

Pause-Vie

A woman with long brown hair, wearing a blue jacket and dark pants, is leaning against the trunk of a large tree. She is looking down and has her hand on her belly. The background shows a park with green grass and other trees under a bright sky.

UNE HALTE DANS LE TOURBILLON DE LA VIE !

Volume 1 | Numéro 2 | Mai 2018

L'arbre en nous p.4

**Elle ne me reconnaît pas,
mais elle m'aime** Par Mariette Bujold p.8-9

**La rencontre avec soi
comme voie créatrice** Par Éliisa Martel Rioux p.10



TALO SPA

SOINS ESTHÉTIQUES COMPLETS
SPA DÉTENTE
MASSOTHÉRAPIE



418-724-3626

TALOSPA.COM

319, RUE SAINT-GERMAIN EST
RIMOUSKI

NOUVEAU !

Afin de vous faire bénéficier pleinement de votre lecture, Pause-Vie se met à jour ! Certains textes de la revue contiennent une adresse web dont le contenu est en lien avec le sujet traité. Nous y ajoutons maintenant le code QR.

Il s'agit d'un code-barres à deux dimensions que vous pouvez scanner avec votre téléphone afin d'accéder plus rapidement au lien internet. Une très belle façon d'enrichir votre expérience Pause-Vie !



SOMMAIRE

- 3 Éditorial : Une invitation à aller plus loin
- 4 L'arbre en nous
- 5 Petite histoire d'un bâton de lune
- 6 Les arbres, apôtres de la vie terrestre par Françoise Pineau
- 7 Profession luthier avec Zacharie St-Onge-Aubut
- 8 Elle ne me reconnaît pas, mais elle m'aime
par Mariette Bujold
- 10 La rencontre avec soi comme voie créatrice
par Élisabeth Martel Rioux
- 12 St-Donat en fête par Raymonde Hallé et France Cantin
- 13 Pause Lecture : Sapiens, une brève histoire de l'humanité
par Catherine Côté
- 14 Entre mère et femme
- 15 Remerciements

Pause-Vie

Rédactrice en chef et éditrice
Anne Pichette

Photographe
Claudine Forget

Chronique lecture
Catherine Côté

Correction
Lucie Pichette

Conception graphique
Impression JYC Design

Collaborateurs/trices
Jean-Claude Leclerc
Mariette Bujold
Françoise Pineau
Élisabeth Martel Rioux
France Cantin
Raymonde Hallé
Zacharie St-Onge Aubut

Publicité
annepichette08@hotmail.com
418-509-0299

Une invitation à aller plus loin !



Nous sommes déjà arrivés à la deuxième édition de Pause-Vie. J'ai reçu de très nombreux commentaires sur la beauté et la qualité de la revue ainsi que sur la pertinence des textes qui vous ont rejoint (es). Pause-Vie vous a procuré du bien-être et c'est sa raison d'être.

Sa distribution s'est bien déroulée grâce à plusieurs d'entre vous qui avez remis des exemplaires à vos amis et collègues. La revue s'est également bien diffusée auprès des entreprises participantes et dans les régions. Sur la page Pause-Vie de Facebook, nous totalisons plus de 1800 téléchargements du format PDF et plus de 300 vues sur Calaméo. C'est un excellent départ.

En ce mois de mai, nous allons un peu plus loin dans l'exploration et la poésie d'un thème en abordant la symbolique de l'arbre. Il y a mille et une façons de se pencher sur ses nombreuses caractéristiques. La généalogie en est une. Mais vous verrez comment le principe de transmission s'est imposé de lui-même comme un fil d'Ariane qui unifie les contenus.

Avec un symbole tel que l'arbre, nous devons franchir la limite du visible et plonger au cœur de nos racines, de nos forces et de notre créativité.

Grâce à la générosité de tous les « artistes » de la revue Pause-Vie, votre expérience sera des plus agréables. Ils ont su donner une très belle couleur à cette seconde édition, tant au niveau visuel qu'au niveau de la richesse des écrits. Je suis très fière de vous présenter le fruit de ce travail collectif.

Bonne lecture !

Anne Pichette

Fier partenaire
DE LA REVUE PAUSE-VIE !

Impression  JYC
DESIGN



Marchand autorisé  **PROMO GROUP**
LEADERS DE L'IDENTITÉ PROMOTIONNELLE

IMPRESSION GRAND FORMAT • GRAPHISME • VÊTEMENTS CORPORATIFS • ARTICLES PROMOTIONNELS

418-750-8655

408, TESSIER, RIMOUSKI

WWW.IMPRESSIIONJYCDESIGN.COM

L'arbre en nous

En ce mois de mai, la nature se déploie autour de nous. Chaque printemps nous convie à entrer dans un grand mouvement d'éveil qui ne laisse personne indifférent.

L'arbre, ce grand symbole universel, a su inspirer les peuples anciens, les poètes, les peintres ainsi que plusieurs écrivains. De la représentation de l'arbre du monde à des ouvrages plus spécifiques sur son système racinaire, chaque époque s'est interrogée sur l'étendue de ses significations.

Un arbre peut traverser plusieurs siècles et même quelques millénaires. Sa longévité contraste avec notre mode de vie éphémère et ultra rapide. Sa force silencieuse envoûte et inspire qui aime s'y faire prendre.

Son symbolisme nous enseigne l'importance de reconnaître et de respecter nos cycles. Notre énergie ne se présente pas toujours au rendez-vous et notre corps possède ses propres règles. Les comprendre nous aide à mieux les vivre. L'arbre nous apprend aussi que la vie se transforme et que nous évoluons. Ses feuilles qui absorbaient auparavant la haute lumière du soleil, retombent au sol et deviennent humus. Mais rien n'est terminé pour autant. Elles alimentent ensuite la terre qui nourrit les racines.

Pour toutes ces raisons, l'arbre demeure un grand symbole de force vitale. Ses capacités de régénérescence, de résilience et de transformation nous informent aussi sur notre évolution personnelle et collective. Il nous invite à y réfléchir et à prendre conscience de nos facultés.

Et surtout, n'oublions pas ses racines qui plongent sous la surface de la Terre. Elles nous rappellent que tout un monde en nous reste à découvrir et que notre potentiel est grand.

Pour aller plus loin :

Rendez à ces arbres ce qui appartient à ces arbres, Boucar Diouf, Éd. La Presse, 2015



Guy Caron

Député de Rimouski-Neigette--Témiscouata-Les Basques
Chef parlementaire du Nouveau Parti démocratique (NPD)



Fier de vous représenter

POUR ME CONTACTER

140, rue St-Germain O, Bureau 109, Rimouski G5L 4B5

📞 1-866-720-2562

🌐 Guy.Caron.npd.ca

📌 [GuyCaronNPD](https://www.facebook.com/GuyCaronNPD)

Petite histoire d'un bâton de lune

Lorsqu'elle l'aperçu, il trônait aux abords de la grande allée d'une prospère pépinière
Ses racines emmaillottées dans une motte de terre bien emballée

Puis, un petit tour dans une remorque, chemin de trous et de marmottes
Le voilà rendu à sa dernière destination
Au bord d'un lac offrant ombre et réflexion

L'espace d'un court été devient la grande promesse
D'une vie longue et grisée de sagesse

Mais voilà qu'à l'automne, un castor le visionne
Et en une seule nuit, le rompt sans autre cérémonie

Hauteur verdoyante revêtue d'avenir
N'est plus qu'un petit bout de tronc alimentant quelques souvenirs

L'eau d'un lac en colère percute le rivage d'un rêve écourté
Une femme pleure cette nature insensée qui assassine sa confiance

Ses larmes se mêlent aux eaux tumultueuses
Son cœur se noie en cette mer orageuse

Après une longue négociation, la lune acquiesce à sa demande
Petit tronc de saule se berce sur une vague

La femme étend sa main et empoigne le symbole prodigue de son chagrin
Elle tranche les branches et les replante en cet automne qui se meurt

Un chant ancien remonte en elle
Elle invoque les grandes crues du printemps
L'alliance se renouvelle en cet instant

La femme refait son compte

Une branche pour la terre
Une branche pour la vie
Une branche pour l'espoir
Un bâton pour ses cycles et ses émotions

La nature redonne toujours plus grand que désiré

Anne Pichette



Le Camp Éducatif Médiéval accueille de juin à août des jeunes des écoles et des camps de jour afin de leurs faire vivre une journée unique et ludique en incarnant un personnage médiéval fantastique. Le site médiéval sera alors le théâtre d'une aventure épique où magie, monstres et combats sont au rendez-vous pour émerveiller les braves héros.

L'association de Développement de Saint-Marcellin est un OBNL qui développe des projets afin de faire rayonner sa communauté tout en étant un levier économique important.

Oyez! Oyez! Oyez! La dix-septième édition de la Fête Médiévale se tiendra du 17 au 19 août prochain. Venez voir la toute nouvelle Maison Sir Roland avec son architecture unique et fidèle à l'époque médiévale. Découvrez les différents camps, les artisans, le trébuchet, les chevaliers et leurs montures et bien d'autres. On vous y attend!



CRÊPERIE

Le Crêpe Chignon

DEPUIS 1998



LA PAUSE SANTÉ
DÉJEUNER | DÎNER | SOUPER

140, Ave de la Cathédrale
Rimouski, QC, G5L 5H8
418 724.0400

crepechignonrimouski.com

LES ARBRES APÔTRES DE LA VIE TERRESTRE

PAR FRANÇOISE PINEAU



Que serait la terre sans eux...

Que serions-nous sans eux... sans la beauté du pommier en fleurs, sans la magie du sapin de Noël, sans ces immenses cèdres, bouleaux qui nous abritent, nous réchauffent, protègent nos lacs et stabilisent notre terre.

Ils sont tous là, vivants...

Sans rien demander.

Sans rien attendre...

Que savons-nous d'eux, de leur vie propre et de leur intimité?

Préfèrent-ils vivre en communauté ou en solitaire?

Ont-ils un langage, une mémoire?

Partagent-ils de l'information, de la nourriture?

S'entraident-ils?

En forêt naturelle, l'enchevêtrement des racines superficielles est-il le fruit du hasard ou bien une rencontre nécessaire planifiée à l'avance... dès leur naissance, les racines peuvent ainsi contribuer à l'ancrage de l'ensemble et à la fortification du rempart terrestre.

A toutes ces questions Peter Wohlleben auteur du livre *La vie secrète des arbres* répond affirmativement. D'après lui et d'autres chercheurs associés, il semble bien que OUI les arbres ont un langage, une mémoire, qu'ils s'entraident et partagent de la nourriture. Ce partage se fait surtout sous terre depuis la mère arbre jusqu'aux jeunes et aux plus démunis via les racelles.

Pour en connaître davantage sur la vie de ces apôtres qui ont traversé le temps (depuis 270 millions d'années pour les conifères) et qui ont permis à l'humain de découvrir le feu, la roue, de traverser les océans et d'avoir du miel et des pommes sur sa table, la lecture de ce livre comblera votre soif de connaissance.

Bonne lecture et bonne marche en forêt.

La vie secrète des arbres, Peter Wohlleben,
Éd. Les Arènes, 2017

<https://youtu.be/eh6rnaqSPto>



Les abeilles et la vie, Didier Van Cauwelaert, Éd. Michel Lafon, 2013



PROFESSION LUTHIER

Comme nous le savons, notre région foisonne en talents et en relève, et ce, dans plusieurs domaines d'activités. Pause-Vie a rencontré Zacharie St-Onge Aubut afin qu'il nous entretienne sur sa profession de luthier. Il fabrique et répare des guitares et autres instruments à cordes au 22 rue St-Pierre à Rimouski.

La conception d'une guitare est un art qui se développe progressivement. Le luthier doit d'abord se familiariser avec l'élaboration de gabarits et les différentes techniques d'assemblage. Il doit aussi bien connaître les essences et les grandes variabilités du bois.

Il recherche avant tout l'équilibre entre la solidité d'une pièce de bois, sa légèreté, sa beauté et sa résonance. Il doit savoir choisir le bon morceau en évaluant bien sa vibration. Chaque pièce est unique et se comporte de façon différente, d'où l'importance du feeling, c'est-à-dire la sensation et l'impression que l'artisan ressent lorsqu'il manipule le bois.

Une expertise que Zacharie s'est appropriée en se lançant très tôt sur les traces de son père Richard Aubut. Ce dernier exerce son métier depuis bientôt 40 ans. Selon son fils, la plus grande valeur qu'il lui a transmise c'est : *Travailler avec amour, sans pression. Il m'a laissé suivre mon feeling et faire mes propres expériences. J'ai appris de mes erreurs. Si on veut aller trop vite dans ce métier, le résultat ne sera pas bon. La guitare n'aura pas un beau son. Je me suis blessé aussi. Il faut vraiment prendre son temps et respecter chacune des étapes, du séchage au montage. Ça peut prendre plusieurs heures à faire un gabarit, mais il sera précis.*

Sous les soins, la patience, la persévérance et le talent de Zacharie, de simples morceaux de bois se transforment en un instrument bien équilibré en beauté et en sonorité. Un produit né de l'expérience jumelée avec les valeurs transmises.

Coordonnées :
Facebook : Aubut luthier et fils
www.richardaubutluthier.com



RBQ # 5595-4374-01

GOUTTIÈRES ANACLET

NOS GOUTTIÈRES SANS JOINT SONT FAITES SUR PLACE

POSE DE GOUTTIÈRES AVEC NACELLE ÉLEVATRICE

DEPUIS 25 ans

MATÉRIEL ET MAIN-D'OEUVRE GARANTIS 25 ANS

GOUTTIÈRES DE TYPE COMMERCIAL 6 POUCES

OBTENEZ UNE ESTIMATION GRATUITE

TÉL. : 418 723-3121 • 1 800 661-3121

GOUTTIERESANACLET@GMAIL.COM
10, ROUTE NEIGETTE, SAINT-ANACLET-DE-LESSARD

WWW.GOUTTIERESANACLET.COM

OBTENEZ

5%

GOUTTIÈRES ANACLET

SUR TOUT CONTRAT SIGNÉ AVANT LE 15 JUIN 2018. SUR PRÉSENTATION DU COUPON LORS DE L'ESTIMATION.

Un coupon par client. Ne peut être jumelé à une autre promotion. Non monnayable.

GOUTTIÈRES ANACLET VOUS OFFRE LES GOUTTIÈRES LES PLUS SOLIDES ACTUELLEMENT DISPONIBLES SUR LE MARCHÉ.

Elle ne me reconnaît pas, mais elle m'aime

PAR MARIETTE BUJOLD

Si je peux écrire dans cette revue, c'est grâce à ma mère. Elle m'a transmis sa passion pour le français, je dirais même que c'est un don qu'elle m'a légué.

Ma mère enseignait et elle excellait tellement en français qu'elle en était inspirante. Maman qui apprenait aux enfants à écrire leur prénom n'est plus capable maintenant d'écrire le sien qui compte seulement trois lettres, elle s'appelle Éva. Depuis environ quinze ans, elle est atteinte de la terrible maladie d'Alzheimer.

Au début, je ne croyais pas que cette maladie pouvait l'amener là où elle est rendue aujourd'hui. Je vivais le moment présent et j'avais de l'espoir. L'espoir ne m'a pas faussé compagnie, pas dans le sens de guérison, mais dans le sens de non-abandon. J'ai toujours cru en son instinct et en son amour maternel.

J'ai appris en l'accompagnant au jour le jour à apprivoiser son état, à m'ajuster, à me mettre à son niveau. Maman qui était une si grande dame.

J'ai en même temps développé des habiletés pour la rassurer, l'apaiser, l'intéresser, lui faire plaisir. Comme je connais son histoire, je suis bien placée pour lui évoquer des souvenirs qui la font sourire et peut-être qui lui donnent la chance de se souvenir. Tout ce temps favorise des moments intimes et privilégiés avec maman.

J'ai aussi partagé avec elle des événements profondément tristes. Quitter sa maison et son village a été une grande épreuve. Pour maman, se retrouver dans une résidence, c'était comme se retrouver sur une île déserte et lointaine. Et moi, j'avais un sentiment d'impuissance quand j'arrivais et percevais son soulagement de voir apparaître son sauveur... Qui ne la sauverait malheureusement pas. Pauvre maman !

C'est aussi avec un immense regret que j'ai vu ses facultés s'envoler. Maman, qui avait tellement de potentiel dont on aurait pu encore bénéficier. Et elle aurait tant aimé continuer à le partager.





Le plus difficile à réaliser, c'est que maintenant elle ne me reconnaît pas pleinement. Mais je crois fermement qu'elle m'aime comme on aime ses enfants. Quand on a connu ma mère, on ne peut imaginer qu'elle ne se souviendrait plus d'un jour aussi important que l'anniversaire de naissance de ses enfants et petits-enfants. Qu'elle ne pourrait plus se souvenir de ses prières ni de ses règles de grammaire. Elle a perdu la faculté et le plaisir d'écrire et même, depuis quelque temps de parler. Elle cherche ses mots et souvent, ils ne sortent pas. Elle qui avait un vocabulaire riche et toujours le bon mot.

Quand on côtoie une personne atteinte de cette maladie, on côtoie en même temps des gens qui nous donnent des conseils du genre : « Pourquoi y vas-tu ? Elle ne te reconnaît pas. » J'y vais par attachement, par reconnaissance, par responsabilité, parce que je l'aime et parce qu'elle m'aime. Et comme par miracle, elle est encore capable de me le dire. Nous avons encore des échanges affectueux de cœur à cœur, parce qu'elle est vivante et surtout parce que c'est ma mère. Est-ce assez de bonnes raisons pour être présente ?

Heureusement, on en reçoit aussi qui nous donnent des ailes comme celui-ci : « Vous êtes un phare pour votre mère. » Quel compliment ! Quel encouragement ! Un phare, c'est grand et important. C'est tout un rôle de mettre de la lumière dans la vie des gens et de voir cette lumière nous illuminer à notre tour. J'ai aussi appris dans cette aventure à saisir toutes les lueurs, peu importe l'intensité.

Si vous aimez quelqu'un qui souffre de la maladie d'Alzheimer, soyez un phare pour lui et croyez jusqu'au bout que la lumière d'un phare, ça peut se rendre loin.

LA RENCONTRE AVEC SOI COMME VOIE CRÉATRICE

PAR ÉLISA MARTEL RIOUX

Grâce au soutien d'Action-Travail Rimouski-Neigette et le programme Jeunes Volontaires, dans la dernière année, j'ai réalisé mon projet de me consacrer entièrement à la peinture.

La nature, souffle de vie

Les arbres m'inspirent, m'orientent et m'aident à me centrer sur ma créativité. Ils m'apaisent et ils me montrent la voie pour me connecter à ma terre intime. Je pratique l'écriture et la peinture car ces médiums me permettent de mieux connaître mes branches et d'étendre mes racines. Dans mes élans créatifs, j'apprécie représenter la nature et l'univers de diverses manières. Entre autres, j'aime peindre des animaux, faire ressortir leurs caractéristiques ainsi que les messages qu'ils ont à nous transmettre.

J'accueille le chant des oiseaux, le murmure des arbres et le cri des animaux comme un appel à protéger ce qui m'entoure

Observer mon environnement, c'est m'observer moi-même et cela m'apprend chaque jour l'amour de soi, en respectant ce que je suis. Avec les couleurs, j'apprends à communiquer avec moi-même et avec les autres. J'aime faire ressortir la lumière, pour réchauffer le cœur, en laissant les couleurs s'exprimer avec harmonie.

J'aime être entièrement en présence de ce qui est

Une de mes sources d'inspiration est ma mère qui fut artiste-peintre à ses heures. Peindre, c'est une manière de me rapprocher d'elle et de me réconcilier avec son départ. Dernièrement, j'ai restauré une toile qu'elle a faite en s'inspirant d'Iris, une œuvre de Vincent Van Gogh. Cela m'amène également à sentir un lien avec cet artiste qui fut près de la nature et qui s'est donné le droit de faire ce qui lui tenait à cœur. En restaurant les œuvres de ma mère, je peux me réunir avec elle. Je la rencontre sous un nouveau jour.

Vivre dans le respect et l'amour telle une œuvre d'art

Élisa Martel Rioux

elisamariemartel21@gmail.com

<https://www.etsy.com/ca-fr/shop/NatureSacree>



Deviens qui tu es

*Le sens de mon existence est que la vie me pose une question
Ou inversement, je suis moi-même une question posée au monde
Et je dois lui fournir ma réponse
Sinon j'en suis réduit à la réponse que me donnera le monde*

Carl Gustav Jung
Ma vie
Page 499



ST-DONAT EN FÊTE

PAR FRANCE CANTIN
ET RAYMONDE HALLÉ



*Cette photo est une gracieuseté de Gino Caron

À chaque jour, je me redis que ma vie intérieure et extérieure dépend du labeur d'autres êtres humains, vivants ou décédés, et que je dois m'efforcer de donner aussi largement que j'ai reçu et que je reçois encore.

A. Einstein

Cent cinquante ans d'histoire ! C'est tout un événement que la population de St-Donat veut célébrer solennellement du 20 au 24 juin 2019. Le temps apporte avec lui l'oubli. Et c'est justement à ce propos que nous voulons nous attarder. On veut redonner la parole aux oubliés de l'histoire...

Ce fil conducteur qui nous rassemble nous permet de mettre en lumière les différents moyens que tous ces braves gens ont dû mettre de l'avant pour organiser leur défense et leur survie. Souventfois, ils devaient, seuls, faire face aux problèmes cruciaux qui les guettaient et ne plus compter que sur eux-mêmes.

C'est sans aucun doute par instinct et avec une certaine inspiration venue d'en haut qu'ils se sont rapprochés et ainsi créé une grande famille. Elle est devenue la paroisse, la municipalité de chez nous.

Ne pas perdre la trace de nos origines peut aussi interpellé certains avec toutes ces personnes qui se sont groupées autour de leurs conseils municipaux et qui ont organisé la suite du temps. Pour d'autres, c'est l'image du bedeau qui se pendait à la corde pour transmettre son message de joie ou de tristesse. Et, dans un passé lointain, le prêtre qui était forcé d'être l'homme de loi et davantage en plus d'être pasteur.

Le 150e de St-Donat, c'est enfin une occasion rêvée de nous stimuler afin d'entreprendre une autre tranche de vie communautaire.

Que ces fêtes soient l'occasion, pour la population actuelle, de prendre conscience de la position stratégique de St-Donat au cœur de La Mitis, réalité dont la responsabilité nous incombe, de faire connaître à tous les autres Québécois(es).



- Licencié - Bière - Vin
- Permis de chasse et pêche
- Boutique de chasse et pêche
- Comptoir postal
- Vers et glace

Dépanneur Mont-Lebel inc.

Vallier Cimon et Denise Bourque
Propriétaires



1162, route des Pionniers, Mont-Lebel (Québec) 418 735-5269

PAUSE LECTURE

PAR CATHERINE CÔTÉ

Sapiens : Une brève histoire de l'humanité.



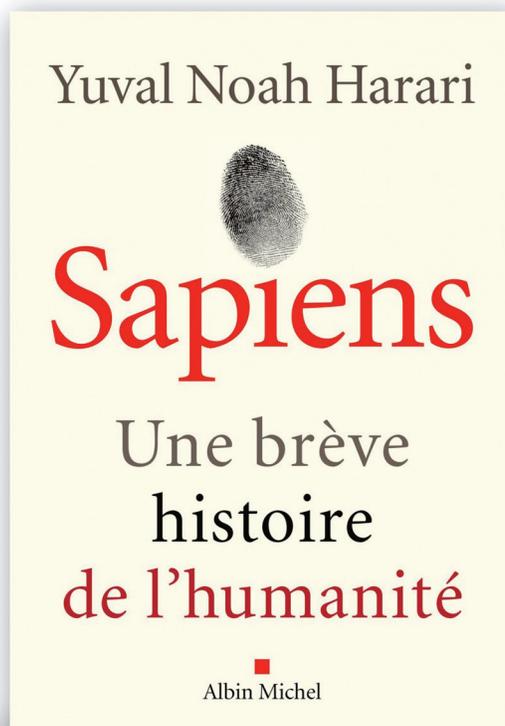
Dans cette œuvre, pas si brève, mais tout de même considérant le sujet, l'auteur nous raconte l'Histoire de l'Humanité sous un angle, à mon avis, inédit, sinon original. Alors que les historiens décrivent d'ordinaire l'Histoire à partir des grands conflits, Harari, expose sa théorie de l'évolution sociale humaine en quatre thèmes centraux, effleurant à peine les grands conflits de l'Histoire.

Il expose sa théorie en débutant par la Révolution cognitive, qui toucha les chasseurs-cueilleurs, et entraîna le développement de l'imaginaire collectif. Il poursuit par la Révolution agricole qui signa le début de l'Unification de l'humanité. Enfin, il termine par la révolution scientifique qui pousse Sapiens vers un avenir inconnu, mais plus grand que ce que l'imaginaire collectif ne peut le conceptualiser pour le moment.

Au cœur de cette théorie de l'évolution sociale humaine : l'imaginaire collectif. Singularité du Sapiens, qui permet d'organiser les sociétés humaines en groupes de plus en plus nombreux et complexes basés sur les croyances collectives. Croyances qui permettent à des millions de Sapiens étrangers de collaborer ensemble vers un but commun. Ces croyances ont évolué du polythéisme au monothéisme vers le capitalisme et le culte de l'Homme prédominant actuellement.

Parfois optimiste, parfois pessimiste, mais surtout réaliste, l'auteur passe par tous, ou presque, les détours de l'Histoire et ne recule devant aucun tabou pour exposer sa brève histoire de l'Humanité.

C'est en imaginant Dieu que l'histoire de Sapiens débuta, et c'est en le matérialisant qu'elle se terminera. Quel nom donnera-t-on aux humains de demain : Homo Cyborguis, Homo Uniformalis ou Homo Deus ? À vous de l'imaginer!



l'Alphabet
LIBRAIRIE

*« Entrer à la librairie
comme on entre chez soi! »*

📍 120, rue Saint-Germain Ouest, Rimouski (Québec) G5L 4B5

☎ 418 723-8521

✉ alpha@lalphabet.qc.ca

🌐 librairielalphabet.com

Entre mère et femme

PAR ANNE PICHETTE

Mettre au monde ses enfants, les aimer et les accompagner tout au long de leur vie devient la préoccupation principale d'une mère. J'ai beaucoup d'admiration pour toutes ces femmes qui, sans compter leurs heures, demeurent en poste tant et aussi longtemps que leurs familles ont besoin d'elles.

Mes trois jeunes ont atteint l'âge adulte maintenant. J'ai donc un peu de recul pour m'évaluer dans mon rôle de mère. Me remémorer mes nombreux faux pas est mon premier réflexe. Je me dis que si c'était à recommencer, j'agirais bien autrement. J'aurais voulu donner plus de temps, plus de patience, plus de rigueur, plus de tout à mes trois amours. Bref, je reste avec une vague impression d'avoir manqué sur bien des points.

Mais la grande aventure de la maternité m'a énormément transformée. Au début, je veillais scrupuleusement à faire en sorte que mes enfants bénéficient de tout ce que la société proposait pour leur épanouissement. J'ai échoué. Je me suis perdue quelque part entre les changements de couches et les grands tourments de l'adolescence.

Un passage obligé qui m'a conduite à mieux reconnaître mes désirs personnels parmi la multitude de besoins que je tentais de combler quotidiennement. Ce travail de discernement est très difficile pour nous les mamans. Malheureusement, il se noie bien souvent dans la culpabilité.

Quels que soient les défis que la maternité suscite, il importe de ne pas s'oublier. S'approprier un espace personnel, tracer notre propre chemin et laisser fleurir toutes nos couleurs font également partie du principe maternel.

Et pourquoi pas un autre accouchement? La naissance de soi ou l'émergence d'une nouvelle facette de notre personnalité fait partie intégrante de la grande aventure féminine et humaine. Un bel héritage à transmettre à nos enfants.

Bonne fête des mères!

Une mère de Linda Lemay

<https://youtu.be/FOx9D1bgc7A>



**bijouterie
Fournier**

152 Cathédrale, Rimouski

Pour toi maman
nos plus belles collections

Coeur de lion, Elle et Mi-Monéda disponibles à la Bijouterie Fournier



SUIVEZ-MOI SUR FACEBOOK

Votre nouvelle revue Pause-Vie est disponible et gratuite auprès des marchands et des entreprises participants. Vous pouvez également la télécharger en version PDF via ma page Facebook Pause-Vie. Prenez le temps de vous y abonner et dites-moi quels sont les sujets qui vous touchent et qui vous inspirent. La sortie du site web de la revue est prévue en août prochain. Il vous sera alors possible de consulter toutes les éditions du magazine.

À VENIR

En août prochain, votre revue Pause-Vie se costume aux couleurs de la Feste Médiévale de St-Marcellin. Nous revisiterons les symboles, thèmes, métiers et arts de cette époque sous l'œil nouveau de nos artisans du Bas-St-Laurent.

C'est encore un rendez-vous à ne pas manquer!



Remerciements

Merci aux nombreux collaborateurs de ce nouveau numéro de Pause-Vie. Que ce soit en écrivant un article, en me fournissant de superbes photos, en effectuant une correction ou en m'encourageant, vous l'accomplissez avec une très grande générosité. Vous contribuez ainsi au succès de ce beau projet et au bonheur des lecteurs.

Je remercie grandement les entreprises de la région ainsi que messieurs Harold Lebel et Guy Caron qui participent au financement en achetant un espace publicitaire. La survie de Pause-Vie en dépend totalement.

Encore une fois, chacun de vous a fait toute une différence! Et c'est un bonheur de se sentir soutenue par toute une région!

Anne Pichette



ASSEMBLÉE NATIONALE

QUÉBEC

Place aux citoyens

Le magazine Pause-Vie est conçu pour exprimer l'identité et la culture du territoire. Cette initiative est un vrai bijou pour valoriser les gens de chez nous! Je souligne l'arrivée de ce périodique local qui permet d'ouvrir un espace d'expression afin de donner la parole aux gens d'ici.

Bonne lecture!

Harold LeBel
Député de Rimouski
Porte-parole de l'opposition officielle
responsable de la région du
Bas-Saint-Laurent
harold.lebel.rimo@assnat.qc.ca



Pour vos projets horticoles
trouvez tout
ce dont vous avez besoin
chez *Fred Lamontagne!*



Fredlamontagne.Com

 Suivez-nous sur FB!

UN NOM QUI Pousse!



Fred Lamontagne

Depuis



356, Chemin du Sommet E
Rimouski (QC) G5N 1V1

Tél.: 418 723-5746