

## Voix de femmes

du Haut-Richelieu



Dans ce numéro :

## Dîner de Noël

Le mardi 12 décembre avait lieu notre traditionnel dîner partage de Noël. L'activité s'est déroulée dans nos nouveaux locaux et les femmes présentes ont pu constater que notre Centre sera à même d'accueillir toutes les activités en un seul endroit. C'est grand, aéré et très fonctionnel. L'ambiance de Noël était bien présente avec le sapin, les décorations et la musique. Plusieurs photos ont été prises avec le cadre décoré pour la circonstance, et des accessoires de Noël étaient disponibles pour égayer la photo.

La journée s'est déroulée sous le signe de la bonne humeur et nos organisatrices avaient préparé des jeux pour que l'on s'amuse.

Quelques-unes d'entre nous avons pratiqué la pêche à la canne de bonbon et Yolande nous a fait vider nos sacs à main. Nous avons également mis nos méninges à contribution avec le jeu des mots du dictionnaire.

La nourriture ne manquait pas et nous nous sommes bourrées la bedaine, parfois plus que ce que nous aurions dû, mais bon... c'est le temps des Fêtes qui commence et au Centre de femmes, il a commencé de belle façon.

Encore une fois BRAVO au comité organisateur: Andrée Plamondon, Dominique Pariseau, Yolande Tétréault et Carole Dubois.

<i>Saviez-vous que...</i>	2
<i>Des nouvelles de l'R</i>	2
<i>Emma Lajeunesse</i>	3
<i>Voyage d'une vie</i>	4
<i>Coucou bonheur !</i>	5
<i>Calendrier</i>	6-7
<i>Les bonnes résolutions</i>	8
<i>Pendaison de crémaillère</i>	8
<i>Recette</i>	9
<i>Purée pour bébé</i>	9
<i>Rencontres d'information cuisines collectives</i>	9

## Saviez-vous que ...

L'essuie-glace avait été inventé par une femme ?

Les premières automobiles équipées d'un pare-brise, dans les années 1900, n'offraient aucun dispositif pour conserver la propreté de la glace et éliminer la pluie, la neige ou la condensation. Quand il ne voyait plus rien, le chauffeur n'avait d'autres ressources que s'arrêter et d'essuyer la glace avec un chiffon.

En 1903, Mary Anderson (1866-1953) de l'Alabama arriva avec des amis à New

York en pleine tempête de neige. Dans un tramway, Anderson observa le wattman qui essayait, sans succès, de maintenir la clarté de sa glace avant, en s'arrêtant fréquemment pour l'essuyer. Lorsqu'elle revint chez elle à Birmingham, elle dessina un simple bras portant une lame de caoutchouc. Ce bras devrait être fixé au-dessus du cadre du pare-brise et relié à un levier à l'intérieur de la voiture. Le conducteur devait l'actionner manuellement en agissant alternativement sur le levier pour balayer la glace.

Madame Anderson prit un brevet pour protéger cette idée et tenta d'en vendre les droits d'exploitation à un constructeur automobile canadien. Les constructeurs rejetèrent l'invention sous prétexte que le mouvement de la raclette risquerait de détourner l'attention du conducteur et causer un accident.

Au bout de dix-sept ans, le brevet d'Anderson vint à expiration et Mary Anderson ne le renouvela pas. Ce fut une grosse erreur car

l'industrie automobile allait connaître une expansion considérable. Sur de nombreux modèles nouveaux, l'essuie-glace fut monté. Si Mary Anderson avait renouvelé son brevet, elle serait devenue millionnaire !

-Dominique Pariseau



## Des nouvelles de l'R

L'R des centres de femmes du Québec appuie la campagne **Écrire, ça libère!** portée par Amnistie internationale! Cette vaste campagne nous invite à écrire une ou plusieurs courtes lettres dans le but de libérer une ou des personnes injustement emprisonnées à cause de ses opinions politiques ou pour demander justice dans le cas d'une personne assassinée. Selon Françoise David, co-porte-parole de la campagne, 65% des personnes qui reçoivent ces cartes de voeux sont libérées. La moitié des personnes mentionnées sont des femmes et leur courage nous inspire!

Nous vous invitons à consulter le site web au <https://agir.amnistie.ca/page/16403/petition/1>



" Aucun amour n'est  
suffisant pour combler le  
vide d'une personne qui ne  
s'aime pas elle-même "

Irene Orce

[www.astrologieETcreativite-holistique.com](http://www.astrologieETcreativite-holistique.com)

## Emma Lajeunesse dite l'Albani

Emma Lajeunesse naît à Chambly le 1<sup>er</sup> novembre 1847. Son talent de musicienne se manifeste dès l'âge de quatre ans, c'est une enfant exceptionnelle. Son père Joseph, ayant reconnu un don pour sa fille, s'investit de la mission de développer son talent. Elle passe plus de six heures par jour à s'exercer au piano, à la harpe et au chant. Le peu de temps libre qui lui reste, elle le passe chez sa grand-mère Rachel qui habite la maison voisine. Auprès de sa tante Rose-Délina qui est une remarquable conteuse, elle improvise des gestes, des mimiques et elle crée des spectacles de théâtre.

À l'âge de huit ans, Emma fait sa première apparition publique en interprétant quelques ballades et en s'accompagnant au piano. L'année suivante, elle donne plusieurs représentations et les journalistes commencent à s'intéresser au phénomène, criant au prodige et rédigeant des articles élogieux.

En 1860, elle chante devant le prince de Galles à Montréal à l'occasion de l'inauguration du pont Victoria.

En 1865, la famille déménage et s'installe à Albany. Trois ans plus tard, Emma quitte sa famille pour l'Europe afin de continuer son perfectionnement. Elle a vingt et un ans.

Elle étudie auprès des meilleurs maîtres à Paris ainsi qu'à Milan, et c'est à cet endroit qu'elle commencera à chanter professionnellement. Son nom, Lajeunesse, est imprononçable pour les italiens. Son professeur d'élocution propose le nom Albani, patronyme d'une

vieille famille de la noblesse italienne. Cela plaît à Emma, d'autant plus que ça fait écho à Albany, la ville où elle a été reconnue pour son talent.

Sa carrière est lancée, elle passera les quarante prochaines années à chanter partout dans le monde. Sa soeur Cornélia restera auprès d'elle et sera sa répétitrice, son habilleuse, sa dame de compagnie. Quant à son père, il sera son gérant. Son emploi du temps s'organise désormais autour de passages dans les théâtres les plus réputés du monde. Paquebots, trains de luxe, grands hôtels sont sa vie maintenant.

En 1874 elle rencontre la reine Victoria. Le 6 août 1878, elle épouse Ernest Gye, le fils de Frédéric Gye, directeur du Covent Garden à Londres (le théâtre où elle se produit régulièrement). Le 4 juin 1879, elle donne naissance à un garçon, Ernest-Frédéric.

Fin mars 1883, elle revient au Québec pour deux récitals et on ajoute même une représentation. Enfin, elle est reconnue dans son pays.

En 1896, après avoir été plus de vingt ans la tête d'affiche du Covent Garden, elle tire sa révérence. Elle est à l'aube de la cinquantaine. Elle n'arrête pas pour autant de chanter et reprend les tournées, les festivals et les concerts privés. On l'acclame aussi loin qu'en Australie et en Afrique du Sud.

Le 14 octobre 1911, c'est la tombée du rideau : à 63 ans elle fait ses adieux définitifs. Cette année-là, elle publie ses mémoires. Le livre *Forty years of song*, écrit en collaboration avec un jeune



journaliste anglais, paraîtra à Londres et à Toronto. Il faudra attendre en 1972 pour qu'il soit traduit en français sous le titre **Mémoires d'Emma Albani : l'éblouissante carrière de la plus grande cantatrice québécoise.**

En novembre 1925, son mari s'éteint. Cinq ans plus tard, le 3 avril 1930, à l'âge de quatre-vingt-deux ans, elle meurt à son tour.

Son fils unique était devenu diplomate. Il mourut en 1955 sans laisser de descendance. Il laissa à la ville de Chambly tous les documents et effets personnels ayant appartenu à sa mère.

Après sa mort, Emma Lajeunesse dite l'Albani retomba très vite dans l'oubli. De son vivant, elle aura connu le passage de l'ombre à la lumière, puis de la lumière à l'ombre. Ses mémoires ne firent aucun bruit. Elle aura joué quarante-trois rôles dans quarante opéras, mais la grandeur d'un tel voyage n'aura pas suffi à lui faire traverser le temps. La mesquinerie religieuse s'était mise en travers de ses premiers élans et l'amnésie collective d'un peuple peu porté à l'édification de ses propres mythes a fait le reste.

*-Monique Petit*

## Voyage d'une vie

Si on m'avait dit qu'un jour j'irais en Chine, j'aurais bien rigolée.

Et pourtant.

Le 15 septembre, je prenais l'avion pour un vol de 14 heures, direction Shanghai, Chine. Même aujourd'hui en l'écrivant, je dois me pincer. Ben oui, j'y suis allée pour un 20 jours intensifs de visites, de découvertes et surtout d'une immersion totale dans un monde totalement à l'opposé du Canada, du Québec, de mon chez moi.

J'en ai vu des choses: la grande muraille de Chine, les soldats en terre cuite, la cité interdite, la place Tian'anmen (celle avec l'homme debout devant un char d'assaut pendant un début avorté de révolution). J'y ai ramassé du thé avec chapeau de paille sur le coco, j'ai vu des rizières à perte de vue, j'ai appris comment travailler le fil du ver à soie et aussi le jade, les émaux sur cuivre, les perles. J'ai vu les pandas (tellement mignons et drôles) et le plus grand barrage du monde, les Trois Gorges. Mais là, j'en passe tellement, ce voyage m'a ouvert les yeux sur un pays de 1 milliard 400 millions de personnes qui

sera sûrement la prochaine grande puissance du monde.

J'ai pris l'avion vol intérieur 3 fois, le train haute vitesse 2 fois. J'ai fait une croisière 4 nuits 5 jours sur le Yanzhe et, du bateau, j'ai été émerveillée par les villes de millions d'habitants qui ont défilés sans arrêt, éclairés de dizaines de couleurs éblouissantes, sans oublier les ponts rouge, rose, bleu, un après l'autre.

J'ai visité le palais d'été de l'impératrice et des concubines qui trône devant un lac rempli de nénuphars géants (j'ai même mangé des racines de ces nénuphars).

Devant les chinois, nous sommes aussi intrigués qu'ils le sont face à nous. Aussi, quand nous disons Canada en nous pointant du doigt, ils veulent prendre nos photos avec leurs enfants. Les chinois nous aiment beaucoup. J'avais mis un chapeau avec le drapeau canadien pour ne pas qu'ils pensent que je venais des USA (les américains sont mal vus comme partout dans le monde ces temps-ci).

Question langue, et bien pensez-y pas

car pas d'anglais ni de français alors on se débrouille avec les bras, les mains et les sourires. Côté nourriture, pour celles qui aiment le riz gluant, et bien elles seront servies en masse.

Pour tout dire, ce fût un voyage extraordinaire dans un pays millénaire qui en a vu de toutes les couleurs. Jamais je n'oublierai la veille de notre départ sur un petit lac près de notre hôtel, 2 pagodes, Lune et Soleil, éclairées de mille lumières blanches pour Lune et jaunes pour Soleil, avoisinant un pont piétonnier en verre illuminé en blanc éclatant. Ajouter à ça les spectacles incroyables que nous avons au programme en salle et aussi sur l'eau, vous comprendrez pourquoi ce fût le voyage d'une vie.

*-Hélène Plouffe Rondeau*



## Coucou bonheur !

On a tendance à pourchasser le bonheur en pensant que quand on sera heureux, tous nos problèmes vont disparaître. Erreur! Le bonheur, c'est ici et maintenant. Des problèmes vont survenir de toute façon. Personne n'est à l'abri des difficultés.

Il faut pouvoir trouver son bonheur dans les petites choses. Avant ma retraite, je me trouvais heureuse de faire un travail que j'aimais. J'appréciais beaucoup aussi mes collègues de travail. C'est certain qu'il y avait certaines frictions de temps en temps. C'est normal. Nous avons tous des personnalités différentes. Mais je ne me plaignais pas, l'ambiance générale au bureau était excellente.

Depuis que je suis à la retraite (le 12 septembre dernier), je profite de tous les petits moments plaisants qui se présentent dans ma vie. Le groupe d'étirements les lundis matins, l'atelier d'écriture le lundi après-midi, le club de marche le mercredi après-midi, la mise en forme pour les 55 ans et plus le jeudi matin. Mais outre ces activités plaisantes, j'apprécie beaucoup aussi aller déjeuner au resto, seule ou entre amies, j'aime particulièrement faire la sieste devant la télé. Une petite sieste de 20 minutes me comble de bonheur!

J'aime aller marcher au Mont St-Hilaire, aller au cinéma ou voir un spectacle d'humour, magasiner avec ma soeur. La liste est trop longue pour tout énumérer ici.

Il n'en faut pas beaucoup pour être heureux. Il suffit de vivre intensément le moment présent et prendre conscience de tous les moments de bonheur qui se présentent. Jouer de la musique, peindre et dessiner, écrire, sont des activités qui me remplissent de joie. Joie que j'aime bien partager.

J'adore aussi les soupers avec mes enfants et leur blonde. On se retrouve chez l'un ou chez l'autre, on prépare le repas ensemble en discutant autour d'un bon verre de vin. Ça nous permet de prendre des nouvelles des uns et des autres, de discuter de nos activités, de nos priorités dans la vie, de politique ou d'environnement. Après le repas, souvent, on va prendre une longue marche avant d'entamer le dessert. Et ensuite, on joue à des jeux de société. Le plaisir d'être ensemble et de partager nous remplit de bonheur.

Coucou bonheur me fait penser à mon plus vieux quand il était bébé et qu'on jouait à Coucou justement. Ça le faisait rire aux éclats. On peut dire aussi Coucou bonheur quand on sait qu'il se cache dans tous les coins de notre vie. Il faut savoir le découvrir et en profiter pendant qu'il passe. Car dans la vie, tout passe, les bonheurs comme les malheurs.

*- Sylvie Provost*



# Janvier 2018

dim.	lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.
	1	2	3	4	5	6
7	8 10h à 11h Étirements 13h30 à 15h30 Groupe d'écriture	9	10	11 8h à 10h Planification de cuisine à Sabrevois	12	13
14	15 8h à 14h Cuisine à Sabrevois 10h à 11h Étirements 13h30 à 15h30 Groupe d'écriture 16h30 à 18h Planification de cuisine Les Schtroumpfs chefs à Sabrevois	16 11h à 15h Soupe avec l'équipe 	17 14h à 15h et 19h à 20h Rencontres d'information sur les cuisines collectives	18 10h30 à 12h Planification de cuisine L.O.F.	19	20 8h à 15h Cuisine collective Les Schtroumpfs chefs à Sabrevois
21	22 10h à 11h Étirements 13h30 à 15h30 Groupe d'écriture	23 13h à 15h Café-causerie: S'organiser pour mieux gérer son temps	24 13h à 15h30 Les dames de cœur	25 13h à 16h Cuisine L.O.F. 19h à 21h Les frais funéraires	26	27
28	29 10h à 11h Étirements 13h30 à 15h30 Groupe d'écriture	30 9h30 à 12h Atelier Les purées, c'est pas sorcier 13h à 15h Café-causerie: Les fruits et légumes exotiques	31 13h à 15h30 Les dames de cœur			



Ruralité



Saint-Jean

# Février 2018

dim.	lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.
				1	2 8h30 à 16h Cuisine collective Les mijoteuses	3
4	5 10h à 11h Étirements 13h30 à 15h30 Groupe d'écriture	6 13h à 15h Café-conférence: La germination et les micros-pousses	7 13h à 15h30 Les dames de cœur	8 19h à 21h La maladie d'alzheimer	9	10 10h à 12h Atelier parents- enfants à Saint- Blaise-sur- Richelieu
11	12 10h à 11h Étirements 13h30 à 15h30 Groupe d'écriture 16h30 à 18h Planification de cuisine Les Schtroumpfs chefs à Sabrevois	13 13h à 15h Café-causerie: La zoothérapie	14 13h à 15h30 Les dames de cœur	15	16	17 8h à 15h Cuisine collective Les Schtroumpfs chefs à Sabrevois
18	19 10h à 11h Étirements 13h30 à 15h30 Groupe d'écriture	20 9h à 16h Cuisine collective Les marmites en folie à Saint- Alexandre 13h à 15h Café du savoir: Le langage non-verbal	21 13h à 15h30 Les dames de cœur	22 10h30 à 12h Planification de cuisine L.O.F.	23 13h à 15h30 Ar'thérapie	24
25	26 10h à 11h Étirements 13h30 à 15h30 Groupe d'écriture	27 10h à 15h Atelier d'un jour: Le mois de l'histoire des noirs	28 13h à 15h30 Les dames de cœur			



Ah ! Le temps des fêtes, le temps de la dinde, de la tourtière, du réveillon et des cadeaux.

Les temps des fêtes, c'est aussi le Jour de l'An avec sa tradition de bonnes résolutions à prendre : suivre un régime amaigrissant, arrêter de fumer, faire plus de sport, manger moins de chips, etc.

Pour éviter la frustration et la culpabilité, malgré votre bonne volonté si vous manquez à vos promesses, je vous propose en trois temps, une petite recette infallible qui vous aidera à accueillir la nouvelle année sans stress et sans

angoisse.

1. Éviter de prendre des résolutions. De toute manière, vous ne les respecterez pas ou si peu.
2. Oubliez les résolutions et passez les fêtes avec des personnes qui n'en prennent pas, ainsi vous ne vous sentirez pas coupable de faillir à votre engagement.
3. Revoyez l'article (1) de la recette.

BONNE ANNÉE

*- Lillian Lanoue*



Les bonnes résolutions

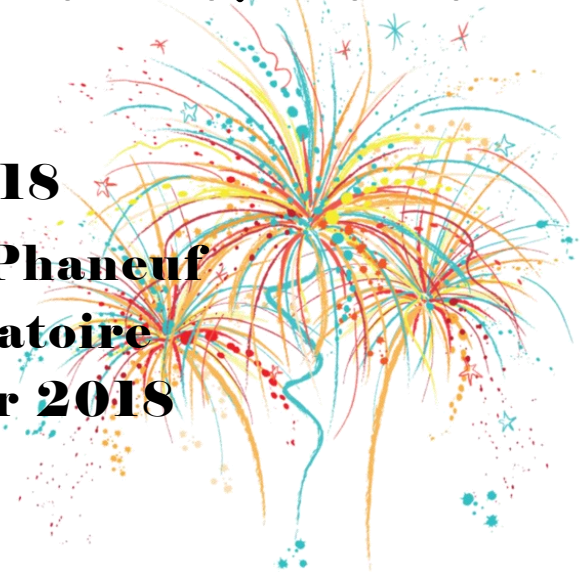
# Pendaison de crémaillère

**5 à 7**

**31 janvier 2018**

**390, rue Georges-Phaneuf**

**Inscription obligatoire  
avant le 24 janvier 2018**





## Divan de dinde

*Suggestion de Dominique Pariseau*

### Ingrédients

- 1 pied de brocoli
- 750 ml (3 tasses) de dinde cuite, coupé en cubes
- 1 boîte de crème de poulet de 284 ml (10 oz)
- 125 ml (1/2 tasse) de mayonnaise
- 30 ml (2 c. à soupe) de jus de citron
- 250 ml (1 tasse) de fromage mozzarella, râpé
- 4 à 6 tranches de pain (quantité suffisante de pain pour couvrir le dessus du plat)
- 80 ml (1/3 tasse) de beurre fondu

### Étapes

1. Préparer le brocoli en plusieurs bouquets et les blanchir 1 minute au four micro-ondes ou à l'eau bouillante. Refroidir à l'eau froide et bien égoutter.
2. Tapiser le fond d'un plat de pyrex de 23 cm (9 po) de bouquets de brocoli.
3. Ajouter les morceaux de dinde.
4. Mélanger la crème de poulet, la mayonnaise, le jus de citron et le fromage et déposer le tout sur la dinde.
5. Couper les tranches de pain en 4 et les badigeonner de beurre fondu.



## Les purées, c'est pas sorcier !

Un atelier pour les parents d'enfant en âge d'amorcer leur découverte alimentaire, ou qui attendent la venue d'un enfant d'ici quelques semaines.

Au menu, deux heures de préparation de purées maison dans un climat de causerie et d'échanges.

Le mardi le 30 janvier 2018, de 9 h 30 à 12 h

Où : Au Centre de femmes, 390, rue Georges-Phaneuf

Coût : 10 \$

Date limite d'inscription : Le mardi 23 janvier 2018

Pour plus d'information ou pour vous inscrire, communiquer avec nous au 450 346-0662.



## Rencontres d'information sur les cuisines collectives

Vous êtes intéressées par la cuisine collective et souhaitez connaître son fonctionnement? Le Centre de femmes vous propose deux rencontres d'information : en après-midi et en soirée.

Le mercredi 16 janvier 2018, de: 14 h à 15 h et 19 h à 20 h

Où : Au Centre de femmes, 390, rue Georges-Phaneuf

Date limite d'inscription : Le mardi 15 janvier 2018

Pour plus d'information ou pour vous inscrire, communiquer avec nous au 450 346-0662.



## Centre de femmes du Haut-Richelieu

390, Georges-Phaneuf  
Saint-Jean-sur-Richelieu,  
Québec, J3B 1K2

Téléphone: 450 346-0662  
Fax: 450 346-9195  
Courriel : [registrariat@cfhr.ca](mailto:registrariat@cfhr.ca)

**L'égalité sans limite**

Fondé en 1983, le Centre de femmes du Haut-Richelieu est un centre d'éducation populaire en condition féminine et à but non lucratif dont la mission est d'améliorer les conditions de vie des femmes en vue de leur permettre une participation égalitaire dans toutes les sphères de la société.

**LEITAO**  
**ON VOIT ROUGE!**

**ENGAGEZ-VOUS POUR LE COMMUNAUTAIRE**

**ACTIONS RÉGIONALES DU 7 FÉVRIER**

ENGAGEZ-VOUS POUR LE COMMUNAUTAIRE

ENGAGEZVOUSACA.ORG

The poster features a central image of a man in a black tuxedo with a red bow tie and a top hat. To his left is a black and white photograph of a crowd of people holding signs, with the text 'ENGAGEZ-VOUS POUR LE COMMUNAUTAIRE' overlaid. The background is a mix of blue and yellow with faint images of 100 dollar bills. A circular logo on the right contains the text 'ENGAGEZ-VOUS POUR LE COMMUNAUTAIRE' and 'SOCIÉTÉ FINANCIÈRE' around the perimeter.