

Appelez-moi mamie Lyne



Me voilà entrée dans le très sélect club des grands-parents. Mon premier petit-fils, Jayson, est venu au monde le 13 octobre dernier. Il est beau comme un cœur et c'est un bon bébé comme on se plaît à dire.

Lorsque je l'ai pris pour la première fois dans mes bras, j'ai réalisé que parmi tout ce que je lui souhaitais, le plus important était qu'il grandisse entouré d'amour. Aussi, j'aimerais qu'il ait de bonnes aptitudes au bonheur, afin d'apprécier les petites comme les grandes choses qui dessineront le parcours de sa vie.

Je sais combien c'est une grande joie pour les papies et les mamies de ce monde d'avoir des petits-enfants à chouchouter, à consoler, à écouter, à gâter... Je me dis qu'il faut en profiter car c'est aussi ça la vie: un lien entre les générations.

Au Réseau FADOQ, le bien-être, la sécurité, la santé et l'appartenance sont identifiés comme les quatre piliers d'une qualité de vie adéquate pour les aînés. Ne sont-ils pas les mêmes pour Jayson et tous nos enfants et petits-enfants?

Dans cette édition de *Virage*, nous vous proposons notamment des articles sur la soixantaine, un portrait de M^e Jean-Pierre Ménard, une rencontre avec Daniel Vézina, trois recettes festives signées par ce chef exceptionnel et, puisque c'est la saison, une foule d'idées-cadeaux pour Noël.

En terminant, je vous souhaite de profiter des Fêtes pour vous amuser et retrouver votre cœur d'enfant! ■

Lyne Rivest
Rédactrice en chef

Mes coups de coeur

La beauté en tête de liste

On manque parfois de suggestions à donner à un être cher qui veut nous faire plaisir à Noël. En voici une : le coffret-cadeau anti-âge Reverso, offert au prix spécial de 49,95\$ pour les Fêtes. Il contient une crème, un soin correcteur nuit et un gel nettoyant 3 dans 1 en format voyage pratique avec pompe. Ça fait tellement de bien de se sentir belle...



De bonnes bouteilles, sans se ruiner

Particulièrement à l'approche des Fêtes, on souhaite boire et offrir de bonnes bouteilles, mais pas à n'importe quel prix. Dans l'édition 2105 de son guide, le sommelier Philippe Lapeyrie nous propose les fiches de 375 vins vendus à moins de 30\$, classés par tranches de prix. Une valeur sûre à offrir à l'amateur de vin sur votre liste.



Dites fromage!

Faites-vous plaisir : mettez la main sur un des trois fromages Le Pic offerts dans le temps des Fêtes uniquement dans les six boutiques de la Fromagerie Hamel. Il y a notamment Le Pic Amour, un fromage à pâte fraîche enrichi de crème, puis enrobé de bleuets et de canneberges ayant macéré dans la liqueur Sortilège. Divin, voire cochon!



Chapeau à Québec Science!

Il ne faut pas manquer l'édition de novembre du magazine *Québec Science*, un numéro spécial abordant le vieillissement sous tous ses angles. Les articles fascinants nous aident à comprendre les enjeux liés au vieillissement de la population et tendent à démontrer qu'il s'agit non pas d'une catastrophe, mais plutôt d'une bonne nouvelle!



Un Mémo-mamo en cadeau

Il coûte 5\$, est utile au jour le jour et peut sauver des vies. C'est le Mémo-mamo de la Société canadienne du cancer, en vente dans les pharmacies Jean Coutu jusqu'à Noël. Ce porte-clés, offert cette année en bleu, en jaune et en blanc perle, rappelle aux femmes de 50 à 69 ans l'importance de subir une mammographie de dépistage tous les deux ans. Tout l'argent recueilli servira à la recherche sur le cancer.