



Le 22 avril 2020

Bonjour à tous les membres retraités de l'AQPRDE,

Nous voulons vous faire un petit coucou en ce temps de confinement. Nous vous rappelons qu'il faut rester toujours positif malgré la situation. C'est un bon moment pour créer une autre forme de lien en gardant contact avec les amis et les connaissances. Pensez en particulier à celles et ceux, dont vous croyez qu'ils peuvent en avoir davantage besoin.

EN AVRIL, IL EST TEMPS DE DONNER UN COUP DE FIL !

Depuis mars, nous avons appris un nouveau terme, la distanciation sociale... Cette période nous demande une certaine dose d'adaptation, il est important de préserver sa santé et de prendre soin de soi. Malgré le confinement, il est important de bouger. Cela peut être en allant marcher dehors seul ou en couple.

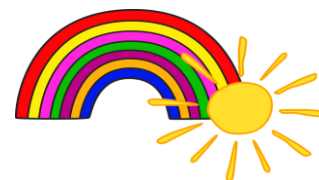
Présentement, nous pouvons profiter de la situation d'effectuer d'autres activités : cuisiner, se mettre à la lecture, apprendre une nouvelle langue, faire du casse-tête ou encore préparer son potager.

Voici une dose d'humour provenant du journal Le Soleil du samedi 18 avril dernier :

1. « À 17 ans, on se faisait faire des fausses cartes pour pouvoir entrer dans des bars et maintenant à 70 ans, on va se faire des fausses cartes pour entrer dans les épiceries. »
2. « Porter un masque à l'intérieur de la maison est maintenant fortement recommandé. Pas tant pour la COVID-19, mais pour arrêter de manger. »

Depuis mars votre conseil d'administration est en pause. Quand nous aurons notre première rencontre après le confinement, nous serons en mesure de vous revenir avec plus détails sur le report de notre activité annuelle de du mois de juin.

Bon confinement et surtout n'oubliez pas que ça va bien aller !



Réjean Gauvin
Président