

POUR LA SUITE DU MONDE...

Bulletin d'information à périodicité variable
de l'Association des professeures et professeurs retraités
de l'Université du Québec à Montréal

n° 8 / décembre 1998

APR-UQAM 

ISSN 1480-9192

Les membres du conseil
d'administration de
votre association
vous souhaitent...

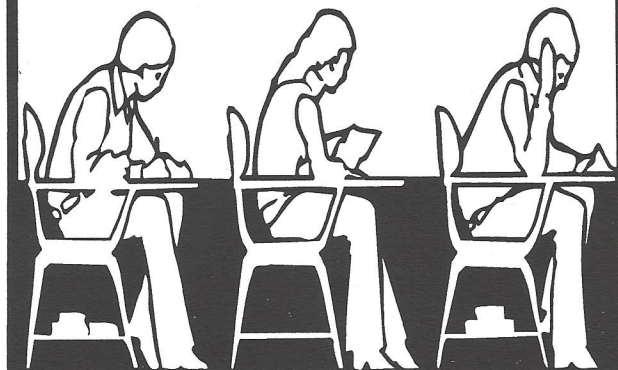


... que la nouvelle année
vous trouve en santé
au milieu des gens
qui vous aiment.

Association des professeures et professeurs retraités
de l'Université du Québec à Montréal – APR-UQAM
Bureau A-R050 [SPUQ]
Université du Québec à Montréal
Case postale 8888, succ. Centre-ville
Montréal QC H3C 3P8
Président : Éric Volant / pres@apr-uqam.org
Directrice du Bulletin : Rachel Desrosiers
racheld@canelle.telecom.uqam.ca / 514-935-8715

Sommaire

« Le présent est gros de l'avenir » <i>Éric Volant</i>	2
Roman pour rire ou grincer des dents ? <i>Noël Audet</i>	3
Tableau comparatif des associations de retraités à portée générale au Québec et au Canada <i>Roch Meynard</i>	3 et 4-5
Barbara McClintock et la génétique <i>Yvon Pageau</i>	6
<i>In memoriam...</i> Mireille Lafortune	6
Piège bien qui pige bien <i>Pierre G. Robineault</i>	7
Activités culturelles et sociales, programme de l'hiver 1999	7
Un grand voyage... et un long arrêt <i>Bernard Lefebvre</i>	8
L'Association a maintenant son propre site Web <i>Roch Meynard</i>	8



Le générique masculin est utilisé, sans intention discriminatoire
aucune, pour alléger le texte et en faciliter ainsi la lecture.

« Le présent est gros de l'avenir » (Leibnitz)

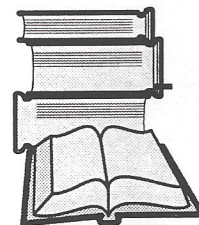
Bientôt nous brandirons nos agendas 1999 et, à travers la grisaille de cette fin de siècle, nous verrons poindre l'aube de l'an 2000. Un long millénaire s'achève, qui a vu défiler des empereurs et des saints, discourir des génies et des idiots, surgir des guerres et des oeuvres d'art. Un nouveau millénaire approche dont nous sommes incapables d'esquisser les traits, à cause de notre ignorance du futur. Au firmament de la littérature contemporaine, certains titres à saveur apocalyptique annoncent « la fin du travail », « la fin de l'histoire et le dernier homme », « la défaite de la pensée », « l'humanité perdue », « l'effondrement de l'Occident ». Nous est-il quand même permis d'espérer ? Les femmes et les hommes de demain ne seront sans doute ni meilleurs ni pires que ceux d'hier ou d'aujourd'hui. L'erreur est humaine, l'horreur aussi. Ce n'est qu'au moment où l'homme s'oublie qu'il crée de la beauté et révèle sa bonté.

Émouvants, ces Bourgeois de Calais qui, pour le salut de leur cité, marchent vers la mort volontaire. Dans des sculptures géantes, Rodin a su magistralement exprimer la noble douleur et l'honneur blessé de ces grands citoyens. Leur lente procession vers un destin tragique a une valeur de symbole. Aujourd'hui encore, on espère pouvoir imaginer que des aînés, préférant la sagesse à leurs privilèges, se lèvent et abandonnent leurs revendications même légitimes en faveur des plus jeunes ou des plus pauvres de la société. En effet, une terre habitable n'est pas seulement celle où les droits des individus sont respectés et où l'on vise le déficit zéro, mais celle où les élans d'altruisme et de compassion l'emportent sur le froid calcul des intérêts personnels. Cette utopie va à l'encontre de l'éthique comptable des moeurs contemporaines, mais elle possède la force d'éveiller en nous le rêve de la libre gratuité entre les générations, les classes sociales et les ethnies. Plus que la raison et la loi, ce sont la bienveillance et la solidarité, le bon vivre et l'être bon qui donnent du goût à l'existence.

Dans cet esprit de libre gratuité, vous avez sans doute manifesté votre générosité à la campagne de Centraide. Or, comme universitaire, c'est l'avenir de l'UQAM qui vous tient à coeur. Ce ne sont ni les bâtisses ni les structures qui

font l'Université, mais la formation intellectuelle des étudiants. Au développement de leur savoir et de leur sens critique, il nous est loisible de contribuer par des dons à la Bourse de l'APR-UQAM, créée par notre Association pour des étudiants du premier cycle. À cette fin, la Fondation de l'UQAM fera bientôt appel à votre grande générosité.

Au nom du Conseil, je suis heureux de vous offrir mes meilleurs voeux de bonne année et de bonne santé. Dans un même mouvement, je souhaite également que notre Association puisse s'accroître en nombre et poursuivre des démarches qui répondent à vos besoins tant au plan universitaire qu'au plan social. Un événement important est à signaler : le 2 décembre dernier, les délégués des associations des retraités de l'UQ se sont entendus sur un projet de *Statuts et règlements généraux de la Fédération des retraités et retraitées de l'Université du Québec*. Ils ont décidé de tenir la réunion de fondation de la Fédération en mars 1999. Ce nouveau regroupement aura pour but « de contribuer activement à la mise en commun des préoccupations à incidences collectives pour l'amélioration des conditions de vie des retraités de l'UQ ».



Bonne nouvelle du front des assurances collectives ! Du côté patronal, l'imperméabilité face à toute révision (comme la lettre signée du vice-président Michel Leclerc et publiée dans le Bulletin précédent semblait l'attester) s'est dissoute durant la période estivale. La partie patronale est toujours d'avis que le Comité Leblond a sous-estimé les coûts supplémentaires occasionnés par l'intégration des retraités de 65 ans et plus, mais elle a confirmé à la table réseau de négociation qu'elle commandera des études actuarielles sur les couvertures d'assurances collectives des retraités de l'Université du Québec. Espérons que, dès la fonte des neiges, grâce au pouvoir de négociation de la nouvelle Fédération, ce dossier se règlera à l'avantage de tous, mais surtout de nos plus vieux collègues qui sont privés d'assurance-vie ou d'assurance-santé.

Éric Volant, président

Roman pour rire ou grincer des dents ?

J'ai écrit *La Terre promise, Remember!* en travaillant fort, mais aussi en m'amusant beaucoup à mesure que je prenais du recul par rapport à notre histoire. Je me moque d'abord de moi-même et je taquine en effet gentiment les Québécois que nous sommes devenus en 1998, que nous avons toujours été peut-être.

Il n'y a rien de plus sain pour un peuple que de se regarder dans le miroir de l'humour — ce qui nous fait cruellement défaut, dans le domaine politique en tout cas. J'ai voulu dédramatiser les choses en démythifiant nos héros, en posant autrement la question de notre identité, en rejouant les référendums perdus sans qu'on arrive à comprendre les raisons de ces échecs. Et à travers mes recherches historiques j'aurai découvert que ce n'est pas le peuple québécois qui a des problèmes d'identité, ce sont plutôt les politiciens qui refusent d'entendre ce que les Québécois leur disent depuis des siècles.

Bien sûr, mon roman est carnavalesque et même un peu burlesque sur les bords. Mon narrateur voyage au dos d'un cochon nommé Remember, qui vole à travers l'espace et le temps : ce dernier est aussi une sorte de savant ou d'intellectuel gardien de la mémoire du passé. Il me fallait cette forme pour passer à travers l'histoire du Canada sans périr. Pour la revoir sous un autre angle également.

Le carnavalesque est une vieille forme littéraire qui remonte à Rabelais mais est toujours utilisée en Europe centrale, en Amérique latine surtout. On pourrait le définir comme la rencontre de la culture populaire (le langage du peuple, ses chansons, son irrévérence, ses sacres — qui sont en fait une désacralisation du sacré), bref la rencontre de la santé populaire avec la culture sérieuse et même savante. C'est grâce à ce regard populaire que surgit une remise en question des idées reçues et des mythes confortables dont on aime s'entourer. En d'autres termes, le fait de mettre en contact la culture populaire et la culture sérieuse produit une véritable déflagration dans les deux direc-

tions : les certitudes habituelles risquent de s'effondrer et la culture populaire laisse voir sa santé mais aussi ses limites. Cela est fascinant.

La Terre promise, Remember! raconte donc l'histoire d'une famille québécoise saisie à quatre moments charnières de l'histoire. Ça commence avec Jacques Cartier (dans le regard duquel étaient contenus nos ancêtres) qui raconte des menteries aux Sauvages pour se les attacher (il prétend que la croix qu'il plante à Gaspé est une simple balise de navigation — fait attesté dans l'histoire); ça continue avec Montcalm, qui perd la bataille des plaines d'Abraham, mais que l'on décrit comme un général presque victorieux; puis avec Duplessis qui nous sauve par-dessus l'Église; et ça se termine avec un référendum presque gagnant sur la souveraineté, dont pourtant trois Québécois sur quatre ne veulent pas. Il y a tout de même de quoi se réjouir, non? avec les Québécois qui ne s'amusent jamais autant qu'en période électorale. Voilà pour la trame politico-humoristique du roman.

Il y a aussi la trame familiale qui ressemble à celle de *L'Ombre de l'épervier*, en plus drôle bien sûr. Témoin, cette coutume que les premiers coureurs des bois ont empruntée aux Amérindiens — en en pervertissant le sens — de « courir l'allumette », c'est-à-dire de se fiancer indéfiniment dans chaque village indien qu'ils rencontraient. Et les ancêtres Doucet ne s'en sont pas privés...

Devant cet humour romanesque et une carnavalisation du littéraire, la critique journalistique semble décontenancée. Il y a pourtant au moins un auteur québécois qui a su en tirer profit, soit Jacques Ferron. Ce qu'il a pu prendre plaisir à mettre en contact la culture populaire et l'autre, en jetant son grand rire jusque sur la gent politicienne. Je terminerai en disant que la critique manque de classe, en ce sens qu'elle devrait refaire ses classes si elle n'a encore compris ni la source, ni le rôle de l'humour et de l'ironie dans la littérature universelle.

Noël Audet

Perspectives d'engagement social

Pour vous permettre de mieux connaître les associations de retraités dont vous pourriez songer à devenir membre, ou auprès desquelles vous pourriez envisager de faire du bénévolat, nous vous présentons aux pages 4 et 5 un *Tableau comparatif des associations de retraités à portée générale au Québec et au Canada*.

Roch Meynard

Renseignements comparatifs sur les associations de retraités à portée générale au Québec et au Canada

	AQDR	FADOQ	FORUM	E.N.C.O.R.E.	CARP
Nom de l'association	Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées	Fédération de l'Âge d'Or du Québec (FADOQ)	Forum des citoyens aînés de Montréal / Senior Citizens' Forum of Montreal	E.N.C.O.R.E. Educational Club for Seniors / Club éducatif de retraités E.N.C.O.R.E.	Canadian Association of Retired Persons
Coordonnées	Bureau 105 1160, boul. Saint-Joseph Est Montréal QC H2J 1L4 Tél. : 514-526-3845 Fax : 514-526-7151	4545, av. Pierre-De Coubertin Case postale 1000, succ. M Montréal QC H1V 3R2 Tél. : 514-252-3017 Fax : 514-252-3154	660, rue Villieray, 2 ^e étage Montréal QC H2R 1J1 Tél. : 514-270-8464 Fax : 514-270-7107	E.N.C.O.R.E. Educational Club for Seniors 360 St. Jacques St. West, Suite 310 Montréal QC H2Y 1P5	1304-27 Queen St. East Toronto ON M5C 2M6 Tel. : 416-363-8748 Fax : 416-363-8747
Date de fondation	1979	1970	1965	1975	
Structure d'organisation	Une association regroupant tous les membres (secrétariat à Montréal), 40 sections locales, 8 regroupements régionaux.	La Fédération, dont le secrétariat est situé à Montréal, compte 16 regroupements régionaux auxquels près de 900 clubs de l'Âge d'Or sont affiliés.	Une association regroupant tous les membres (secrétariat à Montréal).	Une association regroupant tous les membres (secrétariat à Montréal).	Une association regroupant tous les membres (secrétariat à Toronto).
Types de membership	Membres individuels de 50 ans et plus, retraités ou non.	Membres individuels et membres de clubs de 50 ans et plus, retraités ou non.	Personnes de 50 ans et plus; organismes sans but lucratif de personnes âgées; organismes publics, parapublics et privés	Membres individuels	Membres individuels de 50 ans et plus, retraités ou non.
Membership	~ 10 000 membres	~ 275 000 membres	Membres individuels : ~ 300 Membres collectifs : 70 (y compris six sections locales)	546 membres au 1998 10 31.	~ 240 000 membres.
Frais d'adhésion annuels	10 \$	16 \$ (peut varier d'une région à l'autre)	Membres individuels : 10 \$ OSBL de pers. âgées : 25 \$ Organismes : 35 \$	20 \$. L'inscription pour chacune des activités coûte entre 11 \$ et 25 \$.	15,95 \$ (inclut le conjoint si les deux sont membres)
Bulletin d'information	La force de l'âge (4 par an). Vol. 2, n° 3 (octobre 1998). Constitué essentiellement de pages individuelles préparées par les régions. Certaines sections locales ont leur propre bulletin; par ex. la section de Saint-Hubert publie L'équipe environ 10 fois par an.	Virage (5 n°s par an), disponible en kiosque (3,25 \$). ISSN 1483-8796. Vol. 8, n° 2 : déc. 1998 - janv. 1999. La majorité des regroupements régionaux publient un bulletin d'information distribué à leurs membres.	Inter-action (trimestriel). Vol. 6, n° 4 : juin 1998. Bulletin Info-Eclair. Vol. 7, n° 4 : octobre 1998.	Programme bimestriel des activités (en anglais).	CARPNews (bimestriel, en anglais), disponible en kiosque (3,95 \$). ISSN 1198-9408. Vol. 14, n° 5 : oct. 1998.
Site Internet	www.aqdr.qc.ca	www.fadoqmontreal.org (site Internet de la FADOQ-Région Île-de-Montréal)			www.fifty-plus.net
Énoncé de raison d'être et objectifs généraux	L'AQDR vise la défense des droits politiques, économiques, sociaux et culturels tout en procurant aux personnes retraitées et préretraitées des moyens et des informations pour se prendre de main et évoluer dans un milieu sain. Objectif majeur : transformer les conditions de vie à la retraite. [AQDR, doc. d'information]	La FADOQ veut <ul style="list-style-type: none"> • promouvoir un concept positif du vieillissement; • encourager le maintien de l'amélioration de la qualité de vie et de l'autonomie des aînés; • initier et soutenir l'organisation d'activités physiques et de loisirs. 	Le Forum est une association de personnes de 50 ans et plus et d'organismes participant à une action sociale dans le but d'améliorer la qualité de vie des aîné(e)s et de contribuer au bien commun de la société. [Dépliant du Forum]	E.N.C.O.R.E. réunit des retraités qui s'adonnent à des activités intellectuelles et physiques dans le but de contribuer à leur enrichissement personnel. Le groupe est autosuffisant. Il offre à chacun l'occasion d'établir des amitiés durables et de développer ses talents propres.	

	AQDR	FADOQ	FORUM	E.N.C.O.R.E.	C.A.R.P.
Objectifs particuliers	<p>L'AQDR revendique pour les retraités et préretraités :</p> <ul style="list-style-type: none"> • un revenu décent, au-dessus du seuil de la pauvreté; • un logement convenable et à prix abordable; • des services et des soins à domicile pour soutenir leur autonomie; • l'égalité en droit et en fait des femmes et des hommes; • l'accessibilité universelle et gratuite des services de santé et des services sociaux. <p>[AQDR, doc. d'information]</p>	<p>La FADOQ se donne les objectifs suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Redonner aux aînés une nouvelle fierté en les revalorisant à leurs propres yeux comme à ceux de la société. • Remettre entre les mains des aînés la gestion de leurs affaires. • Faire découvrir aux aînés le goût des activités collectives. • Améliorer l'état général de la santé d'un bon nombre d'entre eux. • Redonner aux aînés un sens à leur vie en leur offrant une philosophie de pensée et d'action positive. • Attirer sur le mouvement des aînés l'attention et le soutien des corps publics et privés. • Obtenir des réductions de coûts et des privilèges en certains domaines. 	<p>Le Forum se donne les objectifs suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Assurer le bien-être des personnes âgées par la défense de leurs droits et la recherche de solutions menant à l'amélioration de leur qualité de vie. • Promouvoir la participation sociale des membres aux comités et groupes de travail du Forum et dans toutes les sphères d'activités reliées aux personnes âgées. • Planifier et organiser des actions collectives. • Diffuser l'information concernant la situation des personnes âgées auprès de ses membres, d'organismes divers, des médias et des autorités concernées. <p>[Dépliant du Forum]</p>	<p>FADOQ - Région des Laurentides 148, ch. Watchorn, case postale 482 Morin Heights QC J0R 1H0 Tél. : 450-226-1313 Fax : 450-226-5930</p> <p>FADOQ - Région Rive-Sud-Suroît 6A, ch. Grand-Bernier Sud Saint-Jean-sur-Richelieu QC J3B 4P8 Tél. : 450-347-0910 Fax : 450-347-6385</p>	<p>C.A.R.P. endeavors :</p> <ul style="list-style-type: none"> • To preserve and protect 50-plus rights. • To provide meaningful, useful information on 50-plus lifestyle choices and key political and economic issues. • To negotiate group discounts and other special offers for members. <p>C.A.R.P. lobbies vigorously on behalf of its members and all those over 50 in Canada. It is the most frequently quoted and consulted seniors organization in Canada.</p> <p>C.A.R.P. also lobbies Provincial Governments to represent the 50-plus on issues of provincial concern.</p> <p>[Site Internet de la CARP]</p>
Sections locales ou régionales autour de Montréal		<p>FADOQ — Sections locales ou régionales autour de Montréal</p> <p>FADOQ - Région Île-de-Montréal 7378, rue Lajeunesse, bur. 217 Montréal QC H2R 2H8 Tél. : 514-271-1411 Fax : 514-271-1640</p> <p>Le Conseil de l'Âge d'Or, région de Lanaudière 654, rue Bousquet Joliette QC J6E 2E4 Tél. : 450-759-7422 Fax : 450-759-7422</p>		<p>FADOQ - Région de Laval 1450, boul. Pie-X, bureau 203 Laval QC H7V 3C1 Tél. : 450-686-2339 Fax : 450-686-4845</p> <p>AQDR, section Montréal-Nord 5116, rue Amos Montréal-Nord QC H1G 2X6 Tél. : 514-955-6036 Fax : 514-328-7837</p> <p>AQDR, section Saint-Michel 7501, rue François-Perreault, bureau 8 Montréal QC H2A 1M1 Tél. : 514-374-7943 Fax : 514-374-4916</p>	
Congrès, assises générales	<p>Congrès annuel en juin. Assemblée des présidents en septembre.</p>	<p>Congrès annuel en juin.</p>			
Vérification des informations	<p>Informations vérifiées le 17 nov. 1998 auprès de Mme Huguette Beauchamp.</p>	<p>Informations vérifiées le 23 nov. 1998 auprès de Mme Nicole T. Moir, directrice générale.</p>	<p>Informations vérifiées le 12 nov. 1998 auprès de M. Henri Gervais, secrétaire général.</p>	<p>Informations vérifiées le 21 nov. 1998 auprès de Mme Shirley Gowling.</p>	<p>Informations extraites de la documentation disponible.</p>

Barbara McClintock et la génétique

Tout homme bien portant est un malade qui s'ignore.
Jules Romain. *Dr Knock.*

Les gènes contrôlent tous nos caractères physiques, bons et mauvais, peut-être même nos dispositions (talents pour la musique, les mathématiques, les arts, etc), voire même, selon certains auteurs, nos humeurs et nos comportements. Nous ne sommes plus libres ! Les gènes sur les chromosomes travaillent en paires (l'un est d'origine paternelle, l'autre d'origine maternelle). Si les parents ont un des deux gènes pour la surdité, un enfant sur deux (50 %) sera sourd. C'est une loi de Mendel.

On sait que les chromosomes sont faits d'ADN qui code des gènes. Jusqu'en 1950, on croyait dur comme fer que les gènes étaient fixes. Mais en 1951, Barbara McClintock annonce que certains gènes sont mobiles, sautent d'un endroit à l'autre. La stabilité du génome, pour ne pas dire de notre personnalité, est en péril. Le dogme de la fixité des gènes est menacé. C'est une hérésie.

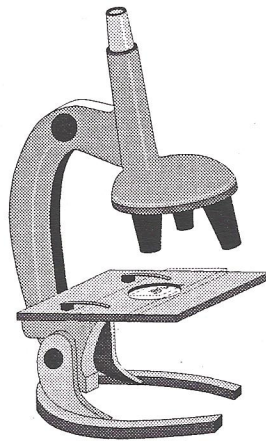
Pourtant, Barbara McClintock n'était pas une inconnue. En 1927, à 25 ans, elle obtenait un Ph. D. en sciences de Cornell. En 1931, elle avait fait avec Harriet Creighton une découverte sensationnelle, à savoir la recombinaison des chromosomes lors de la division des cellules sexuelles (ovules et spermatozoïdes). En 1939, elle devenait vice-présidente de la Genetics Society of America, puis présidente en 1944. En 1945, elle devient membre de National Academy of Sciences. Un statut prestigieux.

Malgré ses réalisations, sa découverte des gènes sauteurs sera ignorée par ses collègues. En 1950, presque tous les généticiens travaillaient sur la drosophile et la bactérie. McClintock travaillait sur le maïs, qui compte 20 chromosomes (10 paires) et dont les générations se suivent aux années, alors que la drosophile ne compte que 8 chromosomes (4 paires) et les générations se suivent aux quinze jours. C'est beaucoup plus facile et les résultats sont plus rapides. Quant aux bactéries, elles n'ont qu'un seul chromosome, et les générations se suivent aux 20 minutes. Mais la patience de McClintock n'a d'égal que son esprit d'observation, son imagination et sa détermination. Célibataire, elle travaille plus de 15 heures par jour : la science, c'est toute sa vie. Elle travaille à la

station d'été de Cold Spring Harbour à Long Island (N.Y.), un centre de recherche du célèbre Carnegie Institute de Washington. Elle y fera toute sa carrière. Elle ne sera jamais professeure; elle n'aura jamais (ou presque) de secrétaire ou d'assistante.

Mais l'idée des gènes mobiles fait son chemin. En 1975, elle reçoit un premier prix, puis ce sera les prix Lasker, McArthur, etc. En 1983, à l'âge de 80 ans, c'est la consécration : elle reçoit le prix Nobel de médecine. Depuis des années, le prix était attribué à deux ou trois personnes. Cette fois, il est décerné à une seule personne, et c'est une femme. L'Institut Karolinska de Stockholm veut ainsi souligner que la découverte des gènes mobiles est l'oeuvre de McClintock, et d'elle seule, envers et contre tous.

En fait, McClintock démontrait que des gènes s'exprimaient grâce à un gène voisin, appelé activateur, et qu'ils étaient parfois inhibés par un autre.



Puisque toutes les cellules de notre corps portent nos 46 chromosomes (23 paires), comment se fait-il que personne n'ait compris pourquoi les gènes de l'hémoglobine des globules rouges du sang ou ceux de l'insuline, qui contrôle le taux du sucre dans le sang, ne produisent pas les mêmes substances dans les cellules de la peau ou celles des muscles ? C'est parce que dans ces cellules, il y a un gène qui inhibe ceux de l'hémoglobine et de l'insuline. McClintock l'avait prédit. Aujourd'hui, on pense que les oncogènes (les gènes de cancer) sont des gènes normaux dont le gène inhibiteur a été modifié par un activateur, de sorte que la cellule se met à

proliférer pour devenir tumeur. C'est un développement anarchique avec métastases. Cette hypothèse se situe dans le prolongement de la découverte de McClintock. Lewis, prix Nobel de médecine 1995, a montré qu'une foule de gènes sont à l'oeuvre durant le développement embryonnaire, pour cesser leur action après la naissance. Ce phénomène découle des gènes inhibiteurs de McClintock. Les gènes sont donc labiles.

Nous sommes bien fragiles. Le vieillissement accélère cette fragilité. Contre le vieillissement, une seule médecine : l'activité physique.

Presque tous les hommes meurent de leurs remèdes et non de leurs maladies. Molière

Yvon Pageau

In memoriam...

Nous avons le regret de vous annoncer une autre perte chez les professeurs retraités de l'UQAM : celle de notre collègue Mireille Lafortune, décédée le 27 novembre 1998, à l'âge de 63 ans. À la famille de Mireille Lafortune, à ses amis et à ses collègues du Département de psychologie, nous exprimons nos sincères condoléances.

Piège bien qui pige bien

« Bonjour Pierre, Rachel Desrosiers! » (Jusque là tout va bien, mais je sens qu'on s'apprête encore une fois à me demander de collaborer à quelque chose.) « Pierre, tu as travaillé durant plusieurs années dans le domaine de la gérontologie ... », « ... tu t'es occupé, avec Carette, de la préparation de nos collègues à leur retraite ... » (Sept années durant, et Rachel ne sait peut-être pas que Jean et moi sommes à l'origine de la création de notre association.) « Peut-être accepterais-tu de rédiger un article pour notre bulletin d'information ? » (Ça y est, je le savais ! Oui, peut-être, mais je n'en ai pas vraiment le goût, ai-je spontanément pensé, récepteur trop serré à la main.) « Compte tenu de ton expertise, peut-être pourrais-tu suggérer quelques exercices physiques ... » (En matière de retraite, la continuité, ce n'est pas tout-à-fait ma tasse de thé !) « Quelqu'un m'a dit aussi que tu n'étais pas trop mauvais ni bête en cuisine ... » C'est à ce moment que l'enthousiasme m'a emporté. Sans le savoir, Rachel venait tout juste de toucher la vraie personne retraitée que je suis devenu. J'ai conclu cet appel téléphonique en promettant de lui présenter un texte.

Trois théories psycho-sociales du vieillissement permettent à la personne retraitée de choisir sa propre stratégie, selon sa personnalité et bien d'autres facteurs. La théorie du désengagement, en vertu de laquelle certains retraités se désengageraient graduellement de leurs responsabilités habituelles et de plusieurs de leurs échanges avec la société. La théorie de l'activité, laquelle suggère qu'une retraite ne sera considérée réussie que si la personne a su maintenir en tout temps un niveau important d'activité. Et la théorie de la continuité, qui reprend essentiellement l'idée couramment répandue à l'effet que l'on vieillit comme l'on a vécu ; le passé conditionnerait en quelque sorte l'avenir. Passons au plus court, voici donc ma propre stratégie. La continuité, pas question pour moi ! C'est d'ailleurs ce qui m'a le plus inquiété jusqu'ici à propos de mes collègues de l'APR-UQAM, sauf peut-être depuis la parution de son dernier bulletin. Jusque là, ceux et celles que je voyais le plus souvent présents aux réunions me semblaient avoir bien du mal à se défaire de leurs intérêts universitaires. Moi, j'ai coupé, complètement. Je me

suis désengagé ! Mais je reste actif, mon temps passe vite, il m'en manque toujours pour ce que je désire faire, ce qui inclut un certain bénévolat de mon propre crû. Plusieurs intérêts m'animent et me passionnent, dont la popote amicale. Peut-être y a-t-il parmi vous des personnes qui comme moi vivent activement leur désengagement et qui auraient le goût de partager ? Voici donc ma première contribution, un plat à la fois simple et délicieux, facile à cuisiner avec presque rien.

Pizza de pommes de terre

(2 pers. en plat principal, 6 en plat d'accompagnement)

Ingrédients :

4 ou 5 pommes de terre coupées en tranches fines
1 gros oignon coupé en tranches fines
2 à 3 c. à table d'huile d'olive
1 petit poivron rouge coupé en fines lanières
125 g de champignons
2 gousses d'ail hachées finement
1 c. à table de persil frais, haché finement
1/2 c. à thé de sel
1/4 de c. à thé de romarin séché
(réduit en poudre de préférence)
1/4 de c. à thé de poivre
1/2 tasse de fromage mozzarella ou provolone râpé
1/4 de tasse de parmesan fraîchement râpé.

Dans un bol, enrober les pommes de terre d'huile d'olive. Faire revenir l'oignon, le poivron rouge, les champignons et l'ail dans un peu d'huile et de beurre. Badigeonner d'huile une plaque à pizza (ou deux assiettes à tarte). Y étendre les pommes de terre en les superposant et saupoudrer de sel, de poivre et de romarin. Cuire au four préchauffé à 450 °F pendant 15 minutes ou jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres, dorées et croustillantes. Parsemer le persil, le fromage mozzarella et le parmesan, poursuivre la cuisson au four de 5 à 8 mn ou jusqu'à ce que le dessus de la pizza soit bien doré. (Il s'agit plutôt d'un plat d'accompagnement qui pourrait être présenté formé par un emporte-pièce. Mais lorsqu'on lui ajoute un reste de jambon en dés ou en lanières, il devient alors un plat principal pour deux personnes, simple et délicieux).

Pierre G. Robineault

Activités culturelles et sociales de l'Association

Programme de l'hiver 1999

19 janvier	12 h	Dîner au Salon des professeurs, suivi vers 13 h 30 du lancement officiel du site Web de l'APR-UQAM < http://www.apr-uqam.org >
16 février	12 h	Dîner au Salon des professeurs.
23 mars	12 h 15 14 h 15	Dîner au Salon des professeurs. Conférence et discussion : « Diverses lectures de notre histoire », avec Alfred Dubuc, professeur retraité du Département d'histoire de l'UQAM.
20 avril	13 h 45 14 h	Rencontre au métro Square Victoria (coin Saint-Jacques et McGill). Visite du Vieux Montréal, section ouest, avec François Rémillard, historien. 10 \$

Un grand voyage... et un long arrêt

Benoît Gendreau, qui ne le connaît pas ! Au SPUQ comme au Département des sciences de l'éducation, il était l'homme des relations interprofessionnelles. Il a aussi été le premier trésorier de l'APR-UQAM. Populaire auprès des étudiants, il était un grand conseiller sur toutes les questions portant sur le système scolaire du Québec. Homme au verbe haut et coloré, les étudiants n'avaient jamais l'occasion de somnoler pendant ses cours.

Puis, à la retraite, il voyagea aussi loin que l'Inde et l'Australie. Ce printemps, avec sa conjointe Denise, il fit caméscope en main un périple européen de cinq semaines en France, en Belgique, en Hollande, en Allemagne et en Autriche.

Juin le ramène à sa villégiature estivale dans l'Outaouais. Et c'est là qu'il y a un « mais... ». Toujours agile, il grimpe à une échelle empruntée au gentil voisin. Un barreau cède et le voilà en chute libre. Son noble front heurte un muret de ciment et l'un de ses pieds atterrit en catastrophe, subissant des fractures multiples.

Que c'est pénible pour un homme aussi actif que lui de se trouver immobilisé pendant tout un été. Avec l'automne qui arrive, il se relève vaillamment sur deux béquilles et a hâte de les jeter au feu.

Benoît, tes collègues retraités te souhaitent un prompt rétablissement.

Bernard Lefebvre

www.apr-uqam.org

L'Association a maintenant son propre site Web

Pour visiter *votre* site, il suffit de taper **www.apr-uqam.org** (dans Netscape Navigator ou Communicator, **apr-uqam** suffira : le navigateur développera automatiquement l'adresse officielle du site).

Quand vous recevrez votre exemplaire du Bulletin, le site sera déjà accessible. Vos commentaires, critiques et suggestions seront reçus avec intérêt et reconnaissance à **webmestre@apr-uqam.org**.

Voici, extraits du devis du site approuvé par le conseil d'administration, quelques paragraphes qui résument les caractéristiques de cette initiative (pas très originale par ailleurs...).

Raison d'être et objectif général

Par la mise sur pied d'un site Web autonome, l'Association des professeures et professeurs retraités de l'UQAM (APR-UQAM) cherche à mieux servir ses membres. Cette initiative lui permet

- de diffuser et de tenir à jour l'ensemble des informations qui sont en permanence utiles pour ses membres,
- d'assurer un maillon important des modalités universelles de vote sur les propositions soumises à l'assemblée générale,
- de faciliter à ses membres l'accès à de nombreuses ressources de développement personnel et professionnel pertinentes, et
- de garantir à toute personne un accès facile et permanent à l'ensemble de ses archives.

L'Association exprime ainsi sa volonté d'offrir la plus grande transparence possible.

Clientèles visées

Le site Web de l'Association sera d'abord conçu pour servir les membres de l'Association qui sont à la recherche d'informations courantes ou de documents d'archives.

Il pourra intéresser, en second lieu, les professeurs de l'UQAM qui songent à la retraite ou qui sont engagés dans les démarches précédant immédiatement la retraite. Il présentera, pour cette clientèle, des documents d'orientation *ad hoc*, en plus de lui donner accès à l'ensemble des informations du site, ce qui lui permettra de se faire une représentation pertinente des orientations et des activités de l'Association dont il deviendra peut-être membre un jour.

Il sera consulté à l'occasion par des membres d'autres associations de retraités, par des personnes de l'UQAM ou d'autres universités, par des journalistes ou des chercheurs, ou par des gens du public. L'ensemble de ces personnes constituera la clientèle de troisième niveau.

Tant qu'il n'existera pas de ressources « fédératives » de ce type, le site de l'Association pourra finalement abriter des plages d'information qui débordent son mandat propre (par exemple, le maintien d'informations sur les associations de professeurs retraités du Québec, avec les coordonnées des officiers, etc.).

Roch Meynard