

C'est le 16 avril et c'est ma fête aujourd'hui. Une amie m'appelle pour me rencontrer à l'entrée de mon édifice. Puisque je suis les consignes des autorités sanitaires, je porte un masque et des gants, et me voilà prête à la rencontrer.

À l'entrée, il y a un bouquet de fleurs à la porte. Le temps d'une photo, d'un sourire et quelques paroles échangées à distance, mon amie repart, la visite est terminée.

Cette journée de fête est définitivement pas comme les autres mais restera marquée dans ma mémoire longtemps



---

### **D'hier à aujourd'hui - Mary Fortin**

À plusieurs reprises, mes parents et grands-parents endurèrent la peur et la tristesse et pourtant, ils n'en parlaient pas souvent.

Mon père est né en 1918, pendant la pandémie qui est survenue à la fin de la Grande Guerre. Ma mère me parlait de sa peur de la poliomyélite pour nous, ses enfants. Elle attendait avec impatience un vaccin. J'ai entendu parler de la parenté qui nous quitta lors de l'explosion à Halifax en décembre 1917. Bien sûr, il y avait aussi la Deuxième Guerre mondiale qui enleva la vie au premier époux ainsi qu'au frère aîné de ma mère; l'un de maladie, l'autre sur les plages en France.

C'est maintenant à notre tour de subir notre épreuve. J'espère que le résultat sera que nous nous en sortirons plus forts. Cela m'amène à réfléchir à ce qui est vraiment important dans ma vie et comment je peux être meilleure moi-même.

Des larmes, il y en a eu.

Parfois, je suis triste mais je reconnais que je suis parmi les chanceuses. Je n'ai plus besoin de travailler et j'ai quasiment tout ce qu'il me faut.

Parfois, je me sens seule, mais je ne m'ennuie pas. Au fil des ans, j'ai accumulé des articles de bricolage sans nombre et je m'en sers maintenant.

Parfois, je manque ma famille et mes amis, mais nous trouvons de nouvelles façons de garder contact.

Parfois, j'ai peur, mais je ressens le soutien de mes amis et de ma famille. Ma fille passe souvent m'apporter des épiceries et des plantes pour le jardin. Mon fils aussi m'apporte de la nourriture et des tulipes. Je leur parle de l'autre côté de la porte, comme je fais avec les amis.

Parfois, je suis incertaine, mais pour l'instant, je fais tout pour rester en forme pour pouvoir fêter lorsque ce sera fini.

Parfois, je manque nos activités à Frank McKechnie : les liens entre les groupes, l'énergie partagée, l'apprentissage, les rires et les échanges.

Parfois, j'ai des inquiétudes, mais ça ne vaut pas la peine de se faire trop de soucis. Entre temps, je fais ma part pour appuyer les médecins et infirmières et le système de santé en faisant attention à ce que je fais. J'évite les risques pour ma santé. C'est, pour moi, un manque de respect envers eux, quand tout ce que je dois faire c'est de suivre des simples directives.

Pourtant, ma vie est belle et j'en suis reconnaissante.

Mes petits-enfants sont tous assez vieux, nous avons établi les bonnes connections entre nous et on jase par texto ou FaceTime.

Je suis tellement heureuse d'avoir un jardin dans ma cour. Lorsque j'y suis, je peux tout oublier. Cette année, le jardin aura une toute autre apparence. Dans notre maison, nous avons fait pousser des semis. Nous aurons des légumes! J'ai maintenant encore plus de respect pour les fermiers et fermières qui dorlotent ces petites plantes. Chaque bord de fenêtre chez nous est festonné de cartons d'œufs ou de pots de yogourt tous contenant un plant bébé.



Dans le salon, nous avons installé le vélo stationnaire et Maurice en profite pour faire plusieurs kilomètres par jour sans quitter la maison.

Nous sommes très reconnaissants envers le Père Antoine, pour les enregistrements et ses messages de



soutien spirituel lors de la messe du dimanche. Ses efforts sont grandement appréciés.

La puissance de l'internet pour subvenir à nos besoins pour les achats m'étonne. C'est une découverte bien pratique. Nous commandons notre épicerie en ligne et une fois arrivés au magasin, nous n'avons même pas besoin de quitter la voiture et on les place directement dans le coffre. "Bird's Unlimited" à Etobicoke envoie des graines pour les oiseaux jusqu'à notre porte à Brampton! Cela me permet de continuer de profiter de la beauté des oiseaux qui visitent notre cour depuis des décennies. C'est vraiment formidable de trouver de nouveaux moyens de combler mes besoins.



Notre chienne nous amène de la joie. Elle est innocente de tout ce qui se passe et sait bien vivre le moment présent. Elle ne voit pas la poussière ni nos cheveux longs!

Je jase avec mes amis et voisins à distance et j'observe les maintes fêtes d'anniversaire qui passent en défilé de voitures.

Sur mon grand tableau blanc, j'écris des messages inspirants que je prends un peu partout et je les lis lorsque j'ai besoin d'encouragement.

Je me tiens occupée en cousant des masques en tissu pour les amis et la famille. Grâce à Retraite active et la classe de Nicole, j'avais déjà accumulé en février ce qu'il me fallait pour les fabriquer.



Je suis fière de nos gouvernements et je crois qu'ils font de leur mieux. À tous les mercredis soirs, la ville de Brampton nous tient au courant par téléphone de ce qui se passe lors de leur réunion "Télé Town Hall". Je crois que Mississauga fait pareil. C'est même possible de poser des questions.

Je félicite tous ceux et celles à Retraite active qui ont trouvé de nouveaux moyens de nous permettre de garder le contact. Bravo!

Lorsque tout ceci ne sera qu'un souvenir, je m'attends à recevoir ma famille pour un beau gros souper et à embrasser mes petits-enfants. J'espère que ce sera bientôt. Entre temps, je devrai me contenter de faire de mon mieux pour rester en forme et de penser comme Chris Hadfield qui a connu l'isolement. Il nous dit : "Looking forward to the rest of my life and to landing day".

Merci à Maurice et à ma fille Michelle pour la traduction.

---

### **Une question de timing! Lorraine Gandolfo**

Depuis le 13 mars dernier, je suis à la maison. Le timing est intéressant, car je commençais à m'habituer à vivre seule. Depuis le décès de mon époux, j'ai pris

ma retraite et pour la première fois de ma vie, je me suis retrouvée seule dans la maison. Une chance que Retraite active s'est pointée sur mon horizon! J'ai accepté l'invitation de me joindre au groupe, car j'avais maintenant le temps de participer aux activités.

Quel beau cadeau ces activités deux jours semaine à faire de nouvelles connaissances et à apprivoiser le jeu de Canasta! De semaine en semaine, la participation augmente et les activités sont de plus en plus variées.... la nutrition (surtout l'accent sur le brocoli), les exercices de Zumba à Pilates et en plus de la peinture, du tricot et des rencontres de lectrices.

Et puis, c'est arrivé. La COVID19 a fait surface et tout s'est arrêté. Je tricote toujours et je lis toujours, cependant je le fais seule et c'est ennuyant. Les nombreuses rencontres via Zoom sont utiles pour continuer certaines activités et rencontres, mais ce n'est pas du tout la même chose. Je me réjouis de faire l'épicerie le matin entre 7 h et 8 h avec les autres aînés et j'avoue que je prends mon temps afin de profiter d'un autre encadrement.

Avant ce nouveau 'normal' j'avais ma petite-fille avec moi le matin et après l'école..... je m'ennuie beaucoup de ses caresses et de son rire et de son énergie inlassable. Mes enfants me font des visites de parterre à l'occasion et ça fait du bien. Je dois avouer que j'ai parfois le 'taquet' bas, cependant cette aventure m'a permis de faire connaissance avec une voisine que je voyais à l'occasion. Quand il fait beau, je vais sur son parterre et on jase un peu... on s'habitue, mais quand même j'ai surtout hâte de:

- Visiter mon coiffeur
- Aller au cinéma (peut-être pas!)
- Voir le Père Antoine sur place à l'église et non sur YouTube
- Jouer aux cartes avec d'autres (pas seulement sur mon ordinateur)
- Minimiser mes rencontres Zoom

- Aller visiter de bonnes amies à Ottawa et Stratford et passer quelques jours avec elles

Est-ce que je me suis découvert des talents? Peut-être quelques améliorations du côté technique (FaceTime, Skype, Facebook et Zoom). Une prochaine fois, je dois m'assurer que ma provision de livres est suffisante.

Cependant on espère qu'il n'y aura pas une prochaine fois, car je ne sais pas si je pourrai maintenir mon sens d'humour pour encore huit semaines!

---

### **Est-ce que tout le monde va bien ? Adrien Gaudet**

Dès le début Adrien était bien d'accord avec le confinement surtout qu'il revenait d'un séjour aux États-Unis. Prévoyant, il avait suffisamment de nourriture pour se débrouiller. Il a toujours de la soupe dans son congélateur...et quelques bouteilles de vin...

Pour passer le temps, j'ai fait des appels téléphoniques ou FaceTime à mes enfants, les membres de ma famille et de ma défunte épouse Roselle et mes amis. C'est important pour moi de savoir que tout le monde va bien. J'ai lu beaucoup, regardé des séries à la télévision, fait des casse-tête de 1000 morceaux même si je ne suis pas un fan de ça. Je prends le temps de me cuisiner des repas mais il y en a toujours trop, donc je congèle et partage. Mes amis apprécient mes petits plats et mes visites. Je passe les plats par la fenêtre et on jase. Je reviens à la maison et je me sens utile.

Je suis allé faire des grandes marches mais j'avais envie de voir plus loin alors je me suis acheté un vélo tout neuf. J'ai toujours fait du vélo mais j'avais mis ce sport de côté depuis 10 ans. Je trouve que c'est plus exigeant que la marche et ma forme s'améliore encore plus. J'ai fait 20 kilomètres hier et j'ai fait de belles

découvertes de pistes pour les amateurs de marche nordique de RAP quand le confinement sera terminé.

Je suis triste de voir tous les commerces et petites industries qui doivent fermer mais j'ose espérer que cela donnera la place à de jeunes entrepreneurs aux idées nouvelles.

Propos recueillis par Françoise Myner

---

### **Les anniversaires pendant la pandémie? Carmen Gauthier!**

Avez-vous célébré un anniversaire depuis le début de la pandémie?

Il faut un peu d'imagination et beaucoup d'amour pour que la magie s'opère : un coup de fil, un courriel, une carte virtuelle ou par la poste, une visioconférence, tous les moyens sont bons pour fêter une personne aimée. Un peu de désobéissance civile? On entend sonner, on ouvre et voilà que le coup est fait : un gâteau, des ballons et un cadeau sont livrés à la porte par Julie et Christine.

Bonne fête Richard!

---

### **Holà de Brampton! Richard et Carmen Gauthier**

Dès la deuxième semaine de confinement, nous avons réalisé que ça pourrait durer longtemps... Pour travailler nos méninges et le plaisir d'apprendre une 3ième langue, nous avons sorti nos dictionnaires et nos cahiers d'exercices pour pratiquer notre Español.

Après un séjour de deux semaines à l'Academia Cienfuegos à Cuba en février dernier où la langue espagnole et la culture cubaine étaient au cœur de notre expérience, nous continuons ainsi l'apprentissage de cette belle langue. Pour nous encourager, Georgette Morin nous a envoyé un texte intitulé « Para los dias dificiles » et voici l'une des pensées positives du message :  
Con un poco de paciencias serás libre como las aves que surcan el cielo.  
Allez, sortez vos dictionnaires!

---

### Livre d'art et poésie - Claire Giallonardo

J'aimerais partager un petit livre que j'ai écrit en lien avec une bibliothèque à Brooklyn New York, la Brooklyn Art Library. Je me suis inscrite à un projet qui s'appelle le "sketchbook project". Les artistes qui présentent leurs œuvres d'art à cette place peuvent provenir de n'importe où dans le monde. Si jamais ça vous intéresse, vous pouvez y aller en personne. Il y a une grande salle, où se trouve tous ces beaux trésors. On peut s'asseoir et en faire la lecture.

Toutes les œuvres d'art et la poésie de ce livre sont mes créations. Il y a trente-deux pages dans mon cahier. Sur vingt-cinq poèmes, il y en a cinq en français et vingt en anglais. J'ai choisi un poème que j'aimerais partager avec vous intitulé "Son sourire". Il s'agit d'un petit rappel de l'exaltation qu'on ressent lorsque nous devenons amoureux.



Une copie électronique du livre sera créée plus tard par les responsables de ce projet. Je pourrai vous envoyer le lien quand il sera prêt.

Grâce au confinement j'ai pu réaliser mon projet dont je suis très fière.  
Un gros merci !

---

### **Une nouvelle vie ! Pauline Gladysz**

Eh oui! La Covid-19 nous a ouvert les yeux sur beaucoup de services dans notre société que nous prenions pour acquis et maintenant, la peur d'accéder en personne à ces services et de côtoyer les gens s'est installée dans notre communauté. Quel dommage! Par contre, ce virus nous a obligés à découvrir une nouvelle manière de vivre que nous ignorions. Un mode de vie qui nous a amené à faire un grand saut dans la technologie du futur. J'ai appris comment faire du magasinage et service bancaire en ligne, à me servir de nouveaux moyens de communication tels que Zoom, FaceTime et Skype qui nous donnent la chance de visiter famille et ami(e)s et de recevoir de l'aide et informations qui nous instruisent et rassurent

Je me suis adaptée à cette nouvelle vie en demeurant chez moi avec ma fille depuis le début du mois de mars. Comme on est deux, c'est plus facile. On joue au Canasta, on regarde les nouvelles, on discute et on accomplit des tâches ménagères ensemble et on commencera bientôt à faire un jardin dans la cour. De plus, je numérise des photos, classe des souvenirs de famille et j'ai même réussi à faire un casse-tête de mille morceaux. Quelle surprise! J'ai adoré ça. J'ai hâte d'en commencer un autre qui dort depuis très longtemps dans une armoire. J'espère que nous aurons la chance de se rencontrer prochainement au local de Retraite active afin de pouvoir communiquer de vive voix ces expériences et adaptations que nous avons vécues. À bientôt!

---

## **Mes journées en confinement - Denyse Graham**

Pour commencer...Je me lève très tard parce que je me couche très tard. Alors, par le temps que je commence à écrire mes mémoires (ma biographie) il est environ 3 pm.

Ma plus vieille récollection est quand j'avais 2 ans, quand il m'est arrivé quelque chose de pas trop plaisant. Une autre à l'âge de 3 ans etc. etc. etc. Là, je suis rendue à l'âge de 6 ans, et j'en ai un long...long bout à faire jusqu'à présent.

En plus, j'ai écrit une belle chanson d'amour paroles et musique (notes et lyrics) et je n'ai personne à qui la chanter. Boo Hoo!

Je joue aux cartes sur mon ordinateur: Bridge, Canasta et plusieurs différents jeux de Solitaire. J'use mon temps le soir à regarder des anciennes vues (noir et blanc) sur la télé. J'appelle mes amies au téléphone, ou bien c'est eux qui m'appellent.

À tous les jours mes 5 enfants m'appellent. Quand ils font mes commissions, ils les laissent à l'entrée, et une PSW (préposée au service) vient me les délivrer à ma porte. En partant mes enfants arrêtent à ma fenêtre parce que je demeure au premier étage et on se parle, moi au chassis, parce qu'ils ne peuvent pas rentrer, je demeure dans une « Senior Residence ». Bien souvent, un de mes petits-enfants, j'en ai 13, vient aussi et il m'apporte toujours des "Scratch Tickets" car j'aime beaucoup le « gambling ». Souvent je parle au téléphone à mes 15 arrière-petits-enfants.

Je suis très chanceuse d'avoir cette belle grande famille. Je remercie le Bon Dieu souvent, le jour et le soir. Je crois que le Bon Dieu veut que nous

changions la manière de vie qu'on avait. Là, nous restons à la maison, beaucoup font du gros ménage, même moi, parce que la PSW qui venait faire mon ménage ne peut plus venir.

Le monde se rapproche en se téléphonant ou par le courriel. Moi j'ai reçu des appels de personnes à qui je n'avais pas parlé depuis très longtemps. Ça fait réfléchir le monde. Je vous souhaite à tous de rester en bonne santé et que le Bon Dieu vous bénisse. Merci de m'avoir lue.

---

### **Quel temps incroyable ! Francine Grainger**

Je suis certaine que la majorité d'entre nous avons souvent entendu au cours de nos vies que les épreuves nous rendent plus forts. Ma pensée sur cela est que nous sommes déjà forts et fortes mais que nous doutons de nos capacités.

Si quelqu'un m'avait dit il y a environ 3 mois que je vivrais un deuil, que je deviendrais grand-mère à nouveau mais que je ne pourrais pas dans chacun de ces cas, célébrer la vie de ces êtres très importants pour moi, je n'aurais pas cru être à la hauteur.

Alors tout ça s'est avéré faux, je vis ces moments importants de ma vie d'une autre façon, je chéris cette pause puisque le temps me le permet, un regard plus réfléchi sur la vie que j'ai eu le bonheur de partager avec ma sœur pendant 73 ans.

Ayant un peu plus de 5 ans d'écart, je me revois enfant essayant de me joindre à ses jeux et elle me repoussant, ne voulant point de sa petite sœur qui se mettait sans cesse le nez dans ses affaires.

À l'adolescence, on a eu un rapprochement en organisant une aventure pour aller travailler à Wildwood au New Jersey chez un ami qui avait une boutique sur le "boardwalk". Recherche de passeports, de visas temporaires et puis flop ! l'ami est tombé malade et notre plan a dû être avorté mais une chose spéciale est arrivée, nous nous sommes rapprochées pour la première fois et le coup en valait la chandelle.

Nicole et moi étions très différentes, nos expériences de vie ont été différentes, nos perceptions étaient différentes, ce qui nous a amené à constamment discuter sans fin à tel point qu'un jour ma fille Katherine, faisant un voyage en voiture avec nous deux, m'a dit qu'elle envisageait écrire une « sitcom », une comédie de nous deux. Si on ne vaut pas une risée, on ne vaut pas grand-chose n'est-ce-pas ?

Nous sommes enfin arrivées à l'âge des sages et seulement à l'âge des sages, avons-nous réalisé que nous avons un point en commun, l'amour de la vie.

C'est cet amour de la vie qui lui a donné le courage de continuer sa route après l'annonce d'un premier cancer il y a 28 ans de cela et toujours rayonnante malgré tout.

C'est cet amour de la vie qui me donne aujourd'hui la force et la compréhension que la nature se renouvelle, que l'on naît et que l'on meurt, que la vie est un cycle et qu'il est important de profiter de chaque moment, de chaque instant que l'on soit seule ou avec d'autres.

C'est cet amour de la vie qui me fait espérer de prendre mes petits-enfants dans mes bras dans un futur rapproché ou plus lointain.

Enfin, c'est cet amour de la vie qui donnera des ailes à nos nouveaux petits-enfants en leur insufflant à notre tour cet amour qui vit en nous.

Oui j'aimerais partager un repas avec famille et amis, oui je voudrais donner et recevoir des caresses mais je me satisfais amplement en ce moment d'avoir un toit sur la tête, de l'eau fraîche, de la bouffe, du soleil, de la pluie et des amis de Retraite active avec qui partager mes sentiments du moment.

Merci à vous d'être là pour moi.

---

### **Rapprochements malgré la distance qui nous sépare - Édith Groleau**

On peut tenter d'améliorer cette situation en cherchant et en cultivant les moments et les pensées positives. Pour ce faire, j'ai décidé de me concentrer sur mes fils, mes petites-filles et ma famille.

Le meilleur moment de mon confinement est mon appel quotidien avec mes petites-filles de deux ans et de 10 mois. Quatre matins par semaine et durant 30 minutes, je fais la lecture, des jeux et je chante avec elles sur FaceTime. Cela m'a permis de les voir et de parler avec mon fils qui est en congé de paternité. Mon fils et sa famille habitent loin et le confinement nous a permis d'instaurer une routine d'appels.

Écouter de la musique, regarder des émissions intéressantes, lire un bon livre, faire des exercices, partager un bon repas avec mon fils qui vit avec moi, allumer des chandelles parfumées, autant de moyens de se détendre, de se changer les idées et de chasser le stress.



Pour terminer, il faut donc être vigilant et faire attention à ce qu'on laisse entrer dans nos esprits.

Au fil du temps.

---

### **Le défi de la distanciation - Madeleine Hartell**

Étant seule, le toucher est ce qui me manque le plus depuis ce confinement. J'essaie de le remplacer en créant des pièces d'art pour des amis et mes enfants afin de célébrer la venue de nouveaux enfants. Ce sont des peintures aquarelles, acryliques et encre sur canevas en coton ou sur plaques de bois, que je termine avec mon écriture. Le sujet est habituellement un animal de famille, un jouet préféré ou même un jersey sportif. Le script contient l'annonce de la naissance du bébé et l'arbre généalogique de ces familles.



J'ai eu tout un défi: écrire en norvégien, sans toutefois comprendre ce que j'écrivais. Bon confinement, ça va aller mieux!

Travaux en progression



## **Le confinement, une occasion de rapprochement - Céline Jacques**

La pandémie, la distanciation, le confinement et le dé-confinement sont des nouveaux mots de notre vocabulaire! Pour notre famille, le confinement et la distanciation sociale nous a permis de se rapprocher. On se parle presque tous les jours malgré les distances qui nous séparent. Je suis portée à souvent réfléchir à nos valeurs familiales qui nous distinguent. Aussi, je ressens une paix intérieure et une certaine tranquillité d'esprit à rester chez moi. Je remarque qu'il existe beaucoup d'amour dans l'effort collectif de rester à la maison à se protéger pour protéger les autres et sauver des vies.

Je pense souvent à tous nos aidants héros de la santé publique; ils risquent leur vie pour nous. Nous avons une infirmière dans la famille. J'ai énormément de gratitude envers eux.

Au début du confinement, j'ai terminé ma courtepointe que Nicole m'a montrée à faire. Ce fut tellement un beau projet! Par la suite, je me suis tenue occupée à faire plein de choses: cuisiner, lire, faire des exercices, prendre des marches...etc. Alors pour le dé-confinement, je dois changer et adopter de nouvelles habitudes; porter un masque et des gants. Il se prolongera pour encore bien des mois.

Merci Retraite active de nous avoir suggéré cet exercice. C'est une très bonne idée!

---

## **Qu'advient-il de ces changements ? Christian Lachance**

Deux mois de restrictions pour le bien de la communauté à l'intérieur d'une communauté privée et les gens commencent à avoir hâte que les activités reviennent à la normale.

Malheureusement je crois qu'il faudra un certain temps avant que nous puissions reprendre nos activités. Surtout de revoir physiquement nos parents et amis en grand nombre. Mais pour l'instant nous pouvons nous rassembler en groupe de 5 personnes en gardant une distance de 2 mètres, donc pas de canasta en vue.

Par contre je vois que les dames se servent très bien de la technologie pour poursuivre certaines de leurs activités. Entre temps certaines activités sont redevenues actives telles que le jardinage de fruits et légumes dans les plate-bandes en ville et à la campagne et les jeux de société qui collectaient de la poussière sur les tablettes. La majorité des appartements et maisons ont subi un ménage printanier sans avoir de visite. Les garages n'ont jamais été aussi propres.

Sans oublier les communications de couple qui ont augmentées à un niveau plus élevé qu'avant ou encore certaines périodes de silence nécessaires.

Un repas cueilli au service à l'auto dans un restaurant à service rapide devient un festin.

Il faut aussi compter sur notre boîte à images qui elle fait du temps supplémentaire ainsi que l'apprentissage et découvertes de l'utilisation de nos téléphones portables et tablettes.

Quand sera-t-il de cette nouvelle manière de vivre dans quelques mois ?  
Il sera intéressant de voir où nous en serons rendu.

---

### **Le décompte! Betty Lamour**

2 mois de confinement

2 mois d'obéissance

2 mois à se poser des questions

2 mois à penser le pourquoi

2 mois de comprendre le cas des aînés qui meurent dans les CHSCLD

3 amis décédés (complication avec d'autres maladies)

Planifier mes journées par des exercices. Lecture, coloriage, mots croisés, casse-tête cuisine, marche dans la cour.

Merci à Dieu, ma fille était en vacances pour le mois d'avril. Je n'ai pas célébré l'anniversaire de mes 2 enfants en avril.

J'attends le grand dé-confinement. Mais je prépare mon petit jardin comme je peux.

Je vais continuer à noter sur cette situation. Beaucoup de messages reçus et lus en cherchant à comprendre ce virus.

Merci à Retraite active qui nous donne des nouvelles chaque semaine et ses activités.

---

### **Comment je vis la COVID-19 - Huguette Lehoux**

Je suis une aidante naturelle, amoureuse de mon mari Philippe, vivant dans notre appartement à Mississauga. Depuis le début de la pandémie, ce qui m'attriste le plus est que je ne peux plus l'accompagner à l'hôpital pour ses

séances de dialyse 3 fois par semaine et à l'urgence lorsque la situation l'oblige. J'ai parfois des nuits écourtées mais j'accepte ce que je vis. Tous les mardis, son médecin de famille Dr. Shaw communique avec Philippe et moi à la maison, ainsi que son spécialiste Dr. Ky selon les besoins. Que j'apprécie leur aide et leurs bons conseils encore davantage pendant cette période d'isolement social. J'ai tellement hâte à la fin du confinement, car je retournerai accompagner Philippe et jaser avec les infirmières qui se dévouent sans cesse.

J'ai une amie qui m'amène en voiture pour faire mes commissions, c'est tellement aidant.

Une chose positive est que, grâce aux sessions d'apprentissage de la nouvelle technologie comme Cybercafé, je ne me sens pas seule car je garde le contact avec les amis et la famille via FaceTime et les courriels. J'ai même réussi à écouter la messe du curé de notre paroisse le père Antoine en utilisant YouTube!

Ces liens nourrissent mon quotidien et je m'en souviendrai longtemps!

---

### **L'Amour reprend SA place - France Lemay**

Depuis que la Covid-19 a frappé à notre porte, le train-train quotidien a bien changé. Fini les rencontres amicales, les courses et les activités usuelles. La vie s'est arrêtée pour un moment. Une pause s'est imposée.

Nous voilà soudainement isolés de tous, des câlins de nos petits-enfants et des visites fréquentes de notre famille et de nos amis. Aucun contact avec qui que ce soit, sans avoir au préalable pris une tonne de précautions, que ce soit avant ou après la rencontre. Il faut tout faire différemment.

C'est contraignant certes, cependant pour ma part, jamais je n'ai reçu autant de messages d'amour et d'appréciation. Que ce soit de la part de ma famille, d'amis ou d'étrangers, on dirait que le cœur s'est ouvert et qu'il est enfin entendu. Est-ce le silence qui nous permet d'entendre ces beaux messages ou est-ce qu'avant on avait tout pris pour acquis ou on était trop stressé par la vie pour l'entendre? Faut-il une menace si grande pour faire réaliser aux gens à quel point la vie est fragile?

Avant la visite de Covid-19, on vivait à un rythme fou. Tous étaient tellement affairés qu'on devait tout faire à la sauvette. Même la fête de Noël était préparée à la dernière minute et tout ça parce qu'il fallait qu'elle ait lieu. On en était rendu au point que c'en était une corvée. Tous ces préparatifs, tous ces cadeaux qu'il fallait absolument offrir sans avoir d'idée quoi offrir, puisqu'aujourd'hui on pouvait s'acheter ce qu'on voulait tout au long de l'année. Le plaisir de Noël d'autrefois est disparu. Ce temps précieux de retrouvailles autour d'une bonne tablée. Les échanges heureux et les cris de joie de la marmaille à la vue des présents sous le sapin décoré tout simplement mais avec tant d'amour. Ce Noël où on prenait le temps de penser aux autres. On prenait le temps de choisir un cadeau ou de le confectionner en pensant au plaisir que celui-ci ferait à la personne destinée, pour dire 'Je t'aime, je t'apprécie. Ce Noël où les enfants étaient tellement heureux de recevoir leur cadeau, ne serait-ce qu'une orange, une paire de chaussettes ou encore un seul jouet. L'importance était qu'on soit réunis et qu'on apprécie d'être ensemble. Ce Noël là était tellement attendu que je souhaite qu'après, lorsque Covid-19 nous aura quitté, l'humanité aura réalisé à quel point la chaleur humaine est précieuse et qu'il faut la prioriser.

\*\*\*\*\*

Depuis que tout s'est arrêté....

Depuis que tout s'est arrêté, la vie a fait en sorte que moi je suis plus occupée. Et oui en fait mon fils et son épouse occupant des postes essentiels, j'ai pris la responsabilité de m'occuper de ma petite-fille de 8 ans. Quel bonheur! Mon rythme de vie a complètement changé.

Du lundi au vendredi, je dois me lever tôt, conduire environ 40 km pour me rendre chez mon fils, prendre soin de Leah, faire l'école à la maison et aller jouer dehors. Il faut faire preuve d'imagination, puisque ma petite Leah, fille unique, manque beaucoup ses camarades de classe. Alors, pour pallier au manque, nous inventons toutes sortes de jeux, on bouge et on se découvre toutes les deux. Ces précieux moments sont inestimables. Quel bonheur que la vie m'offre.

---

### **Le confinement quelle période étrange! Éline Molgat**

Le temps semble suspendu, et pourtant les semaines filent. Au début, j'étais accrochée aux nouvelles d'heure en heure et de jour en jour concernant la progression de la pandémie ici et ailleurs. Et là, on se calme un peu le pompon et on se contente de suivre les développements et les annonces à un rythme plus lent. Curieusement, ce qui aurait paru étonnant il y a quelques mois ne surprend plus. Une longue queue sur le trottoir devant l'épicerie? On rentre chez nous et on retourne un autre jour. Pas d'école avant septembre? On s'y attendait.....

Le plus difficile et ce qui me manque le plus est le contact direct avec la famille et les amis : voyages et déplacements remis aux calendes grecques; au lieu de voyager pour aider au déménagement de notre fils, on se contente d'une tournée virtuelle de la nouvelle demeure; au lieu de serrer les petits enfants dans ses bras, on les côtoie à distance; au lieu des activités et de l'ambiance chaleureuse dans notre salle au Centre, on s'installe devant l'écran.

Mais on apprivoise tranquillement des nouveaux outils : Zoom, Skype et Face-Time – heureusement! Les rencontres virtuelles de famille « en groupe » se font plus souvent, avec ma mère nonagénaire, et la famille dispersée, qui, elle aussi, dispose de plus de temps. Les amis et les activités de Retraite active me manquent, mais on s'aventure dans le monde virtuel : quel plaisir de coudre et tricoter en jasant avec les amies du club de tricot via Skype; les sourires et les

« bonjour » avant les exercices de pilâtes. Et, le plaisir de partager les multiples courriels et liens amusants qui circulent, inspirés par le confinement !

Je découvre quand même un certain plaisir dans le ralentissement :

- plus de temps pour la lecture
- une, deux, même trois promenades quotidiennes à partir de la maison. Nous suivons l'émergence des fleurs dans les bois et les parterres et écoutons le chant des oiseaux qu'on entend tellement mieux maintenant avec la circulation réduite. En faisant, nous croisons des voisins plus souvent et échangeons des nouvelles « distancées ».
- la préparation des repas est devenue plus un plaisir qu'une corvée, à ne pas parler du beau défi de bien utiliser tous les aliments si durement acquis avant de s'en procurer d'autres (les queues, le masque, la danse avec le chariot, le nettoyage en rentrant..... )
- et, encouragée par mes enfants, mon neveu, et une de mes nièces, j'apprivoise tranquillement le pain au levain.

Vivement le beau temps et le jardin, maintenant!

---

### **Le confinement, une période d'introspection nécessaire - Françoise Myner**

Je n'oublierai jamais ce sentiment d'incrédulité quand j'ai entendu les nouvelles annonçant la fermeture des écoles le 14 mars dernier, suivi quelques jours plus tard de la déclaration de l'état d'urgence sanitaire de l'Ontario. Voyons-donc, est-ce possible ? Comment les enfants et petits-enfants vont survivre, confinés dans la maison pour 3 semaines ? En plus, nous devons nous résigner à annuler notre voyage familial en République Dominicaine prévu pour la fin mars. Une grosse déception pour petits et grands mais j'avoue que j'étais soulagée de nous savoir à la maison en sécurité.

Mon premier réflexe a été de me mettre en mode action pour soutenir la famille et les amis : des appels, des courriels, des rendez-vous FaceTime et

Zoom (très tendance), des recherches d'activités pour les membres de Retraite active et pour occuper les petits-enfants pendant que les parents étaient en télétravail. J'avais besoin de poser ces gestes qui me donnait l'impression d'être utile et en contrôle. Début de panique en voyant les gens stocker de la nourriture...est-ce que nous en manquerons ? Aller à l'épicerie devenait une opération si stressante...mais quel soulagement de revenir à la maison, qui, plus que jamais était devenue mon oasis de paix.

La rumeur commence à circuler que nous manquerons de main d'œuvre dans le secteur agricole donc possibilité de pénurie. Alors comme le chante si bien Clémence, "Cet été je ferai un jardin". Je me suis donc dépêchée à acheter des semences avant que les magasins ferment... Je n'avais jamais fait de semis intérieurs alors je me suis enregistrée à quelques webinaires et fait des recherches sur le net, c'est si facile maintenant d'avoir accès aux informations.

Mes petits pots ont fait le tour des fenêtres de la maison pour recevoir chaleur et lumière. Après un lent début, j'ai eu la joie de voir mes plants de tomates et de concombres grandir et être suffisamment forts pour être transplantés en pleine terre cette semaine et ça me remplit de joie. Je suis fière de moi !! Je vais littéralement nourrir ma famille...

Les trois premières semaines de confinement ont passées et le rythme a ralenti, heureusement. Longues marches à observer la nature se réveiller loin des mauvaises nouvelles, à écouter les oiseaux qui s'en donnent à cœur joie, à respirer à plein poumons, à méditer...Qu'est-ce qui est important pour moi dans le moment? Comment garder mes énergies positives? Quel est le sens à donner à cette grande épreuve?

Je me sens bien quand mon petit monde va bien. Je reprends mon énergie en jardinant, en lisant, en tricotant (il faudra prendre soin des sans-abris cet hiver...) en écoutant la radio, en cuisinant, en communiquant avec mes amis

(j'apprécie tellement pouvoir utiliser la technologie qui me garde connectée). Les projets sont nombreux, trop parfois. Il faut prendre le temps de s'arrêter pour admirer: le magnifique plant "cœur de Marie" que Mary m'a donné le printemps dernier, les plants d'Iris d'Élaine, les tulipes de Betty, la belle menthe fraîche qui a survécue à l'hiver grâce aux bons conseils d'Aline, la mélisse au parfum citronné de Carmen. C'est ça la leçon à tirer, la force du partage, de l'amour et de l'amitié qui se manifestent au quotidien et gratuitement.



Nous sommes rendus à la 10e semaine de confinement, l'école ne reprendra pas... J'ai les larmes aux yeux quand on me raconte qu'Isabelle, ma petite-fille de 9 ans, pleure parce qu'elle ne retrouvera pas ses amies. Je partage sa peine, c'est difficile pour les enfants qui n'ont pas toujours les mots pour exprimer leur inquiétude. On a fini par apprivoiser ce confinement, il arrive même qu'on l'oublie. On redécouvre des plaisirs simples et on accepte tout doucement que la vie ne sera plus pareille pour un bon bout de temps. Il faut cependant que cette pause soit utile et nous amène à tirer des leçons. C'est bien personnel toutefois mais j'ai confiance que nous verrons des changements et que la vie sera encore plus belle. Je garde espoir que nous sommes à redéfinir notre monde dans lequel s'épanouiront nos petits-enfants...

---

## Confinement: tristesse et reconnaissance - Paul Myner

Pour moi le confinement n'a pas été trop difficile, je ne suis pas seul et nous avons une grande maison. Le plus difficile était de ne pas voir physiquement les enfants et les petits-enfants même si l'on communiquait régulièrement sur FaceTime ou Skype. Je fais mes exercices et je marche à tous les jours. Plus de temps libre m'a permis de faire deux casse-têtes de 1,000 morceaux chacun. L'un que j'avais acheté lors d'un voyage à Vienne il y a dix ans et l'autre que l'une de mes filles m'avait donné il y a trois ans pour Noël. J'ai aussi terminé le vitrail que j'avais commencé avant le début du confinement.



Ce que j'ai trouvé le plus triste durant ce confinement est le sort des personnes âgées dans les centres de soins de longue durée. Il y en a beaucoup qui sont décédées seules sans leur famille. Seulement 20% des personnes âgées étaient infectées mais 80% des décès provenaient de ce groupe. J'espère que de nombreux changements seront faits par les gouvernements. Il me faut souligner le courage et le dévouement des employés des services essentiels et plus spécialement de ceux du service de santé. Souvent il nous faut un malheur pour le reconnaître.

Bravo à tous!

Au plaisir de vous revoir bientôt.

---

## Le temps! Camille Sundue

Pendant le confinement, j'ai décidé de bien profiter du beau cadeau qu'on appelle " le temps ". D'abord, j'ai fait du ménage dans mes livres en éliminant des bouquins désuets ou en lisant ceux que je me promettais de lire "quand j'aurai le temps".

J'ai communiqué davantage avec ma famille et mes amis. J'ai aussi loué de beaux films. J'ai finalement terminé mes projets de vitrail entamés pendant notre cours. Voici les résultats:



Tous les jours, je me réveille en remerciant le Ciel de vivre au Canada, étant protégée par un bon système de santé et des gouvernements compétents. Voilà!

---

## **L'adolescence presque retrouvée... Madeleine Zaffarano**

Mia est arrivée le 27 février. Notre première petite-fille car nous avons déjà deux petits garçons. Pendant trois semaines nous avons pu rendre visite régulièrement à Mia tout en permettant à Marco de s'habituer à ce petit bout de chou qui subitement prenait beaucoup de place dans la famille. Mais nous commençons à sentir que les jours étaient comptés et que le message qui venait du gouvernement était "Restez chez vous". Alors comme tous les Ontariens nous avons dû nous résigner à cette nouvelle réalité qui affecte l'humanité entière : réorganiser notre mode de vie de façon à rester chez nous.

Au début, le plus difficile a été de prendre du recul par rapport au bombardement d'informations qui sont diffusées en boucle par les médias. "On est en guerre ... contre un virus" disaient certains, "Assurez-vous d'avoir ce qu'il vous faut chez vous" disaient d'autres. Résultat, un vent de folie et la panique dans certains magasins où les clients s'arrachaient les pâtes, la farine, la viande de poulet sans oublier les fameuses réserves de papier toilette. Heureusement nous avons vite compris qu'au Canada et plus précisément en Ontario nous étions entre bonnes mains! Nous nous sommes mis à regarder les points de presse de Justin Trudeau et ceux de Doug Ford qui selon les rumeurs n'a pas contracté le coronavirus mais le socialisme. Quoiqu'il en soit, ce dernier est devenu beaucoup plus sympathique. Et comme nous nous sommes mis à regarder les nouvelles des autres pays (la Suisse et la France sur TV5 puis les États-Unis sur CNN), par comparaison nous avons apprécié de vivre dans un pays où les politiciens sont capables de travailler ensemble, de suivre les recommandations des médecins et des scientifiques et de choisir la prudence. C'est tout de même plus rassurant que les propos fantaisistes et les décisions contradictoires voire dangereuses du docteur Trump!

Mais bon, il ne s'agissait pas de regarder les nouvelles à longueur de journée au risque de déprimer. Alors j'ai repris les projets d'avant : un peu de lecture, un peu de tricot et un peu de couture. Comme j'avais commencé à faire des masques aux premières annonces du risque de pandémie, j'ai continué jusqu'à ce que les élastiques viennent à manquer. Et oui les élastiques font partie des denrées rares en cette période de pandémie.

Et la petite Mia dans tout ça. Elle va bien et on la voit grandir ainsi que son frère et son cousin par photos, par vidéos et autres applications technologiques très utiles en ce moment. Mais les petits, arrêtez de dire « Vous nous manquez »; ça nous fend le cœur. On encourage leurs parents qui doivent maintenant faire du télétravail, parfois se rendre au bureau et s'occuper de jeunes enfants qui ne peuvent plus aller à la garderie. On se permet une courte visite de temps en temps sur le pas de la porte pour faire la livraison des petits plats préparés par "Papi". Cuisiner est en effet une occupation importante en ces temps de confinement. Bien sûr, il faut commencer par faire les achats d'épicerie. Au début j'avais l'impression de partir en mission spéciale avec mon masque, mes gants, mes lunettes, ma liste pour ne rien oublier car c'est seulement une fois par semaine. La distanciation sociale et les gestes barrières font désormais partie de notre vocabulaire et de notre comportement en société.

Vous pourriez vous demander pourquoi j'ai donné pour titre à cette petite réflexion "l'adolescence presque retrouvée...". Et bien voici. Plus de routine, plus de rendez-vous, presque plus de rencontres sauf les virtuelles, alors je peux me coucher et me lever quand je veux. Je me prélasse, je relaxe, je rêve et même je ne fais RIEN sans me sentir coupable. Comme à l'adolescence et finalement ce n'est pas désagréable. On essaie de repenser un monde meilleur pour les futures générations. Les sources d'inspiration et les élans de solidarité ne manquent pas. L'Internet en regorge. Il faut dire que le confinement a suscité beaucoup de créativité sur les réseaux sociaux. Les

Italiens ont été les premiers à remercier de différentes façons les travailleurs et travailleuses de premières lignes. Je crois que je n'oublierai jamais les Italiens en train de trinquer avec leurs voisins du balcon d'en face, le verre de Prosecco attaché à une perche. Et les concerts, les humoristes, le groupe de chanteurs "Les Goguettes" que j'ai découvert en ces temps difficiles, les nombreux messages qui circulent sur Facebook ou dans les courriels. Pas tous bons, mais sur la quantité il y a des trouvailles qui méritent d'être partagées.

Nous sommes le 15 mai et en écrivant ce petit texte, j'ai l'impression de raconter un événement révolu. Pourtant ce n'est pas le cas car, à ce jour, le coronavirus reste un grand défi pour l'humanité. De quoi sera fait demain?? On nous dit que ce ne sera plus pareil. Alors à chacun et chacune d'imaginer son monde de demain.



## **PARTAGER, C'EST S'ENTRAIDER – Diane Labelle-Davey**

### POÉSIE EN TEMPS DE PANDÉMIE

C'est aujourd'hui le 15 mai, mois de Marie  
Que faire pour échapper cet ennui?  
Pourtant, entre toutes les femmes, j'suis bénie.

Jour 63 de mon confinement  
Au moins j'peux sauver d'argent  
Et en acheminer à ma banque alimentaire  
Y ajoutant le 300 piastres du fils de Pierre

Que faire pour éviter cet ennui?  
Le mal aux fesses, trop souvent assis  
Les yeux carrés, bien trop d'télé  
Faut pas me lamenter...

Casse-têtes, romans et biographies  
Popote et promenades à la pluie  
Vidéos en ligne, sur demande, avec le p'tit  
Visites Zoom, FaceTime, Messenger avec amies

Pis demain? Après-demain?  
Esprit et corps sains,  
On attend tous ce miraculeux vaccin.



Commandité par :



**Droits d'auteurs Retraite active de Peel 2020**