



Se rappeler que chaque jour est un miracle de vie et que à chaque moment présent l'on peut choisir de le vivre dans l'émerveillement.

Un mot et un concept très important à retenir de l'année 2020 est RÉSILIENCE. Avec cette force intérieure l'on peut faire face à tout avec courage, créativité et véritable amour et compassion dans l'authenticité de notre être. Pour cette année 2021 ce sont mes meilleurs vœux d'où découleront la sérénité, la joie, la paix et la santé physique et mentale.

Bonne et merveilleuse année 2021.

Jeannine de Moissac
Présidente



Je vous souhaite à tous un beau Noël et une super année en 2021. Bien que cette année va passer à l'histoire, ce ne sera pas pour dire que nous avons été gâtés. C'est presque fini et il y a lumière au bout du long tunnel, garder la santé et la joie de vivre.

Réjean Leroux
Vice-président de la FAFA



Que l'année 2021 vous apporte de beaux moments pleins d'inspiration, de nouvelles idées, et surtout la réussite de vos projets les plus chers. Paix, santé et bonheur.

Véronique Lavoie
Secrétaire du CA de la FAFA

Meilleurs vœux et bonne et heureuse année 2021 à tous les membres de la FAFA!

Alfred Lukhanda
2^e vice-président de la FAFA



2020 est sur le point de nous quitter
Aujourd'hui, 2021 est à notre porte,
Un nouveau chapitre s'écrira
De nouvelles résolutions seront prises,
L'espoir d'une vie meilleure déjà se profile
Puissent les 365 prochains jours,
Vous garder en santé et en sécurité
Auprès des vôtres — à distance ou à proximité,
et vous apporter bonheur et prospérité.

Nicole Fortin
Représentante région Centre au CA de la FAFA



Meilleurs Vœux à tous!
Je souhaite à toutes et tous
1 an de prospérité
52 semaines de santé
12 mois de douceur
365 jours de splendeur
Une année de bonheur!

Alain Bertrand
Trésorier de la FAFA

St. Isidore

Club du bon temps

Ce fut une année super tranquille sans activités sur place, excepté la réunion annuelle en septembre. Mais plusieurs membres ont participé à ce qui s'est produit via Zoom.

Merci à toute l'équipe de la FAFA.



Jeanne-D'Arc Mailloux
Présidente du Club du bon temps
et représentante région Nord-Ouest
au CA de la FAFA

J'aimerais vous présenter une membre du Club qui a accepté avec grand plaisir de partager une partie de ses souvenirs, ça s'intitule :

Noël de mon Enfance

C'est le temps de Noël. Lorsque la quatrième chandelle de l'Avent est allumée, elle annonce la semaine la plus belle de l'année. Une semaine qui excite et est remplie de préparatifs pour le grand jour de Noël. Au jour de ma jeunesse, cette semaine remplissait mes rêves et faisait de moi l'enfant tant désirée de mes parents et enseignants. C'est-à-dire, une enfant sage qui ne se faisait pas prier d'écouter ce qu'on lui demandait mais qui était prête à aider autant que possible. Les préparatifs consistaient à être dans la cuisine et à faire de bons biscuits avec un glaçage à s'en lècher les doigts; des gâteaux et même des biscuits au gingembre pour suspendre dans l'arbre de Noël le 25 décembre. Le Noël de mon enfance n'était pas centré sur le Père Noël. Pour nous, c'était St. Nicholas qui venait le 6 décembre avec un Ange qui tenait un grand livre où toutes nos actions bonnes ou mauvaises étaient

écrites. Car Dieu sait tout et les Anges inscrivent tout dans le grand livre. Là, les enfants recevaient des cadeaux s'ils les méritaient selon le livre ou se trouvaient en gêne de ne rien avoir reçu (même là, ils avaient un tout petit cadeau avec la promesse de mieux faire l'année suivante). Non! Il n'y avait pas d'arbre de Noël jusqu'au 24 au soir. Tous les enfants allaient se coucher tout de suite après le souper car les Anges qui apportaient l'arbre de Noël et les cadeaux descendaient du ciel ce soir là (avec l'aide de papa et maman). L'arbre de Noël se trouvait une place d'honneur au salon avec un cadeau à chacun sous l'arbre. Il y avait aussi de vraies chandelles dans l'arbre que l'on surveillait avec soin. Les lumières de la maison étaient éteintes et seules ces chandelles éclairaient la pièce. Tout était décoré. Une fois réveillés, les enfants venaient au salon voir cette merveille que les Anges avaient apportée. Chacun recevait un cadeau en l'honneur de la fête de Jésus où l'on chantait devant la crèche au pied de l'arbre. Puis tous allaient se coucher car la messe du 25 décembre était spéciale pour dire merci au Seigneur pour toutes ses bontés. Les souvenirs reviennent chaque année et encore aujourd'hui, je prépare une assiette pour chacun où j'y dépose une orange, une pomme, des noix et du chocolat, des biscuits de chez-nous en gingembre ou de petits biscuits au beurre. Il y a sans faute du marzipan enrobé de chocolat (une pâte d'amande délicieuse). Nous chantons nos chants de Noël.

Maintenant c'est à mon tour d'aider les Anges à mettre un arbre au salon et mes petites lumières en forme de chandelle illuminant ce coin spécial. Certes, le Père Noël remplace le St. Nicholas mais nos histoires, nos coutumes, restent les mêmes si ce ne sont les lutins et le grand livre du Père Noël qui nous encouragent à aimer et à mieux faire d'une année à l'autre. Oui, je me souviendrai de tout cela, ici dans un petit village du nord le l'Alberta, et je sais qu'en Suisse, en France, en Allemagne, en Belgique et à travers les pays d'Europe, il y a des enfants qui attendent ce grand jour autant que moi.

Joyeux Noël et bonne année!

Madame Kay Glenn

St. Isidore, décembre 2020

Bonjour à toute la grande équipe de la FAFA,

Je m'appelle Elisabeth Ngo Ndjock, enseignante retraitée d'origine camerounaise et résidente d'Edmonton Sud. Je suis membre de la colonne : groupe des mamans dynamiques et membre de la FAFA. Mon premier contact avec la FAFA remonte au mois de novembre 2019 au cours d'un atelier organisé par le CEBEB sur « La maltraitance des aînés ». Depuis mon adhésion à ce jour, les programmes de la FAFA ont évolué en se diversifiant tout en tenant compte des besoins des aînés. La FAFA avait deux ou trois programmes hebdomadaires animés par appels téléphoniques quand j'ai intégré le groupe; il y avait aussi des programmes mensuels comme le Café-philo. La FAFA a pris un tournant décisif avec « Inter génération ». Les émissions ont commencé à se faire sur Zoom, le nombre de programmes a augmenté pour mieux accompagner la journée des personnes du troisième âge. Nous faisons de l'art et du bricolage, la découverte des arts, le plaisir des mots, la relaxation, etc. Le matériel de travail nous est fourni

par la FAFA. Je suis autant occupée que mes enfants et petits-fils qui vont au travail et à l'école. Chaque aîné trouve son compte dans les programmes de la FAFA. Mon souhait pour l'année 2021 est que la FAFA continue à valoriser et à défendre les intérêts de cette bibliothèque vivante que sont les personnes du troisième âge.

Cordialement.



Elisabeth Ngo Ndjock
Membre du groupe la Colonne
et représentante du groupe
directeur DiversAînés

Edmonton

Club de l'amitié Saint-Thomas

Par Germaine Lehodey

Comme partout ailleurs, les membres du Club de l'Amitié Saint-Thomas ont été touchés par l'arrivée de la Covid-19. Nous pensions qu'elle s'en irait vite, mais nous commençons à penser qu'elle s'attarde trop longtemps dans notre voisinage. Nous manquons nos rencontres amicales et le partage d'un délicieux repas préparé comme à la maison. Nous avons aussi tous connu les traditionnelles rencontres familiales et les savoureux repas du temps des fêtes. Pour Noël 2020, il a fallu se rendre à l'évidence : ce ne pouvait tout simplement pas être comme avant. Qui aurait pu prévoir ça? Tout de même, nous espérons que nos amis auront pu terminer l'année sur une note joyeuse. Que nous réserve la nouvelle année? Tout est dans le domaine du rêve, du désir, de l'attente. Nous espérons nous retrouver bientôt entre amis pour de joyeuses retrouvailles. Nous serons patients. Nos meilleurs vœux à tous nos amis de la FAFA et des groupes affiliés pour que l'année 2021 soit des plus heureuses.

Club des retraités d'Edmonton

Par Dolorès Cadrin, présidente du Club des retraités d'Edmonton

Malgré les conditions particulières que nous connaissons tous, le Club des retraités d'Edmonton a réussi à être présent auprès de ses membres et à leur offrir des activités diverses.

Comme nous l'avons fait depuis cinq années, nous avons offert, à partir du mois de septembre, des séances de yoga à plus de 25 personnes, à raison d'une heure deux fois par semaine. Ces sessions eurent lieu dans les locaux de la Girandole, aussi bien physiquement que virtuellement. Depuis le mois de novembre, ce n'était que virtuel.

Pour favoriser les liens entre nos membres, nous avons conçu des projets-échange :

- a) Projet partage recettes-santé. Quatorze personnes ont offert leurs recettes familiales préférées, avec photos à l'appui. Cela se continuera dans le courant de l'année.
- b) À la suggestion d'Éloi De Grâce, les membres ont aussi partagé leurs souvenirs de Noël d'antan. Sept membres ont soumis des textes dans lesquels ils évoquaient leurs vives expériences du passé. Les réactions ont été très positives. Ces rédactions de souvenirs se continueront cette année dans le but d'encourager les grands-parents et les parents à laisser des témoignages de leur vécu à l'intention de leurs enfants et leurs petits-enfants.

Comme c'est la tradition de fêter la veille du jour de l'An, notre club a décidé de faire un événement virtuel, le Bye Bye 2020. La soirée mettait en vedette les artistes bien connus, Larry Lynch, Daniel Gervais et Roger Dallaire. Plus de 100 personnes ont pu apprécier l'habile montage mené par Guérin Ouellet, l'hôte de la soirée.

Nous vous souhaitons, en cette année 2021, de garder foi en l'avenir tout en maintenant une ouverture vers les autres. Que 2021 vous apporte le réconfort et la certitude de temps meilleurs !

Souvenir de Noël d'antan

Par Éloi DeGrâce, décembre 2020

Dans ma tendre jeunesse, il y avait beaucoup de monde à la maison. J'ai quatre frères et quatre sœurs et une de mes grand-mères demeurait chez nous. Alors, au temps des fêtes, ça faisait plusieurs bouches à nourrir. Maman et grand-mère avaient chacune leurs recettes traditionnelles, des gâteries qu'on ne voyait qu'au temps des fêtes. Dix jours avant Noël, elles étaient affairées à cuisiner. Elles cuisinaient sans arrêt. Il leur fallait prévoir préparer suffisamment de douceurs (les biscuits et les gâteaux) pour rassasier la maisonnée entre Noël et les Rois (6 janvier). L'ingrédient le plus important, c'était les œufs. Dès la mi-septembre, grand-mère faisait sa provision d'œufs avant que les poules arrêtent de pondre pendant l'hiver. À chaque année, elle remplissait sa boîte à beurre en bois de sept ou huit douzaines d'œufs. Pour que les œufs tiennent bien en place, grand-mère les plaçait dans de l'avoine, le petit bout en bas. Elle mettait de l'avoine dans le fond de la boîte, y plaçait une quinzaine d'œufs, les couvrait d'avoine, ajoutait une autre quinzaine d'œufs et répétait l'opération jusqu'à ce que la boîte soit pleine. Ces œufs étaient conservés au frais, dans la cave. Grand-mère et maman avaient chacune leurs recettes personnelles. À chaque année, nous trouvions sur la table les « drop cakes » de grand-maman et ses fameux « mokas ». Maman nous préparait une bonne quantité de tartes aux raisins et quelques gâteaux au chocolat qu'appréciait tout spécialement papa. Dans la semaine avant Noël, c'était le temps du glaçage des gâteaux et des biscuits de toutes sortes que nous appelions des « galettes » en Acadie. À chaque soir, les deux cuisinières de la famille s'installaient sur la grande table à dîner et décoraient les galettes jusqu'à une heure avancée dans la soirée. En ce temps de l'année, le glaçage de couleur faisait son apparition de même qu'une grande variété de perles alimentaires multicolores. Nous, les enfants, nous observions nos deux cordons-bleus devenues artistes. Comme nous étions au temps de l'Avent, il n'était pas question de toucher ou encore moins de goûter à quoi que ce soit. Nous étions déjà dans l'ambiance de Noël. Nous avions tous hâte de nous retrouver autour de la table pour le réveillon au retour de la Minuit. En attendant, il fallait bien être patients, et l'attente, avec tant de délices sous les yeux, allait nous paraître bien longue. À vrai dire, nous avions déjà attendu presque un an avant de voir réapparaître ces gâteries du temps des fêtes. Enfin arrivait la veille de Noël. En soirée, maman et grand-mère préparaient la table pour notre retour de la messe de minuit. Il y avait de tout pour satisfaire nos petits ventres affamés. À voir cette abondance de bonnes choses à manger, nous ne rêvions qu'au retour de l'église. La messe de Minuit avec tous ses chants et la messe de l'aurore nous paraissaient interminables. Arrivés à la maison, nous pouvions enfin goûter à tout. Tartes, pâtés à la viande, gâteaux et biscuits multicolores : tout était si bon. Les deux cuisinières étaient contentes de constater qu'encore une fois leur cuisinage avait semé la joie dans la maison. Comme de raison, notre Noël gastronomique se continuait jusqu'aux Rois. Après les fêtes, s'il lui restait des œufs, mémère faisait ses fameux flans aux œufs. Mais, ce n'est probablement pas ce que vous pensez...

Bonnyville

Club de l'aurore



René Champagne
Président du Club de l'aurore
et représentant région
Nord-Est au CA de la Fafa

Oui, nous sommes toujours là, pas en groupe mais en tant qu'individu. Nos contacts se limitent à des courriels ou des téléphones, et aussi à des rencontres rares derrière le « masque » parfois à l'église ou à l'épicerie. Il faut dire que la distanciation commence à être difficile à endurer, et nous avons hâte de recevoir notre vaccin. Nous avons reçu un chèque de Nouveaux Horizons pour notre projet avec des tablettes (iPads), mais impossible de lancer le projet avant la fin de février. Nous ferons de la planification et du recrutement de membres et autres qui désirent suivre une formation avec cette technologie. Pour remplacer notre souper de Noël, le club a offert une petite gâterie à ses membres, un petit cadeau bien reçu pour briser la solitude. Nous espérons qu'avec la fonte des neiges nous pourrions reprendre nos rencontres et nos sorties en groupe. Parti vers le Père dans les derniers mois, André Vincent, Ella Wanat et Maria Lafond, tous des membres de très longue date.

Aux personnels de Fafa et autres clubs, nous souhaitons une bonne année, de la santé, des bonnes visites sur Zoom, FaceTime, etc. et n'oubliez pas de bouger.

Calgary

Club de l'amitié



Danielle Launière
Présidente du Club de l'amitié
de Calgary et représentante
région Sud au CA de la Fafa

Voici ce qui s'est passé pour le Club de l'amitié depuis septembre. Le conseil d'administration s'est réuni par conférence téléphonique 3 fois, pour faire la programmation d'automne, hiver et printemps ainsi que la préparation pour l'A.G.A. qui aura lieu virtuellement le 22 janvier. Nous sommes allés au théâtre Jubilation le premier octobre avec 30 membres, la seule activité du club depuis mars 2020. Nous avons encouragé nos membres à participer aux activités virtuelles organisées par la Fafa. Les élèves de huitième de la classe de Mme Anne-Claire Chevalier de l'école St. Michael ont fait un projet de parrainage, 35 de nos membres ont reçu un bas de Noël et deux ornements faits de leur main ainsi qu'un mot d'encouragement. Les récipiendaires en ont été très touchés. Merci à tous ces élèves et à leur enseignante.

J'aimerais profiter de l'occasion pour souhaiter à tous une bonne et heureuse année et l'espérance de pouvoir se réunir bientôt dans la joie.

Saint-Paul

L'ACFA régionale de St-Paul

En cette période de Noël, l'ACFA régionale de Saint-Paul vous souhaite un joyeux temps des Fêtes; nos pensées se tournent avec gratitude vers ceux et celles qui rendent possible notre succès. Nous profitons de cette occasion pour vous dire merci.

Joyeux Noël et bonne année à tous!

Fafa

8627, rue Marie-Anne-Gaboury (91 St.), bureau 112
Edmonton AB T6C 3N1

Courriel : bureau@fafalta.ca
Site Web : www.fafalta.ca