



CONSEIL D'ADMINISTRATION

Présidente :

Hélène Boivin
(hboivin@uOttawa.ca)

Vice-présidente :

Arlette Henry
(ahenry@uOttawa.ca)

Secrétaire :

André Pierre Lepage
(aplepage@uOttawa.ca)

Trésorières :

Hélène Carrière
(helene@carriere-dew.net)
Michèle Viquerat
(mviquerat@uOttawa.ca)

Conseiller informatique :

Claude Dufresne
(dufresne@uOttawa.ca)

Activités sociales et communications :

Lyse Piché
(ldpiche@uOttawa.ca)

Recrutement et bourses :

Claire Cayen
(c.cayen@videotron.ca)

Comité des RH. et Comité de pension :

Lucie Mercier-Gauthier
(luciemg@uOttawa.ca)

Invitée :

Gisèle Charlebois
(gcharleb@uottawa.ca)



vous informe — Automne 2022



*Bulletin d'information dédié au personnel administratif
retraité de l'Université d'Ottawa*

*Les jours raccourcissent, les nuits sont fraîches et les arbres
commencent à changer de couleur - l'automne s'approche !*

C'est une belle période de l'année pour se détendre, planifier des sorties, profiter d'activités et se réjouir de ne plus être liés à un horaire de travail. Rester actif et s'engager auprès des autres sont aussi des moyens importants de profiter d'une vie plus longue et plus saine...

Nous espérons vous voir à nos activités sur la plateforme Zoom.

Nous espérons qu'il y aura quelque chose pour capter l'intérêt de chacun.

En attendant le prochain bulletin, profitez des couleurs de l'automne et participez aux activités de l'APAR.

Nous vous souhaitons à tous un bel automne, une bonne santé et du bonheur.

À bientôt !

AGA – Assemblée générale annuelle virtuelle sur ZOOM le mercredi 21 septembre 2022

Nous vous invitons à participer à l'assemblée générale annuelle qui se tiendra virtuellement le 21 septembre 2022 à 10 h sur la plateforme Zoom. Plusieurs sujets d'importance y seront discutés : états financiers et prévisions budgétaires, nouvelles du fonds de pension et des services de santé pour les retraités, élections de membres au Conseil d'administration et plus encore.

Nous vous enverrons une invitation à votre adresse courriel. Tous les documents seront présentés à l'écran durant l'assemblée.

L'ordre du jour est déjà visible sur le site web de l'APAR.

Votre présence est essentielle. En vertu de nos règlements, nous devons atteindre un quorum de 20 membres, à défaut de quoi l'assemblée sera annulée et reportée plus tard en 2022.

Au plaisir de vous retrouver virtuellement sur la plateforme Zoom le 21 septembre prochain.

C'est votre Association...
gardons-la bien vivante!



*Cet automne, nous vous lançons un nouveau défi pour identifier les
« TOPS-CHEFS de l'APAR ».*

Chacun et chacune d'entre vous a sûrement expérimenté des recettes durant la période de confinement de la Covid-19... vous avez peut-être ressorti les livres de votre mère... Vous avez inventé une recette particulièrement gagnante? Votre mère ou votre grand-mère vous a transmis une recette? Votre famille applaudit chaque fois que vous préparez une recette? Petits et grands vous en redemandent? Alors ce défi est pour vous!

Nous sommes à la recherche des meilleures recettes de nos membres!

Vous avez préparé le menu pour les fêtes ou d'autres occasions spéciales avec vos recettes préférées, vos incontournables, partagez-les donc avec tous les autres membres de l'APAR.

Participez en grand nombre.

Nous publierons les meilleures recettes sélectionnées sur le site web de l'APAR.

Le concours débute le jeudi 1^{er} septembre 2022 et prend fin le mercredi 30 novembre 2022. Il est possible de soumettre plus d'une recette. Il suffit tout simplement de remplir un formulaire de participation pour chaque recette soumise.

IMPORTANT : La recette soumise doit être une création de la personne qui la soumet, ou encore des recettes familiales dont la personne a hérité. Ne sont pas admissibles les recettes tirées intégralement de livres, de magazines, de sites web ou de toutes autres sources de recettes publiées ou imprimées.

Vous pouvez nous soumettre une recette dans l'une des 3 catégories suivantes :

- Recette d'entrée/accompagnement
- Recette de plat principal
- Recette de dessert / collation



DÉROULEMENT :

- 1) Rédiger votre recette avec tous les détails requis.
- 2) Une fois complété, retourner le document en pièce jointe d'un courriel destiné à l'APAR à l'adresse suivante : APAR-ASRA@uOttawa.ca

SÉLECTION DES RECETTES.

Critères de sélection des recettes :

- 1) Respect des consignes.
- 2) Ingrédients et quantités bien indiqués.
- 3) Étapes de la recette claires et faciles à suivre.
- 4) Fournir si possible une photo de votre plat.

PUBLICATION DES RECETTES.

Toutes les recettes retenues seront publiées sur le site web de l'APAR.

Trouvez l'énigme.

Au jardin zoologique, il y a neuf grenouilles dans une enceinte carrée. Vous devez y ajouter deux nouvelles enceintes carrées afin que chaque grenouille soit isolée dans sa propre enceinte.





Toutes les activités suivantes auront lieu sur la plateforme Zoom.

IMPORTANT : Si ce n'est déjà fait, communiquez-nous l'adresse courriel que vous désirez que l'on utilise pour vous inviter à nos activités virtuelles.

<p>Jeudi, 20 octobre, de 10h30 à midi</p>	 <p>Rencontres gaspésiennes Pauline Bélanger, Joan Carey et Arlette Henry partageront leurs expériences et parcours. <i>(Présentations en français avec période de questions dans les deux langues)</i></p>
<p>Mercredi, 9 novembre, de 10h30 à midi</p>	 <p>Déménager sa vie Arlette Henry nous parlera brièvement de son expérience, de sa préparation, des étapes suivies, du jour J, des deuils à faire et du début de son 'après Ottawa'. <i>(Présentation en français avec période de questions dans les deux langues)</i></p>
<p>Date à déterminer en décembre</p>	 <p>Noël à la maison On prend un verre ensemble, chacun chez soi, pour débiter le temps des fêtes en beauté. Des activités vous seront proposées...</p>
<p>2023</p>	<p>Les activités seront annoncées dans le <i>Bulletin de Noël 2022</i>.</p>

 **Consultez le site de l'APAR pour la mise à jour des activités :**

<https://apar-asra.ca/fr/activites> 

Dans le cadre du 25^e anniversaire de l'APAR, nous vous avons demandé de nous faire parvenir des photos prises au cours de votre carrière à l'Université. Plusieurs membres ont relevé le défi et nous ont expédié leurs photos-souvenirs. Pour accéder à la galerie complète de photos (diaporama) qui vous permettra une découverte ludique de vos anciens collègues, consulter la section « Quoi de neuf » du site web de l'APAR (apar-asra.ca/fr/quoideneuf/nossouvenirs).