



# Le Lion Fauve



Bulletin du Club Lions de Granby  
Remise de charte le 27 octobre 1984

**Granby**

**DISTRICT U-4 RÉGION 55 EST**

**MARS 2011**

Au sommaire

.....

Mot du président 1

Zoom sur 2

Voyons voir 5

Prendre note 6

Chronique de voyage 7

Parlons-en ! 9

LCIF 10

Bienvenue 12

Réunion de zone 13

Fondue chinoise 14

Histoire de la fondue chinoise 15

Corvée de desserts 17

## *Mot de votre président*

Confrères, consœurs Lions,

Nous en sommes déjà rendus au dernier tournant de notre année Lions. Grâce à l'implication de tous les membres de notre club, nous avons obtenu d'excellents résultats dans toutes nos activités. Mais il reste encore du travail à accomplir d'ici la fin juin, un dernier effort à fournir pour faire de cette année Lions un grand succès.

Les nominations pour les différents postes pour le prochain conseil d'administration ont été proposées à la réunion de la commission de nomination du 16 mars dernier, ce qui m'amène à vous parler de l'importance de participer au prochain congrès du district qui aura lieu les 13,14 et 15 mai prochain à Sherbrooke. Il est très important pour la bonne marche de notre club que les nouveaux officiers élus participent aux différents ateliers de formation donnés au congrès. C'est aussi une occasion de supporter notre prochain président en l'accompagnant à ce congrès et de fraterniser avec les membres Lions du district.

Le prochain président du club pour 2011-2012 est déjà à planifier les différentes activités pour l'an prochain. Pourquoi ne pas lui offrir, avant qu'il nous le demande, nos services pour présider ou faire partie de ces différents comités.

**Éditeur du Bulletin**  
Ronald Blanchard

**Rédacteurs**  
Myreille G. Blanchard  
Ronald Blanchard

**Courriel**  
blaron17@videotron.ca

**Site web**  
clublionsgranby.com

*Lion Yves Proulx*  
Président 2010-2011  
Pour le plaisir de servir

# Zoom sur

## L'insuline Une grande découverte canadienne

*De nombreux progrès médicaux marquants, reconnus dans le monde entier à titre de contributions importantes à la prévention et au traitement des maladies, ont été réalisés au Canada au cours du XXe siècle. La découverte médicale canadienne la mieux connue est sans aucun doute celle de l'insuline qui sauve des vies et, bien qu'elle ne guérisse pas la maladie, demeure encore aujourd'hui l'unique traitement efficace du diabète.*



Sir Frederick Banting

### L'insuline

Cette indispensable découverte a été réalisée à l'Université de Toronto en 1921-1922 par Sir Frederick Banting et Dr Charles Best, probablement les personnalités médicales canadiennes les mieux connues. L'insuline est un traitement qui sauve la vie des personnes atteintes de diabète et a été saluée comme l'une des plus grandes découvertes médicales du XXe siècle. En réalité, cependant, la découverte de l'insuline est le fruit d'un travail de collaboration ayant été réalisé par une équipe de recherche formée de quatre hommes : le médecin Frederick Banting, l'étudiant diplômé Charles Best, le professeur de physiologie J.J.R. Macleod et le biochimiste J.B. Collip.

### Le diabète

Le diabète est un trouble causé par l'incapacité de l'organisme à assimiler certaines substances, particulièrement le sucre. Si l'organisme est incapable de métaboliser les aliments (les transformer pour produire de l'énergie) parce qu'il lui manque une hormone protéique produite par le pancréas, cela provoque un taux élevé de sucre dans le sang et l'urine. De là vient l'un des premiers noms donnés à cette affection : la « maladie du sucre ».

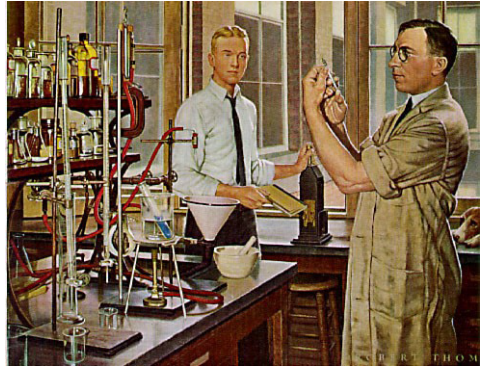
Avant 1922, quand on avait diagnostiqué le diabète, on imposait au malade une diète spéciale : il ne recevait que la quantité de nourriture que son organisme pouvait métaboliser. Cette diète était si rigoureuse que les personnes atteintes de diabète perdaient beaucoup de poids et devenaient squelettiques. C'était en fait un traitement à mourir de faim qui prévenait pendant quelques mois, peut-être un an, la mort causée par le diabète, mais les malades mouraient de malnutrition. En 1921, Banting émet l'hypothèse que la sécrétion interne du pancréas (l'hormone protéique qui assure le métabolisme) provient des cellules même de cet organe. Auparavant, personne ne comprenait le fonctionnement de la maladie.

# L'insuline ...

## Les recherches

Frederick Banting (1891-1941), diplômé de la faculté de médecine de l'Université de Toronto, revient à cette université pour demander s'il est possible d'utiliser des installations de laboratoire pour vérifier son hypothèse sur la sécrétion interne du pancréas. Le responsable est John James Rickard Macleod, professeur de physiologie, qui a lui-même une réputation internationale comme spécialiste du métabolisme des hydrates de carbone. Il accepte sans enthousiasme d'appuyer les recherches de Banting en lui prêtant son laboratoire et en lui offrant l'aide de l'étudiant diplômé Charles Best pendant l'été 1921. En mai 1921, Banting ferme son cabinet de médecin de London, en Ontario et s'installe à Toronto.

L'été est long et chaud à Toronto cette année-là. Le laboratoire, non climatisé, est inconfortable et ne permet pas de pratiquer de façon sanitaire la chirurgie expérimentale. Banting travaillait encore à mettre au point la technique chirurgicale visant à rendre les chiens diabétiques. Pour diverses raisons, Banting et Best ont de la difficulté à garder vivants leurs chiens de laboratoire et doivent se mettre à acheter d'autres chiens dans les rues de Toronto. qu'ils paient de 1 \$ à 3 \$ chacun. Dans leur laboratoire de recherche, leurs premiers travaux sont frustrants et souvent décourageants. Banting finit par améliorer l'exécution de la difficile intervention chirurgicale qu'il pratique sur les animaux; Best et lui apprennent ensemble à mesurer le taux de sucre dans le sang de leurs chiens. Vers la fin de l'été, les deux chercheurs obtiennent des résultats très encourageants qui montrent qu'ils sont sur une bonne piste. Le professeur Macleod accepte de continuer de soutenir les recherches de Banting et de Best. Il fournit à Banting de meilleures installations, un plus grand nombre d'animaux et un salaire, et l'équipe de recherche est augmentée au moment d'entreprendre une nouvelle étape.



Les docteurs Charles Best (gauche) et Frederick Banting sur le toit de la faculté de médecine de l'Université de Toronto avec un chien diabétique à qui de l'insuline avait été administrée avec succès

James Bertram Collip (1892-1965) est docteur en biochimie. Il était professeur titulaire à l'Université de l'Alberta et était allé à Toronto pour travailler à un autre projet pendant une année sabbatique en 1921-1922. Il se joint à l'équipe de recherche à l'automne 1921. Sa contribution au projet consiste à produire un extrait purifié du pancréas, dont les impuretés sont enlevées mais qui contient toujours l'agent antidiabétique.

### Des résultats enfin...

Le temps est venu d'essayer le nouvel extrait avec les malades. Un premier extrait obtenu par Banting et Best et administré à un malade se montre inefficace en janvier 1922. Quelques jours plus tard, l'extrait de Collip est injecté au même malade et donne de tous autres résultats. Leonard Thompson, 14 ans, est diabétique depuis 1919, ne pèse que 65 livres et est sur le point de sombrer dans le coma et de mourir. Une fois qu'il a reçu l'extrait de Collip, les symptômes de Thompson commencent à disparaître, le taux de sucre dans son sang revient à la normale et ses capacités physiques et mentales augmentent. Les résultats sont

## L'insuline ...



LEONARD THOMPSON  
Premier patient à recevoir de  
l'insuline à Toronto

indiscutables : l'extrait de pancréas a un effet antidiabétique important sur les humains. C'est un triomphe magnifique : l'extrait contient les sécrétions internes du pancréas et il rétablit les fonctions métaboliques normales des personnes atteintes de diabète. Le nouvel extrait est nommé insuline.

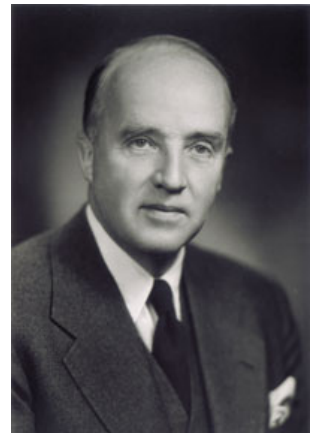
### Le succès

Lorsque se répand la nouvelle de l'efficacité de l'insuline pour les diabétiques, des centaines et des milliers de malades, de familles et de médecins veulent obtenir le traitement. L'équipe de recherche de Toronto a un problème : elle ne peut pas produire assez d'insuline pour répondre à la demande! La firme Connaught Anti-Toxin Laboratories, de l'Université de Toronto, ne peut pas en fabriquer une quantité suffisante. Une compagnie américaine, Eli Lilly and Company, d'Indianapolis, accepte de collaborer avec les gens de Toronto pour tenter de produire plus d'insuline. En Grande-Bretagne, le Conseil de la recherche médicale

entreprind de développer la production d'insuline. À mesure que les quantités augmentent, plus d'enfants et d'adultes diabétiques reçoivent un traitement qui leur sauve la vie.

La découverte de l'insuline est une percée médicale remarquable. Les réussites se multiplient : des centaines de personnes qui auraient perdu la vie sont sauvées par le nouveau traitement. Ted Ryder, 5 ans, qui pèse 26 livres, reçoit sa première injection d'insuline à Toronto en juillet 1922; il vivra jusqu'en 1993. En 1922, Elizabeth Hughes, 14 ans, est sur le point de mourir d'inanition; elle commence immédiatement ses traitements à l'insuline et continuera de les suivre pendant 59 ans. En hommage à cette réussite, le prix Nobel de physiologie et de médecine est décerné en 1923 à Frederick Banting et à J.J.R. Macleod, qui partagent ensuite leur prix avec Charles Best et J.B. Collip respectivement.

Après la grande découverte, les membres de l'équipe de recherche n'ont plus guère de contacts entre eux. Macleod retourne en Écosse en 1928 et y décède en 1935. Banting reçoit une chaire de recherche médicale à l'Université de Toronto et fait campagne pour l'amélioration des installations et du financement de la recherche médicale au Canada. Il meurt en 1941 dans l'écrasement d'un avion à Terre-Neuve en se rendant en Grande-Bretagne pour une mission de guerre officielle. Collip devient dans les années 1930 un éminent chercheur en endocrinologie, passant à l'Université McGill, puis à la University of Western Ontario, où il est doyen de la faculté de médecine. Il décède en 1965. Best, âgé de 29 ans seulement, remplace Macleod en tant que professeur de physiologie à l'Université de Toronto. Il continue ses recherches sur les propriétés de l'insuline et sur d'autres sujets, devient président du Banting and Best Diabetes Centre après la mort de Banting et reçoit pendant toute sa vie de nombreux honneurs en raison de ses travaux sur l'insuline. Il décède en 1978.



Charles H. Best

# Les yeux secs

La source principale des larmes provient de la **glande lacrymale** située dans le toit de l'orbite du côté des tempes. Cette glande fonctionne principalement en réponse aux stimuli irritants, comme la fumée, le vent, les poussières les oignons, etc. Les **glandes lacrymales accessoires** sont, elles, responsables de la sécrétion de base des larmes et du maintien de la lubrification continue des yeux.

Les larmes s'accumulent le long des paupières inférieures et sont drainées vers le coin interne des paupières inférieure et supérieure, par les canaux lacrymaux, dans les sacs lacrymaux. De là les larmes sont acheminées vers le nez et la gorge. C'est pourquoi notre nez se bouche lorsque les yeux pleurent. C'est aussi la raison pour laquelle on peut sentir ou goûter quelque chose lorsque des gouttes oculaires sont instillées dans nos yeux.

## Les problèmes des larmes

Les problèmes d'insuffisance de larmes résultent d'une dysfonction d'une des deux glandes mentionnées ci-haut. Dans la plupart des cas, l'insuffisance lacrymale est due à une déficience des glandes accessoires de base.

L'insuffisance de la fonction d'une ou l'autre des glandes apparaît lors de conditions variées, la plus commune étant la kératoconjonctivite sicca (kérato= cornée de l'oeil; conjonctivite= inflammation de la conjonctive de l'oeil; sicca= sèche).

# Voyons Voilà



Les principaux symptômes sont:

- la sensation de brûlures aux yeux
- les yeux rouges
- la photophobie (sensibilité à la lumière)
- la vision brouillée
- beaucoup de sécrétions ou de mucus dans les yeux.

## Les problèmes associés des larmes

Plusieurs individus avec les «yeux secs» ont aussi une inflammation chronique et/ou une infection des bords des paupières. Les bords des paupières sont rouges et souvent une séborrhée (pellicules) est présente. De façon commune, une infection se retrouve. Si c'est le cas, des

antibiotiques simples seront suggérés.

Les porteurs de lentilles de contact seront plutôt inconfortables s'ils ont les yeux secs. De plus, la qualité de l'air du milieu de travail sera un facteur majeur pour ces individus. Nombre de porteurs de lentilles sont incapables de les porter au travail. De plus, la nature des tâches de travail affectera aussi ces individus. On sait, par exemple, **qu'après 3 ou 4 heures de travail sur un terminal à écran cathodique, la fréquence de clignement peut diminuer de moitié!** Cela n'est pas sans nuire aux individus qui ont déjà une condition d'insuffisance lacrymale...

### Anatomie de l'oeil sec

Les **glandes lacrymales principales** produisent un larmoiement réflexe en réponse à l'émotion, à la douleur ou à l'irritation.

Les **glandes lacrymales accessoires** sécrètent constamment des larmes qui préviennent l'infection et lubrifient l'oeil.

Le **point lacrymal** sert de drain pour les larmes.

Le **sac lacrymal** joue le rôle de système d'évacuation des larmes vers le nez.



(suite ...)

### Le traitement des yeux secs

Si votre optométriste a décelé chez vous un problème d'insuffisance des larmes, il est important de comprendre que certains médicaments tels les Valium, Librium, hormones pour les femmes et les pilules anticonceptionnelles sont reconnus pour diminuer le débit des larmes. Si vous prenez de ces médicaments, parlez-en à votre médecin de famille.

Le traitement de base de l'insuffisance lacrymale est l'utilisation de **larmes artificielles**. Ces gouttes servent à remplacer ou à augmenter la lubrification des yeux. Il existe plusieurs marques de commerce de larmes artificielles sur le marché.

Voyons  
Voilà



De plus, il existe d'autres préparations sous forme de gel ou onguent. Il est préférable de les utiliser au coucher pour les individus qui se sentent les yeux particulièrement secs au lever le matin. Ces préparations, utilisées durant le jour, vont brouiller la vision alors qu'elles se solubilisent dans les yeux.

Toutes ces solutions ou onguents sont essentiellement non toxiques et plus ou moins inoffensifs lors de leur utilisation. Normalement, les individus doivent mettre leurs gouttes environ quatre fois par jour, mais parfois aussi fréquemment qu'une fois par heure. La fréquence de leur utilisation est aussi principalement déterminée par la présence ou l'absence des symptômes initiaux.



## PROCHAINES ACTIVITÉS À VOTRE AGENDA LIONS :

5 AVRIL : Conseil d'administration

9 AVRIL : Soirée de quilles de 18hres à 21hres au Royaume des Quilles

10 AVRIL : Brunch 50e anniversaire Club Lions de Boucherville

17 AVRIL : Réunion régulière avec déjeuner au Castel à 8.00hres

20 AVRIL : Réunion de zone à Drummondville à 19hres à l'Hôtel le Dauphin

# Chronique de voyage au pays des



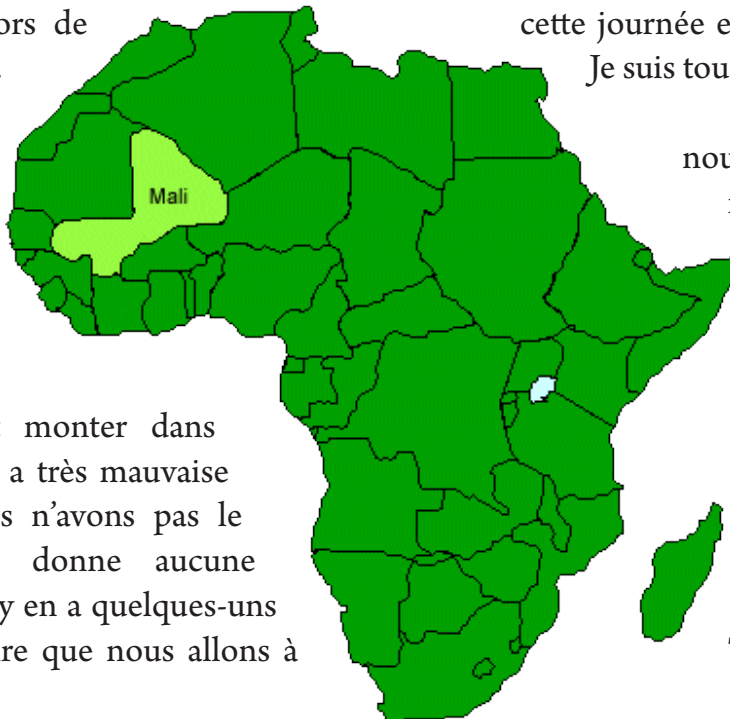
## À la recherche des lions en Afrique

### Un Méchoui royal ... !!!

Un jour, notre ambassadeur officiel, celui qui était reconnu par notre gouvernement pour le représenter auprès du Mali, et qui était posté à Abidjan, en Côte d'Ivoire, décide de venir faire un tour au Mali, histoire de se faire voir et de se faire connaître auprès des autorités maliennes et de ses collègues.

Son voyage se fait au moment où je reçois une invitation spéciale de la présidence à me présenter à l'aéroport pour une mission spéciale. Mais on ne nous dit pas quelle est la destination, ni le pourquoi, etc... Je fais donc des démarches auprès de la présidence pour leur faire savoir que notre ambassadeur sera à Bamako lors de cette journée et on me délivre une invitation spéciale pour lui. Je suis tout fier de mon coup.

Le jour convenu, où nous accredités au tout fier lui de ses collègues



nous nous présentons à l'aéroport retrouvons tous les diplomates Mali. Mon ambassadeur est pouvoir renouer avec tous ambassadeurs.

Et on nous fait monter dans soviétique, lequel a très mauvaise bien! Mais nous n'avons pas le pilote ne nous donne aucune que le russe!!! Il y en a quelques-uns commencent à dire que nous allons à

un avion de type Antonov, réputation ... ça commence choix. Et on décolle. Le indication ... car il ne parle parmi les ambassadeurs qui Tombouctou.

Wow! Qui n'a pas rêvé un jour d'aller à Tombouctou. Car dans le métier quand on veut envoyer quelqu'un en enfer, on lui dit d'aller se faire voir à Tombouctou!!! C'est l'un des endroits les plus reculés au monde car situé en plein milieu du Sahara. Est-ce que je peux vous dire qu'il y fait chaud???

Après une envolée qui finalement s'avère pas si mal du tout, nous atterrissons dans un nuage de poussière épouvantable. On descend de l'appareil mais on y voit que dalle. Y a que du sable et de la poussière.

## Chronique de voyage au pays des lions - suite

Puis arrivent deux minibus dans lesquels on nous entasse et en route pour notre destination. Arrivés sur une grande place, on n'est pas sitôt descendus des minibus que les « youyous » commencent et que nous sommes entourés de plusieurs guerriers touaregs « les hommes du désert ». Qu'est ce qu'ils sont impressionnants, assis sur leurs chameaux à nous regarder de haut avec leurs épées et leur fusil de fabrication artisanale mais décorés comme seuls ils peuvent le faire.

Puis ils nous invitent tous à monter sur un chameau. Mon ambassadeur est trop peureux pour le faire ou bien il a peur de se salir. Alors comme d'habitude, je me porte volontaire et je monte sur la bête. C'est quelque chose je vous dis. C'est haut en sacripant et quand ça marche ça ballotte en titi!!! Y a presque de quoi attraper un mal de mer (ou de désert).

Après un tour de ville, nous arrivons à une espèce d'auberge et on nous invite à nous asseoir en tailleur sur des coussins autour de grandes tables rondes en cuivre. Puis c'est la procession. Joueurs de tambourins et de flûtes touaregs, suivis de plusieurs porteurs qui apportent un chameau cuit sur une énorme broche. Un impressionnant BAR-B-Q. C'est énorme. Mais ce n'est pas tout. Une fois qu'ils ont déposé la bête, les porteurs fouillent dedans et en sortent un mouton, un poulet et enfin un œuf. C'est alors qu'un des officiels maliens nous explique ce qu'il en est. Il s'agit du célèbre **méchoui royal** que les touaregs préparent en des occasions vraiment spéciales et aujourd'hui en est une. Les porteurs, après avoir sorti les pièces de viande, les disposent les unes par-dessus les autres et commencent à les dépecer et nous les servir.

Comme nous sommes plusieurs, il est évident que nous pourrons manger de la chamelle puisque c'est de cela qu'il s'agit, et du mouton, servis bien sûr avec un excellent couscous aux légumes. C'est magnifique et excellent. C'est royal en fait! Quant au poulet et à l'œuf, ils sont réservés aux personnalités les plus importantes.

Après le repas, on nous fait faire un tour de cette ville, ô combien mythique, en nous expliquant que Tombouctou à son époque de gloire possédait une université et une importante bibliothèque. Plusieurs grands savants venaient d'Égypte et autres pays afin d'y étudier les astres dans un environnement qui s'y prêtait semble-t-il.

Ce fut un beau voyage au pays du Sahara et des Touaregs que je salue avec grande humilité.

Lion Paul-André DesRosiers  
Secrétaire 2010-2011  
Club Lions de Granby







## *Un projet qui fait toute la différence au Mali*

Le manque d'eau potable est un problème sanitaire critique. Plus de 3 millions d'individus meurent chaque année des suites de maladies liées à l'insalubrité de l'eau ou souffrent de problèmes de santé, y compris de cécité.

Le Mali, un pays semi-désertique, est traversé par le fleuve Niger. Mais la majorité de la population vit dans des villages éloignés où l'eau est rare et souvent contaminée. 10% des enfants meurent avant leur premier anniversaire et 20% n'atteignent pas l'âge de cinq ans. On retrouve des enfants avec le ventre enflé à cause des vers. Certains meurent même de maux d'estomac.

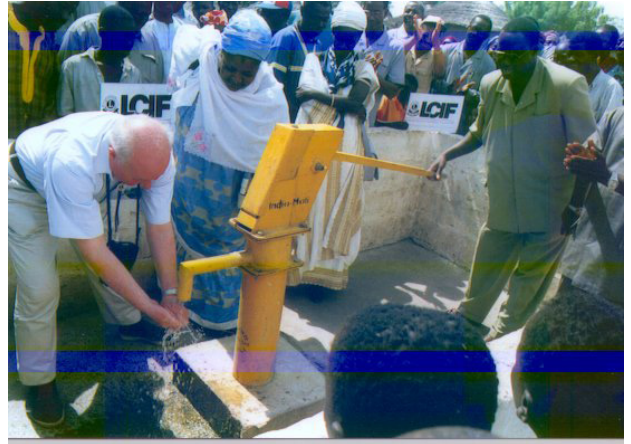
### **Les Lions entrent en jeu**

Soutenus par la Fondation Internationale des Clubs Lions (LCIF), les membres du club local des Lions se sont associés à des Lions français pour organiser des forages et creuser des puits visant à alimenter le village de Morodjambougou et d'autres villages en eau potable. Puis, grâce au programme « Une goutte d'eau pour l'Afrique », les villageois locaux ont appris à utiliser et à entretenir les équipements mis en place. « L'eau, c'est la vie. Lorsque vous apportez l'eau à des sites qui en étaient privés, le bonheur que vous ressentez en aidant des personnes dans le besoin est immense », témoigne un membre Lions du club de Bamako Sokala.



« Les Lions ont pris le temps d'examiner les besoins du village et l'importance de l'eau dans cette région. Il faudrait une journée entière pour vous énumérer tous

les avantages liés à l'arrivée de l'eau potable dans notre village » a résumé le chef de ce village.



### **Conséquences heureuses**

Aujourd'hui, le village est prospère. Depuis que l'eau potable est arrivée, le nombre de décès liés à l'insalubrité de l'eau a reculé et la vie économique connaît un véritable essor. Les familles mangent et cultivent des aliments nourrissants qu'ils peuvent vendre du marché. Quel que soit le moment de l'année où vous visiterez ce village, vous trouverez toujours des fruits. Si ce ne sont pas des bananes, ce sont des papayes. Il y a beaucoup de fierté car ce forage a changé la vie du village.

En Afrique, les Lions changent le cours des choses en luttant contre les maladies et la pauvreté grâce à leurs projets d'assainissement de l'eau. Ce partenariat des Lions a permis d'apporter l'eau potable à plus de 120 villages au Mali.





## FONDATION INTERNATIONALE DES CLUBS LIONS

### POURQUOI AIDER LA LCIF ?

Quand une catastrophe se produit, de quelque ordre que ce soit et où que ce soit, la LCIF réagit immédiatement afin d'appuyer les efforts des Lions sur le terrain. Et si elle peut le faire aussi rapidement, c'est en partie grâce à la générosité des Lions à travers le monde. Et lorsque vous donnez à la LCIF, vous garantisiez que cette aide sera possible lorsqu'il se produira une catastrophe. Chaque dollar que vous donnez à la LCIF servira directement une personne dans le besoin.

La LCIF s'engage auprès des victimes de désastres naturels afin de rebâtir les infrastructures et redonner de l'espoir. Ensemble, continuons à fournir nos services humanitaires à tous ceux qui en ont le plus besoin.

Ce que nos dons représentent :

\$25 – 50\$ : Eau, denrées, vêtements, chaussures pour qu'une famille ou plusieurs individus puissent se nourrir, être à l'abri et subsister pour au moins une semaine ou plus.

\$100 – 250\$ : Des premiers soins et des fournitures médicales pour toute une journée de premiers soins à l'urgence.

\$500 – 1000\$ : Peut fournir une partie des fonds pour la reconstruction de maisons pour les habitants délogés ou sans toit après un désastre.

\$5000 et plus : Peut fournir une partie des fonds nécessaires à la construction d'écoles, de cliniques médicales et d'hôpitaux qui desserviront des communautés pour plusieurs années.

### DERNIÈRE INTERVENTION EN LICE

Une catastrophe récente et dévastatrice, à Christchurch en Nouvelle-Zélande, a laissé des milliers de personnes sans abri et privées d'eau.

Le président international, Eberhard J. Wirfs de la Fondation du Lions Clubs International, s'est rendu là-bas afin de rencontrer les Lions et de voir les programmes d'aide qu'ils ont entrepris. Présents à cette réunion, le maire et la Croix rouge pour discuter des actions à entreprendre.

Il s'est dit impressionné par leur engagement à venir en aide à leurs voisins, malgré le fait qu'ils soient eux-mêmes victimes de ce désastre. Lors d'une réunion d'urgence du Comité du séisme, il y avait un Lion dont la maison a été endommagée, son lieu de travail a été fermé et il n'a plus d'électricité, d'eau ou d'égouts, néanmoins, il était présent à une réunion Lions pour voir comment il pourrait aider les habitants de Christchurch. Ceci exemplifie la devise Lions « Nous Servons ».

Les Lions sont présents sur le terrain dans les communautés touchées depuis le début du séisme le 22 février et la Fondation Internationale des clubs Lions a injecté 110,000\$ U.S. pour soutenir leurs actions. Au cours de la semaine qui vient de se terminer, les Lions ont réalisé les actions suivantes :

- Fourni 500 toilettes portatives à l'association Doctors Surgery's, Nurse Maud et aux foyers de la banlieue à l'est de la ville
- Rendu visite aux habitants de la banlieue avec la Croix rouge pour savoir s'ils avaient besoin d'aide
- Distribué des coupons pour denrées alimentaires et combustible aux familles dans le besoin, ainsi que de la nourriture, des couvertures et de l'eau
- Offert bénévolement leurs services aux centres d'assistance sociale de Christchurch et Timaru
- Récolté 34 000\$US lors d'un week-end de collecte de fonds
- Distribué des repas aux habitants de Christchurch à l'aide d'une caravane alimentaire
- Les Lions des régions voisines se sont rendus à Christchurch pour participer aux programmes d'aide, tels que les contacts à domicile, la livraison de nourriture et les opérations de nettoyage
- Les Lions des villes voisines organisent des repas pour les familles déplacées et le logement pour les Lions dans le besoin
- Dotation d'équipes pour aider au centre national de coordination de la Croix rouge à Wellington
- Livraison d'un camion-citerne de 40 000 litres d'eau potable dans les faubourgs de Christchurch
- Organise des pauses le week-end aux familles leur permettant de quitter la ville pendant quelques jours

Quand un désastre frappe, nous sommes les premiers à répondre présents et les derniers à partir. Que ce soit en Nouvelle-Zélande, en Haïti ou au Pakistan, les Lions et notre fondation reconstruisent les maisons et les vies. Les Lions construisent des ponts de compassion avec leur cœur et leurs mains en Nouvelle-Zélande et à travers le monde.

# **BIENVENUE À NOS NOUVEAUX MEMBRES**

## **Pierre Chicoine**



**Coordonnées**

508 rue Bégin  
Granby, Qc J2G 5R3  
(450) 378-0495  
Parrain Lion Claudette Robillard

## **Murielle Gagnon**



**Coordonnées**

508 rue Bégin  
Granby, Qc J2G 5R3  
(450) 378-0495  
Parrain Lion Claudette Robillard

## **Roger Veilleux**



**Coordonnées**

281 Neil  
Granby, Qc J2G 9J6  
(450) 372-9691  
Parrain Lion André Léger

# Échos de la réunion de zone 55 est (Granby)



23 février 2011



- Notre multi-district compte 4299 membres. Le seul district avec plus de 1000 membres est le nôtre, le U4
- Malheureusement, le club de St-Ludger sera fermé après 15 ans d'existence
- Acton Vale fêtera son 55e anniversaire le 15 octobre 2011
- Le gagnant du concours « Affiches de la Paix » pour le U4 est d'Acton Vale
- Les effectifs : Drummond 42 + 2 nouveaux bientôt  
Acton Vale 43  
Richmond 22  
Granby 35 + 3 nouveaux en mars
- Afin de faciliter l'attribution, à chaque année, du poste de président de notre zone, un vote a été tenu sur la proposition d'établir un système de rotation entre les 4 clubs :  
3 pour / 2 contre
- L'invité international au congrès 2011 de Sherbrooke sera le Lion Rodolphe Robinelle de la Guinée française.
- 21,629 paires de lunettes usagées ont été recueillies dans notre district
- Le concours « Efficacité des clubs » se lit comme suit : St-Romain = 1er (2500) Coaticook (2260), Acton Vale (2100), Compton (1880) et Granby (1855)
- Une remise aussi spéciale qu'inattendue a été offerte à notre lion président Yves par le lion président Serge Blouin d'Acton Vale, dans une très jolie boîte cadeau enrubannée : la restitution de notre marteau, subtilisé lors de leur récente visite à Granby
- Le comité du diabète du U4 a recueilli 2399.50\$ pour la recherche et 2549.50\$ pour le camp d'été
- Les clubs de St-Sébastien et de Boucherville organiseront « La Marche Purina » afin de venir en aide à la Fondation des Clubs Lions du Canada et son école de chiens-guides « Dog Guide »
- Le « Programme Mondial des Effectifs et de la Formation » a été créé par l'International afin d'uniformiser le contenu de ces deux ateliers



# *Souper dansant à la fondue chinoise*

## *6e édition*

**12 mars 2011**



Des Lions engagés : Mario Trépanier, prix de présence, Robert Giasson, animateur, Diane Trépanier, responsable, Yves Proulx, président et Micheline Lavoie, prix de présence.



Les Lions Yves Proulx, président, Christine Roy, compagne de Louis Baillargeon, Gouverneur District U-4 et Robert Giasson, 2e Vice-gouverneur



Les membres à la préparation des légumes pour la soirée «Fondue chinoise»



Des Lions du District U-4 : Nathalie Dubois, Manon Morissette, Christine Roy, Vincent Demers, Louis Baillargeon, Pierrette Trahan et Jean-Noël Trahan

# Histoire de la Fondue chinoise

Certains disent que la fondue tire ses origines de la région de Mongolie, avant même l'arrivée des Mongols, mais il y a peu de preuves historiques confirmant cette thèse. La fondue chinoise est plus probablement originaire de la province de Sichuan en Chine.

La fondue mongole -ou marmite mongole-traditionnelle vient des tribus nomades du nord. Traditionnellement, on utilisait une espèce de mouton originaire de Mongolie Intérieure. Seules certaines parties comme le gigot ou le filet étaient utilisées. Ces recettes sont vieilles de mille ans. Pourtant, la méthode de préparation ainsi que l'équipement nécessaire ne sont plus présents dans la cuisine mongole actuelle. En effet, ce plat ne correspond pas au mode de vie nomade. À cause de la complexité de l'équipement requis, du prix des ustensiles et aussi du poids, la fondue est définitivement devenue un plat pour les foyers sédentaires.

La fondue mongole a largement inspiré la fondue chinoise. Ce serait d'ailleurs les conquérants de la dynastie Yuan (1279-1368) qui l'auraient importée bien que d'autres sources la retrouvent dès la dynastie Tang (618-906), alors qu'elle aurait commencé à se propager dans le nord du pays. Les chinois ont ajouté des produits marins à la fondue et ont utilisé du bœuf. Selon les régions, elle a connu des variations de préparation comme l'ajout de fruits de mer. Et sous la dynastie Qing, ce plat très apprécié par la cour impériale a vu sa popularité s'étendre à presque tout le pays. Aujourd'hui la cuisson au charbon a été remplacée dans la plupart des foyers par des plaques électriques ou au gaz, surtout dans les grandes villes.

## VARIATIONS RÉGIONALES

La fondue est différente d'une région à l'autre. Donc on ne peut pas lui attribuer un caractère strictement

traditionnel. Toute une variété d'ingrédients et de sauces est utilisée. Et il est intéressant de goûter aux différentes spécialités régionales.

A Pékin, on mange de la fondue tout au long de l'année. On trouve toutes sortes d'ustensiles pour la fondue. Il existe à présent des marmites avec plusieurs sections pour des bouillons de différentes saveurs. Les restaurants les plus anciens ou traditionnels servent une fondue parfumée mais douce (peu épicée), cuisinée dans un grand récipient en cuivre, chauffé sur des charbons ardents dans une cheminée centrale. La fondue de Mandchourie utilise plusieurs choucroutes (suan cai) pour donner un goût aigre de ragoût.

Une des fondues les plus réputées est celle de Sichuan dans laquelle est rajoutée une épice spéciale : le poivre du Sichuan. L'épice donne à la fois une sensation de chaleur, celle du piment, mais aussi de frissons, comme une boisson gazeuse. La fondue de Sichuan se démarque de celles des autres régions tant pour sa diversité de viandes que pour ses types de sauces et soupes utilisées.

Il y a aussi des régions où on mélange un jaune d'oeuf cru ou un oeuf entier. Selon certaines théories, cela diminuerait la sensation de brûlure et ainsi les maux de gorges engendrés par l'ingestion d'un trop plein de chaleur lors de la dégustation de la fondue.

## L'HUO GUO

En Chine, on dit simplement "huo guo", c'est-à-dire "hot pot" ou littéralement "fire pot". À Montréal, elle est appelée fondue chinoise mongole

## Histoire de la Fondue chinoise ...

Dans le monde chinois, si vous demandez à quelqu'un de citer ses plats préférés, le mot huoguo risque d'être évoqué. Particulièrement populaire et apprécié en période de froid, la fondue chinoise est un plat qui nécessite relativement peu de préparation. Le plus souvent, les familles chinoises utilisent une petite cuisinière électrique sur laquelle est placée une marmite. Celle-ci contient une soupe qui constitue la partie centrale de la préparation. Selon les goûts et les régions, la composition de ce bouillon varie mais la recette la plus célèbre reste celle du Sichuan très épicée. En ébullition, le wok ou la marmite peut être séparé en deux pour avoir un compartiment épicé et au autre plus doux. Cette marmite peut accueillir tous types de nourriture ou presque : légumes, viandes (principalement en fines tranches), fruits de mer, nouilles, tofu... La sauce qui permet de préparer la soupe possède différents noms : huoguo liao, huoguo diliao, huoguo tangliao.



Quand l'un des convives retire un aliment du bouillon afin de le manger, il peut le tremper dans un bol contenant du huoguo tiaoliao, une sauce d'huile aromatisée, le plus souvent par un mélange d'huile de sésame, d'ail et de glutamate voire de vinaigre noir.

La tradition chinoise veut que ce repas s'articule en deux étapes: La fondue proprement dite en début de repas et la soupe en fin de repas. Cette

façon de faire, qui est à l'inverse de ce que l'on fait en occident, faciliterait en effet la digestion. Il n'y a pas d'autres règles établies pour ce mets outre le fait qu'il est préférable de commencer avec un bouillon relativement fade (il va en effet s'enrichir au fur et à mesure que l'on y cuit le tofu et les légumes) et d'accompagner

avec une sauce un peu relevée. Il existe aussi le « Shabou-Shabou », version japonaise de la fondue chinoise.



Lion Robert Giasson a subi avec succès une intervention chirurgicale, lundi le 21 mars dernier, à l'hôpital Brome-Missisquoi-Perkins. Aux dernières nouvelles, il est en superbe forme et devrait sortir cette fin de semaine.

Nos meilleurs vœux de rétablissement l'accompagnent et nous sommes persuadés qu'il nous reviendra en parfaite forme dans les prochaines semaines.



Lion Normand Beauregard a eu le très grand malheur de perdre son épouse Micheline, samedi le 19 mars dernier. Nous lui offrons nos condoléances les plus

sincères ainsi que nos pensées de solidarité, de fraternité et de réconfort.



# Corvée de desserts pour S.O.S. Dépannage



Guyline Brodeur, coordonnatrice au marketing chez Loblaws, Lise Desroches, Myrille Gaumond Blanchard, responsable de l'activité et Yves Proulx, président 2010-2011



Pour se sucrer le bec



Lion Paul-André DesRosiers est prendre à amener ces tartes au congélateur

Le groupe des Lions (photographe Lion Ronald Blanchard)



**20 mars 2011**



Telle une ruche, l'activité a bourdonné toute la journée