

# Journal L'Express

Restez à l'affût des services et activités de l'organisme et de la communauté

*\*Le genre masculin est utilisé dans le seul but d'alléger le texte et s'adresse à tous les genres*

## Au sommaire de cette édition

### Focus bénévolat

- Semaine de l'action bénévole
- Recherche d'un.e bénévole
- Le bénévolat, c'est quoi ?

### Calendrier des activités

- Dîner communautaire
- Rencontre d'information : Sécurité incendie à la maison
- Groupe de discussion et d'échange
- Cours et ateliers printemps 2024 : Dernières places disponibles
- La chorale en spectacle

### Nouvelles de l'organisme

- Collaboration intergénérationnelle
- Programme PAIR : appels de sécurité
- Avis important : premiers secours
- Ligne info-fournisseurs facilite le quotidien
- Félicitations Éliane Berdat !
- La nouvelle équipe du Café des aînés
- Le Moulin Bus à la rescousse des aînés

### Actualités

- Tarification solidaire
- Chronique Nostalgie - Mode

### Section Jeux : Vrai ou Faux

Centre du Vieux Moulin de LaSalle

Tél : 514-364-1541

Courriel : [reception@cvmlasalle.org](mailto:reception@cvmlasalle.org)

Adresse : 7644 rue Édouard bureau 210, LaSalle (Québec)

[www.cvmlasalle.org](http://www.cvmlasalle.org)



## Hommage aux bénévoles

Merci du fond du coeur à tous les bénévoles qui donnent généreusement de leur temps pour la mission de l'organisme. Votre contribution est inestimable et précieuse. Vous faites tellement la différence pour l'amélioration de la qualité de vie des aînés. C'est merveilleux de voir vos beaux sourires au quotidien.

Le bénévolat est bon pour l'esprit et le corps et vous permet de:

- Socialiser dans un environnement convivial
- Participer au mieux-être de la communauté
- Partager votre savoir-faire et savoir-être
- Acquérir de nouvelles compétences
- Faire la différence dans la vie des gens et au sein de l'organisme

# Mot de la direction

Par Hélène Lapierre

Lors du deuxième rendez-vous de la planification stratégique, nous avons échangé sur le bénévolat en lien avec cette nouvelle orientation retenue: **les bénévoles du CVML rayonnent et font grandir l'entraide à travers l'ensemble de la communauté générant un réseau solidaire.**

Le CVML souhaite assurer une gestion optimale de la ressource bénévole. Pour ce faire, il a été suggéré de remettre en place les rencontres sectorielles dans les différents secteurs de bénévolat. Les bénévoles pourront ainsi socialiser entre eux et échanger sur leurs réalités.

De plus, le CVML va reprendre les rencontres d'information pour les nouveaux membres et bénévoles. Ces rencontres permettront de présenter l'organisme et tous ses programmes, activités et services. Enfin, une activité de reconnaissance et d'échange sera proposée en juin prochain aux bénévoles.

Nous avons maintenant, au sein de l'équipe, une responsable du milieu de vie et des communications qui travaille conjointement avec la responsable de l'accueil et l'intégration. À ce jour, nous avons été en mesure d'améliorer plusieurs aspects touchant les outils et les rencontres d'accueil avec les nouveaux bénévoles. Dans la prochaine année, nous envisageons des apports tangibles au niveau de la gestion, l'intégration, l'encadrement et le soutien aux bénévoles.

## Un Guide du bénévole est en cours de réalisation

Voici les éléments qui se retrouveront dans ce nouveau guide afin de mieux accompagner les ressources bénévoles au CVML.



- Mot de bienvenue
- À propos de nous
- Mission
- Objectifs
- Valeurs
- Programmes
- Quelques définitions
- Comment devenir bénévole
- Soutien au bénévolat
- Avantages d'être bénévole
- Services offerts par des bénévoles
- Reconnaissance
- Rencontres sectorielles
- Compensations quotidiennes
- Engagement de l'organisme
- Santé et sécurité
- Assurances
- Engagement du bénévole
- Absences, retards et vacances
- Conflits d'intérêts
- Confidentialité



## Semaine de l'action bénévole



Bénévolat, c'est faire rayonner ses valeurs et ses talents; c'est ce geste multidimensionnel qui donne naturellement tout son sens à la place qu'on occupe dans nos collectivités. En s'impliquant auprès des causes qui nous animent, on s'ancre dans un milieu de vie et on contribue à une société en mouvance. Donner de son temps bénévolement est cette façon ingénieuse de développer nos habiletés, de confirmer nos forces et d'aller à la rencontre d'une pluralité de personnalités qui éclaireront nos propres lanternes. Prendre part à l'action bénévole, c'est apporter son étincelle là où on aura toujours besoin de plus de lumière. Et si briller veut dire se distinguer avec éclat, on peut donc affirmer haut et fort que bénévolat, c'est brillant!

(source : Fédération des Centres d'action bénévole du Québec)

## Recherche d'un ou une bénévole

### Aide à l'approvisionnement



La tâche consiste à conduire la camionnette du CVML pour se rendre à Moisson Montréal afin de récupérer les denrées alimentaires pour la préparation des repas de la popote roulante. La personne doit charger la camionnette et la décharger. Il faut donc être en bonne forme physique et être en mesure de lever des charges de 10 kilos .

**Horaire : Mardi de 8h30 à 12h00**  
**Permis de conduire obligatoire**

# Le bénévolat, c'est quoi?

Le bénévolat est une action signifiante résultant du don de son temps, de son savoir et de ses habiletés, sans attente de rémunération. On retrouve toujours au cœur du bénévolat les notions de gratuité, de liberté et d'engagement social. La notion d'engagement distingue l'action bénévole des gestes quotidiens d'entraide. En effet, le bénévole s'engage selon ses goûts, ses aptitudes et sa disponibilité afin de combler des besoins du milieu. Le bénévolat, c'est avant tout une histoire d'amour pour soi et pour l'autre. Une histoire où on se fait du bien en faisant le bien. *Source: FCABQ*

**Je bénévole  
auprès des aînés  
de ma  
communauté**



Il n'y a pas d'âge pour faire du bénévolat et il existe plusieurs manières d'être dans l'action. Il s'agit de trouver ce qui vous anime et vous permet de vous réaliser pleinement. Toutes les personnes qui désirent donner de leur temps sont les bienvenues.

## Comment devenir bénévole?

Il suffit de vous présenter sur place ou appeler pour prendre un rendez-vous avec la personne responsable du milieu de vie et des communications. Cette rencontre a pour but d'échanger librement sur vos intérêts et vos disponibilités.

De même que pour le personnel, tous les bénévoles doivent remplir le formulaire de vérification des antécédents par le SPVM. Cette mesure est un prérequis obligatoire pour être bénévole auprès d'une clientèle plus vulnérable.

## Lors de votre engagement comme bénévole, vous recevrez la documentation ou formation suivante:

- Guide du bénévole
- Code d'éthique
- Description de tâches
- Formation requise selon le type de bénévolat (hygiène et salubrité en cuisine, visites ou appels d'amitié et accueil téléphonique )

## Soutien au bénévolat

- Rencontres individuelles et sectorielles
- Encadrement et suivi quotidien
- Formation ponctuelle
- Activités de reconnaissance et de ressourcement
- Compensations
- Rencontre d'information et d'intégration pour les nouveaux bénévoles

# Le bénévolat, c'est plus de 6,500 heures de générosité par année

Le bénévolat est un atout fort important pour l'organisme et les aînés.es de la communauté. Le CVML ne serait pas en mesure de remplir sa mission sans l'apport indispensable des bénévoles.

La ressource bénévole est au coeur des actions. Il y a un grand nombre d'heures de bénévolat réalisées annuellement qui font réellement la différence auprès des aînés.es.

## Les avantages d'être bénévole

Par votre engagement bénévole, vous contribuez à la mission de l'organisme en améliorant la qualité de vie des aînés.es. Le bénévolat offre une aide vitale aux personnes dans le besoin, à des causes valables et à la communauté. Cependant, les avantages peuvent être encore plus importants pour vous, comme bénévole.

## Le bénévolat est bon pour l'esprit et le corps et vous permet de:

- Socialiser dans un environnement convivial
- Participer au mieux-être de la communauté
- Partager votre savoir-faire et savoir-être
- Acquérir de nouvelles compétences
- Faire la différence dans la vie des gens et au sein de l'organisme



Dans le cadre de votre bénévolat, l'organisme offre des compensations quotidiennes aux bénévoles. Le personnel en place suit une grille de compensations adoptée par le Conseil d'administration.

Il y a différentes compensations offertes aux bénévoles telles que : repas, collations, breuvage et/ou remboursement de kilométrage.

# Un milieu d'entraide et de solidarité grâce à l'implication bénévole

La ressource bénévole est au cœur des activités et services de l'organisme. Actuellement, une équipe de 130 bénévoles offrent leur précieux temps pour faire la différence auprès des aînés de la communauté. 6741 heures de bénévolat ont été comptabilisées en 2022-2023. **Nous profitons de cette occasion pour dire un GROS MERCI à tous les bénévoles en action.** Voici une idée du bénévolat qu'il est possible de faire dans les différents secteurs au sein du CVML.

## Sécurité alimentaire

Aide-cuisinier / Café des aînés  
 Aide-cuisinier / Légumes  
 Aide-cuisinier / Popote roulante  
 Aide-cuisinier / Dîner communautaire  
 Service / Dîner communautaire  
 Commissionnaire / Moisson Montréal

## Soutien communautaire

Accueil / Clinique d'impôts  
 Déclaration / Clinique d'impôts  
 Animation ou co-animation d'un groupe de soutien ou de socialisation  
 Aide aux formulaires

## Maintien dans la communauté

Transport / Accompagnement médical  
 Appels anniversaires  
 Baladeur / Popote roulante  
 Chauffeur / Popote roulante  
 Livraison / Repas congelés  
 Ligne info-fournisseurs (offre de services)  
 Visites et appels d'amitié  
 Menu travaux  
 Période des fêtes : "Un geste qui vaut la peine" (collecte, emballage et livraison de cadeaux)



## Témoignages

"Satisfaction personnelle de savoir que j'aide les aînés."

"On sent qu'on est utile à des personnes."



## Développement social

Responsable d'activités sociales  
 Événements / Nouvelles initiatives  
 Comités de travail  
 Conseil d'administration

## Soutien administratif

Accueil téléphonique  
 Soutien statistiques  
 Correction ou traduction de texte  
 Participation aux articles du journal l'Express  
 Bibliothèque libre-service

# Calendrier d'activités

## Dîner communautaire

**Menu**  
**Lasagne**  
 Dessert  
 Café / thé  
 8\$ / personne

**Jeudi 25 avril 2024 à 12h00**

Inscription obligatoire  
 514-364-1541 ou bureau 210

Transport par Moulin Bus  
**(réservation obligatoire)**



## Rencontre d'information gratuite



### Sécurité incendie à la maison

Vous êtes cordialement invités à rencontrer un pompier, agent en prévention incendie afin d'aborder les thèmes suivants:

- Alarme d'incendie
- Stratégies d'évacuation à domicile
- Pratiques culinaires
- Articles électriques (risques et prévention)
- Autres questions

**Lundi 22 avril 2024, 13h00**

**Local 208**

**Gratuit**

Réservez votre place au bureau 210 ou par téléphone  
 514-364-1541

# Calendrier d'activités

## Groupe de discussion et d'échange sur l'actualité

Nous discuterons des actualités et des enjeux sociaux. Notre objectif est de fournir un espace où chacun pourra **partager ses opinions, échanger des idées sur l'actualité et approfondir sa compréhension**, tout cela dans un environnement respectueux et harmonieux. Vous pouvez venir vous exprimer ou si vous préférez, simplement écouter les autres sans être contraint de vous exprimer.

**Troisième rencontre**  
**Judi 04 Avril 2024**  
**De 9h30 à 12h00**  
**Local 203**  
**C'est gratuit**

### Thème

Sera choisi au début de la rencontre



## Cours et atelier printemps 2024 Dernières places restantes

Suite à la période de préinscription offerte aux membres déjà inscrits à la session hiver 2024, **les inscriptions sont ouvertes à tous dès le lundi 1er avril 2024.**

Si vous souhaitez participer à un cours auquel vous n'avez jamais participé, même si vous aviez laissé votre nom auparavant, vous devrez vous présenter pour vous inscrire pendant la semaine ouverte à tous. Aucune réservation ne sera effectuée. Premier arrivé, premier servi !

En raison des difficultés liées à la gestion, les listes d'attente ne sont plus priorisées pour l'inscription. Dorénavant, les personnes inscrites sur la liste d'attente seront contactées par ordre chronologique seulement en cas de désistement d'un participant au cours de la session.

**La session printemps débutera la semaine du 15 avril 2024.**

## Sortie pour observer l'éclipse solaire



Le Centre du Vieux Moulin organise une sortie pour observer l'éclipse solaire au bord du canal de LaSalle.

**Lundi 08 Avril 2024 à 14h30**  
**Départ du Café des aînés**

**Activité gratuit**  
**Inscription obligatoire**

**Lunettes offertes gratuitement**

# Calendrier d'activités

## La chorale en spectacle



### Choeur à coeur

Pour tous ceux qui ont la musique à coeur, la chorale du Vieux Moulin vous présente un répertoire cher à son coeur. Nous chanterons l'amour, bien sûr, mais aussi quelques pièces de Félix Leclerc auquel nous dédions notre medley. Nous espérons vous voir en grand nombre car les choristes sont très fiers de vous présenter le travail de toute une année. Au plaisir de chanter pour vous.

**Vendredi 3 mai 2024, à 19h00**

**Samedi 4 mai 2024, à 14h00**

**Au théâtre du Grand Sault, 7644 rue Édouard, à LaSalle**

**Prix des billets:**

**15\$/billet adulte**

**8\$/billet enfant (12 ans et moins)**

**Faites vite ! les places sont limitées.**



Billets en vente dès le 10 avril 2024

# Nouvelles de l'organisme

## Collaboration intergénérationnelle

En mars dernier, nous avons eu une très belle collaboration avec l'école secondaire Cavelier-de-LaSalle. Dans le cadre de son stage en enseignement secondaire, Daniel Côté nous a approché dans le but d'organiser une activité de bibliothèque humaine afin que des personnes âgées témoignent de leur vécu et leur expérience des années 1960-1970. Cela a permis de créer des ponts entre les générations tout en transmettant une partie de l'histoire du Québec à des jeunes de secondaire 4.

Nous avons 6 personnes âgées qui se sont prêtées au jeu et qui ont transmis leur savoir et leur connaissance sur l'histoire du Québec. Pour certains d'entre eux, cela a été l'occasion de remettre les pieds dans leur ancienne école secondaire, pour d'autres, un moment de retrouver leur ancien milieu de travail le temps d'une période.



“ Ça été un immense plaisir pour moi de partager mon vécu avec les élèves que j'ai trouvés super gentils. Je ne pensais jamais de pouvoir retourner parler avec des élèves à mon âge. Quelle super expérience. J'en profite pour te féliciter tu vas faire un super bon prof. Bonne chance dans tes prochains projets. Merci merci. - Mme Boily ”

“

*Chers collaborateurs,*  
Je tiens à vous exprimer, une dernière fois, ma sincère gratitude pour votre participation à ce projet dans le cadre de mon stage en enseignement de l'histoire au secondaire. Vos témoignages ont permis à nos élèves de saisir l'importance des événements de notre histoire au Québec à travers vos expériences personnelles. Cette rencontre intergénérationnelle a été d'une valeur inestimable, je pense, pour tous. Je vous remercie chaleureusement pour votre temps, votre générosité et votre engagement envers votre communauté.- Daniel Côté, stagiaire à l'école Cavelier-de-LaSalle

”



# Nouvelles de l'organisme

## Les appels de sécurité du programme PAIR

Le programme PAIR est un service d'appels informatisés de sécurité. Ce système génère des appels du lundi au vendredi entre 8h30 et 16h. Ce service est gratuit. Il est toutefois possible de faire un don à l'organisme. Ce service renforce le sentiment de sécurité au domicile des aînés.



**Sauvetage grâce au service PAIR**  
**Les services d'urgence se sont déplacés à domicile parce que la personne n'avait pas répondu à son appel de sécurité. Elle était par terre dans son logement et avait besoin d'aide. Elle se porte mieux.**

**Ce service s'adresse à qui?** Toutes les personnes de 50 ans et plus habitant à LaSalle, Lachine, Dorval et Verdun/Île-des-sœurs.

**Comment avoir accès à ce service?**

Vous devez communiquer avec l'administration de l'organisme.

## Avis Important

Si vous remarquez qu'une personne fait un malaise dans les locaux du Centre du Vieux Moulin LaSalle, la première chose à faire est de le signaler immédiatement à l'équipe (deuxième étage, bureau 210.)



**Évitez absolument de faire lever la personne ou de lui offrir à boire ou à manger.**  
**L'équipe du Centre est formée pour fournir les premiers secours.**

# Nouvelles de l'organisme

## La Ligne info-fournisseurs facilite le quotidien

Viellir, tout en souhaitant demeurer à domicile le plus longtemps possible est un défi en soi. Pouvoir compter sur du soutien ponctuel en lien avec les activités du quotidien permet de faciliter la vie des aînés. Plusieurs services sont offerts via le programme Soutien à l'autonomie des personnes âgées (SAPA) du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS), notamment: des soins infirmiers, soutien à la réadaptation, soins physiques, ou encore par les entreprises en économie sociale soit: aide-ménager, aide au lever/coucher, aide pour la cuisine, etc.

Il y a par contre des besoins autres que les soins physiques et psychosociaux qui nécessitent de l'aide. **La vie courante amène son lot d'activités qui peuvent être parfois plus difficiles à accomplir seul en vieillissant comme peindre, poser un air climatisé, tondre la pelouse, menus travaux etc.** De plus, avec la disparition graduelle du bottin téléphonique en version papier, la multiplication des entreprises et la peur d'être arnaqué peut rendre la recherche d'un fournisseur plus difficile. C'est pourquoi, en 2021, le CVML a mis en place ce projet fiable et sécuritaire de la ligne Info-Fournisseurs grâce au soutien financier de Service Canada dans le cadre du projet d'impact collectif Réseau Résilience Aîné.e.s Montréal.

## Des services sécuritaires pour le maintien à domicile

**Si vous êtes à la recherche de divers services comme l'aide-ménagère, la coiffure, les soins des pieds, les menus travaux, visites ou appels d'amitié, etc. La Ligne info-fournisseurs est là pour vous et pourrait répondre à vos besoins.**

Les fournisseurs recrutés sont accrédités après avoir reçu une séance de sensibilisation à la bientraitance et la vérification de leurs antécédents judiciaires. Ces derniers doivent participer également à une évaluation Client/Fournisseur. Ces mesures permettent de valider la qualité des services offerts dans un contexte sécuritaire par des fournisseurs de confiance. L'agente de liaison, Aziza, reçoit et analyse la demande d'une personne aînée.

Elle réfère au bon fournisseur. Elle peut, au besoin, accompagner cette personne pour s'assurer que tout se passe bien à l'étape des soumissions et de la signature du contrat de service.

À la fin du processus, l'agente de liaison vérifie que le service a bien été rendu selon les termes du contrat. Une fiche d'évaluation à compléter est remise à l'aîné à la fin du processus pour connaître son niveau de satisfaction.

**Si vous souhaitez faire appel à la ligne Info-Fournisseurs, composez le 514-307-4636**

# Nouvelles de l'organisme

## Félicitations Éliane Berdat !



ans de service

Au nom des membres du Conseil d'administration, de la directrice générale et toute l'équipe du Centre du Vieux Moulin de LaSalle, nous souhaitons t'offrir toutes nos félicitations pour tes 5 ans comme professeur d'Art au sein de l'organisme. Que ce soit l'aquarelle, le dessin, l'initiation à l'art et la peinture, nous tenons à souligner ton immense talent et ta générosité à partager ton savoir et ta passion.

Nous tenons aussi à faire rayonner ton dévouement et ton implication remarquable à la mission communautaire du CVML.

Félicitations!



### Avis: Entrée principale barrée

Nous portons à votre connaissance que l'entrée principale du Centre Culturel et Communautaire Henri-Lemieux est barrée pour des questions de sécurité jusqu'à nouvel ordre.



La seule entrée que vous pouvez utiliser et celle au coin de la 4e Avenue et Édouard.

### L'équipe de cuisine s'agrandit!

Le Conseil d'administration, la directrice générale et toute l'équipe du CVML accueillent chaleureusement **Patricia Olguin Chavez**, comme nouvelle cuisinière, au sein de l'Équipe du Café des aînés.



# Nouvelles de l'organisme

## Le Moulin Bus à la rescousse des aînés

C'est un service de transport collectif gratuit dans le territoire de LaSalle.

- Il permet aux aînés plus isolés et en légère perte d'autonomie d'aller faire eux-mêmes leur épicerie.
- C'est également un service de transport vers notre organisme communautaire afin de permettre aux aînés plus vulnérables de sortir de l'isolement, de se retrouver dans un milieu d'entraide, de tisser des liens, de se réaliser, d'avoir accès à des services et des activités, d'avoir du soutien et de l'accompagnement.

Le Moulin Bus est au service de la communauté et s'implique au-delà de son mandat. Par exemple : vaccination, sorties de groupe, événements spéciaux etc...

Bien que ce service soit gratuit, il est toujours possible de faire un don pour maintenir ce service et soutenir les coûts liés à l'essence, les réparations et les ressources nécessaires.

**Ce service s'adresse à qui?** Aux personnes de 50 ans et plus de LaSalle ayant besoin de transport en raison de leur isolement ou condition de précarité.

**Comment avoir accès à ce service?** Sur réservation au préalable et en s'adressant à l'accueil de l'organisme.



### Témoignages

“Merci au service du Moulin Bus de me permettre d'avoir accès au Centre et de pouvoir socialiser”

“Merci de m'amener faire mon épicerie”



### L'équipe de chauffeurs

Pierre Michaud  
Richard Beaudry

### Merci aux partenaires financiers

L'arrondissement LaSalle, Travail, emploi et solidarité sociale Québec et IGA Beck

# Tarification solidaire

## Retour sur les ateliers participatifs

Par Carol-Ann Doddrige

En mars 2024, j'ai eu la grande joie de rencontrer deux groupes de femmes du CVML. J'ai pu y présenter les thèmes de la précarité financière et de la tarification solidaire. Ces deux thèmes nous ont donné l'occasion d'avoir des discussions ouvertes au sujet de la vulnérabilité financière, des différentes situations inattendues menant vers la précarité, de la pauvreté et même de l'itinérance. Ils nous ont aussi donné l'occasion de déconstruire les préjugés et les idées fausses liées à ces situations très stigmatisantes.

En première partie de l'atelier de discussion, des témoignages sous formes de capsules vidéo ont été projetées. Nous avons ensuite défini ensemble le concept de précarité financière, reconnu les divers préjugés associés à ce statut, listé les différents types de situations de vulnérabilité (budgétaires, médicales, sociales etc.) et examiné la position économique actuelle des femmes âgées du Québec qui se révèle être, sans surprise, moins profitable que celle des hommes âgés. Du fait qu'il y ait tellement de facteurs de risques (accident, maladie, inflation, déménagement, séparation, etc.), nous avons dû admettre qu'aucune d'entre nous n'est à l'abri de la précarité financière.

Durant la deuxième partie, j'ai présenté la tarification solidaire aux femmes des groupes de socialisation. Rappelons-nous que le projet de tarification solidaire a été adopté par le Conseil d'administration du CVML précisément en réponse au nombre croissant de membres et bénéficiaires se retrouvant en situation de précarité contre leur gré. Certaines avaient lu mes articles dans les éditions passées de l'Express, d'autres avaient répondu à un ou plusieurs sondages à son sujet, quelques-unes découvraient ce concept pour la première fois. Par conséquent, nous avons d'abord survolé la définition officielle de la tarification solidaire du CVML. Pour continuer, nous avons abordé les valeurs sur lesquelles elle est basée et éclairci le fait que ce concept non-stigmatisant ne nécessite aucune justification de revenus ni de statut. Les participantes ont ensuite découvert les différents modèles de systèmes tarifaires possibles de par des exemples concrets. Ces discussions ont mené à de très touchants témoignages, parfois au partage d'un inconfort face au projet, mais surtout à la réalisation générale que la nécessité de l'implantation d'un tel concept au CVML est bien réelle. Le plus marquant cependant, c'est le grand souffle de solidarité qui est né de nos conversations. Plusieurs idées de coopération et d'initiatives ont d'ailleurs été effleurées par les participantes durant l'atelier, laissant entrevoir un bel avenir pour le mouvement solidaire du Centre.

D'autres ateliers participatifs sont prévus dans le cadre de la tarification solidaire. Suivez l'info-membres pour en connaître les prochaines dates. Et un grand merci à Sabrina et toutes les participantes des groupes de socialisation pour femmes de m'avoir accueillie!

# Chronique Nostalgie

Par **France De Repentigny**

Se remémorer des pans de sa vie, d'heureux souvenirs entre amis et famille, des événements d'autrefois, une époque parfois révolue...tous ces événements font référence à des moments de nostalgie.

Cette nouvelle chronique traitera de faits saillants du passé qui, nous l'espérons sauront réveiller en vous de bons souvenirs. Le premier terme abordé : **la mode d'autrefois.**

## 1920 : Les années folles

L'après-guerre a influencé la mode telle qu'on la définit aujourd'hui. Les femmes recherchent la modernité. Fini le corset, place aux décolletés légers. Chanel viendra révolutionner la mode féminine en introduisant le pantalon pour femmes.



Photo : Archzine.net

## 1930 : Le classique

On revient aux valeurs traditionnelles. Le jour, la femme privilégie le tailleur et le soir, la robe moulante. Les hommes quant à eux porteront le costume classique (veste croisée) et le chapeau pour une allure très masculine. Ces derniers délaisseront le nœud papillon au profit de la cravate.

## 1940 : L'ère Dior

On voit apparaître les robes à décolleté au niveau du dos. Les jupes longues cèdent leur place à des modèles plus courts. Chez les hommes, le costume à fines rayures a la cote.



rockangehell

## 1950 : L'ère du Rock'n'Roll

Début des années 50 : Les vêtements féminins sont cintrés et mettent en valeur la taille fine et la poitrine. On porte soit la jupe longue, large dans le bas (à pois, à crinoline), ou au contraire, très étroite et tubulaire. Les hommes opteront pour le jean et le veston de cuir (perfecto) à l'allure James Dean. Les cheveux seront gommés au « brylcreem » à l'image d'Elvis.



Pinterest /gq.magazine.uk.co

## Fin des années 50 : Grâce et élégance

Le « petit tailleur » de Chanel arrive. Audrey Hepburn et Marilyn Monroe deviennent des icônes de la mode. Elles portent des tenues sublimes, des jupes crayons, de grands chapeaux. Chez les hommes, c'est le retour des costumes et du chapeau (comme le portait fièrement Frank Sinatra).

# Chronique Nostalgie - Suite

Par France De Repentigny



Pinterest

## Début 1960 : Twiggy

Des yeux de biche, des jambes élancées, une coupe de cheveux mythique, Twiggy représente le style osé et libre des années sixties. Signe de son succès, la poupée Twiggy fait son apparition. Les bottes en cuir verni, jusqu'aux genoux accompagnent la petite robe courte.

## Fin 1960 : le look hippie

Mouvement radical : Les vêtements amples en coton, décontractés sont à la mode. Les jeans sont populaires et on voit poindre les célèbres pantalons à pattes d'éléphant qui sont populaires autant chez l'homme que la femme. Les hommes portent volontiers les cheveux longs et la fameuse veste à franges. Les imprimés de fleurs sont omniprésentes chez les tenues féminines.



Pinterest



Pinterest

## Les années 70 : l'influence du disco

Plusieurs styles ont marqué les années 70. Ces modes furent éphémères : on se rappellera du mouvement hippie, le style punk, le glam-rock. Toutefois, celui qui se sera imposé est sans conteste celui du disco. Les vêtements brillants, colorés, voyants et assurément... sexy ! la palette de couleurs des années 70 était à la fois diverse et audacieuse (l'orangé, le vert, le jaune moutarde, etc.) La coiffure surdimensionnée, les boucles crêpées (on se rappellera du look de Farah Fawcett), le maquillage aux tons métallisés. C'est l'exubérance à souhait !

Les hommes portent le pantalon pattes d'éléphant, la chemise ajustée; certains adopteront la coiffure style Afro.

## 1980 : La période « Dynastie »

Cette populaire série nous fera connaître en même temps l'influence de la mode des années 80. Le style femme d'affaires élégante portant le tailleur à larges épaules surdimensionnées, la mini-jupe, les talons hauts. On assiste à l'explosion des accessoires de toutes les couleurs:

Fréquenter le gym est également tendance. Jane Fonda, Olivia Newton Jones, popularise les vêtements sports moulants en lycra lors de leurs émissions télé. On se rappellera également le succès monstre du film Flashdance !



Dynasty fanpop

# Chronique Nostalgie - Suite

Par France De Repentigny

## Fin 80 – début 1990

La série populaire Miami Vice vient influencer la mode masculine. Des vestons de couleur pastel, manches relevées aux coudes dans un style chic et décontracté. La chemise n'est plus, c'est plutôt le T-Shirt qui se retrouve sous le veston. Les cheveux sont longs mais savamment coiffés. On porte les mocassins sans chaussettes et les fameuses lunettes de soleil viennent compléter le tout.



Getty imagest



Pinterest

## Année 2000

Les jeans taille basse, le t-shirt court et le ventre apparent (et le nombril) sont tendance. Britney Spears popularise ce look. Côté bijoux : la chaîne en or avec son prénom écrit dessus. Le pantalon taille très basse dévoilant une partie du G-String. Les ensembles de jogging en velours que l'on portera aussi pour faire son épicerie. Les hommes, quant à eux, s'arrachent la casquette de trucker.



Pinterest

## 2010 :

Le skinny jeans a la cote; la veste en fourrure sans manches également et l'imprimé léopard est synonyme de mode actuelle. Les grands foulards autour du cou s'imposent. Autres accessoires tendance : le bodysuit, les bottes cuissardes, et la bralette qui viendra remplacer le soutien-gorge pour un maximum de confort. On adopte également le look streetwear (urbain) mettant en vedette la chaussure sport (basket).

À partir de cette période, la conscience éthique émerge. On comprend davantage l'impact environnemental négatif de la mode. C'est l'émergence du second main; les friperies feront leur apparition pour réduire le gaspillage.

Cette chronique vous a fait revivre de beaux souvenirs? envoyez-nous une photo ou anecdote représentant la tenue vestimentaire de l'une de ces époques (bal de finissants, période des fêtes, fête d'anniversaire, etc. Nous publierons éventuellement un condensé de vos rétroactions. Réception sur place ou envoi par courriel à : [responsable@cvmlasalle.org](mailto:responsable@cvmlasalle.org)

## Jeu - Vrai ou Faux (vocabulaire cuisine)

1. On désigne brunoise la coupe de légumes lorsque ceux-ci sont taillés en lamelles
2. Une maryse est une spatule
3. un cul de poule est un bol en acier inoxydable
4. La duxelle est un hachis d'oignons
5. On sert les œufs bénédictines nappées d'une sauce hollandaise

### Solution

1. Faux (petits dés)
2. Vrai
3. Vrai
4. Faux (champignons)
5. Vrai