Biographie

Je suis franco-albertaine de trois grands-parents nés en France et un grand-père né au Québec, donc la 2e génération née au Canada.

Je suis l'aînée avec une sœur jumelle de 13 frères et sœurs. Nous étions 7 garçons et 7 filles assis autour de la table. Mes parents travaillaient dans une ferme mixte, devenue ferme laitière par la suite. Ma sœur jumelle et moi avons eu l'opportunité d'étudier au Québec à l'École Normale et ensuite à l'Université de l'Alberta pour obtenir un premier diplôme en éducation.

Toutes les deux ont enseigné dans les écoles de jour sur 2 différentes communautés autochtones et par la suite en immersion française dans différentes écoles de la ville d'Edmonton.

J'ai poursuivi mes études, et tout en enseignant, j'ai pu terminer une maîtrise en Éducation et une certification en psychologie. Mon mari et moi avons chanté dans la chorale des Chantamis, et avons joué dans la Troupe des Sages et avons voyagé à travers le monde. J'ai vécu le rôle de proche aidante auprès de mon mari et de ma mère.

Je suis heureuse maintenant d'être active dans mon rôle de présidente pour la Fédération des aînés franco-albertains (FAFA). J'apprécie beaucoup l'atelier Plaisir des mots qui m'inspire et me motive pour continuer d'écrire

La voie du détachement exige:

Une prise de conscience de l'impact des mauvaises nouvelles exemples, la Covide et la guerre en Ukraine sur mes pensées et mes émotions m'a conduit à réévaluer mon attitude.

Car je devenais de plus en plus en colère et triste avec un profond sentiment d'impuissance et un stress qui m'aveugle et m'empêche de voir le beau et le bien autour de moi.

J'ai décidé d'une action, prendre le temps de m'asseoir face à cette fenêtre fermée devant moi: une contemplation relaxante m'a conduite à la voie du détachement.

J'ai ouvert mon cœur pour cheminer vers une paix intérieure. Je reconnais mon impuissance et mes émotions de colère et de tristesse et j'accepte de les regarder bien en face. Je dois choisir n'est-ce pas? Soit demeurer crispe de douleur devant toutes ses souffrances décrites en long et en large dans les médias ou me détacher et prendre un recul pour me retrouver capable d'accepter ce que je ne peux pas changer.

Retrouver la lumière quelle extase... je suis libérée, maintenant capable de rayonner, en allumant une étincelle dans cette noirceur ambiante et paralysante; Je retrouve une sérénité qui nourrit mon bien être pour une meilleure qualité de vie et je passe à l'action pour alléger cette souffrance a l'extérieure de moi par des gestes compatissants et une action concrète à l'échelle de mes possibilités.

L'Hiver 2022

Fenêtre décorée De givre blanc étoile -

Rêves en dentelle!

Le givre qui couvre ma fenêtre et forme de lignes superposées créant de petits flocons uniques comme une explosion d'étoiles dans le firmament. Ce tableau minuscule intriguant me fait entrer dans une caverne souterraine pleine de stalagmites et de stalactites imaginaires. Ceci est une expérience féerique, le microscopique devenant gigantesque devant mes yeux. Ce phénomène m'éblouit par sa beauté exquise et suscite en moi une sensation d'émerveillement extasie.

Au-delà de ma fenêtre, mon premier regard du matin est captivé par ce frimas délicat qui couvre délicatement chaque tronc d'arbre, chacune des branches élancées vers le ciel. L'arbre tout habille d'un blanc éphémère représente un tableau parfait de douceur éblouissant sur un fond bleu ciel. Ces flocons en équilibre embrassent chaque surface et ferment une décoration hors du commun. J'ose à peine respirer car bientôt s'élèvera une brise légère et tout disparaîtra en un clin d'œil. Mon cœur chante devant ce festin enchanteur!

Mon jardin sous la neige

Neige nappe étincelante Camoufle des signes de vie Croire et espérer!

A quand le printemps? Je veux voir le miracle du vert qui perce la terre brune et j'ai hâte de travailler ma terre et d'y semer fleurs et légumes. Je sais bien que sous sa couverture blanche la terre généreuse se repose et que toutes les graines dorment et n'attendent que le dégel pour se nourrir du sol fertile.

Je rêve de fleurs aux couleurs vives de l'arc en ciel : jonquilles, tulipes, pensées, qui borderont mon jardin et les plates-bandes autour de ma maison. Carottes, betteraves, poireaux, oignons, tomates, persil, thym, sarriette, anis, sauge, menthe, basilic et origan agrémenteront les repas dégustés sur mon patio. Ma patience d'aujourd'hui récoltera demain tous les fruits de mon jardin grâce à mes rêves, à ma planification, à mes préparatifs et à mon travail manuel.

Terre au repos Transition salutaire - Renouveau flaire!

Première Randonnée du Printemps

Sentiers de forêt

Liens gratuits de beauté

Aventures des senses

Je marche à l'aventure dans le bois ce matin printanier. La verdure me crie la vie jaillissant de partout.

Mes yeux impressionnés veulent tout capter en même temps. Tous mes sens sont envahis; mes poumons se réjouissent de l'oxygène purifiante et de la multitude de senteurs, d'arômes fraîches, parfumées et enivrantes.

Le crissement de mes pas réveille les petites bêtes, écureuils, lapins, insectes, fourmis, mouches, araignées, papillons, abeilles qui volent et sautillent de partout. L'oiseau du haut de sa branche chante sa chanson : "kildeer, kildeer" à gorge déployée qui m'inspire à l'accompagner pour chanter ma joie de vivre!

J'entends l'eau qui coule et bondit sur les roches et les racines d'arbres qui trempent dans le ruisseau découlant de la fonte de la neige encore présente ici et là.

La chaleur du soleil et sa lumière éblouissante fait éclater les jeunes couleurs du vert qui comme une dent perce les bourgeons des bouleaux, et des buissons bordant le sentier. La faune et la flore se réveillent et m'encouragent à m'imprégner de cette vie nouvelle par tous les pores de ma peau.

Qu'arriverait-il si nous perdions le Nord?

Perdre le nord est une expression qui me parle de la santé mentale - je perds le nord, je me trouve dans un vacuum sans points de repère. C'est une expression qui me parle de la perte d'un être cher - ou tout bascule et que pour me remettre sur pied je dois me réinventer ou prendre conscience du fond de moi-même et m'y rendre afin d'y retrouver mon équilibre précieux dans mon monde intérieur et extérieur dans ce que je vie.

Qu'arriverait-il si nous perdions le nord canadien? La santé de la terre bascule - les eaux des glaces submergeraient les côtes de l'arctique, du pacifique et de l'atlantique. Les peuples des ports devraient monter plus haut pour survivre - la terre rapetisse de partout. L'eau potable deviendrait rare contaminée par les eaux salées des océans.

La chaleur du soleil deviendrait insupportable - la faune, la flore et les humains chercheraient la fraîcheur en se sauvant des feux de forêts.

Glaces et neiges polaires Clé de voûte planète terre - L'axe est dans mes mains.