

LE SURVOL

Bulletin interne de l'association de personnes handicapées

L'Éveil des Basques Inc.

589 rue Richard, Trois-Pistoles, G0L 4K0

418-851-2861

Courriel: info@eveildesbasques.org

OCTOBRE 2024

Vol. 24 No 4



Le bulletin est publié sur le web: <http://www.eveildesbasques.org/>

Vous pouvez également nous suivre sur notre Facebook: <https://www.facebook.com/eveildesbasques/>

SOMMAIRE

Conseil d'administration	3
Mot de la rédaction et de la présidente	4
Mot du codirecteur Benoît Beaulieu	5
Bienvenue et un beau don	6
Retour sur l'été et activités à venir	7
Fête de l'Halloween	8
Le covoiturage c'est gagnant pour tous	9
Calendrier des activités	10-11
La violence conjugale vécue par les femmes avec incapacité	12
Chronique juridique	13
Chronique santé	14
Recette	15
Informatique	16
Amusez-vous	17
Réflexion : Ne pas discuter avec les ânes	18
Anniversaires	19
Nos services	20

N.B. Nos informations proviennent majoritairement de documents pris sur le Web et de documents reçus à l'Éveil. Ces textes ne sont pas destinés à remplacer les conseils d'un médecin ou autre praticien de la santé. Le contenu ne représente pas forcément l'opinion de la direction de l'éveil et celle-ci n'assume aucune responsabilité ni obligation découlant de toute erreur ou omission survenues dans ces articles, ni de l'usage de toute information ou de tout conseil contenus dans ces derniers.

Conseil d'administration 2024-2025

1ere rangée:
Carole Sénéchal
Julie Gamache
Gemma Lagacé

Directrice
Présidente
1ere Vice-présidente

2e rangée
Éric Dumais
Céline Pelletier
Diane Gagnon
Gilles Thibault

Directeur
2e Vice-présidente
Secrétaire
Trésorier



Prochain bulletin : 2 décembre 2024

La production et la diffusion de ce bulletin sont rendues possibles grâce:

Au Centre Intégré de Santé et Services Sociaux du Bas St-Laurent

(Programme Soutien aux Organismes Communautaires)

À la contribution des membres

À la contribution de divers commanditaires



Le bulletin est aussi disponible en format audio pour les personnes ayant des problèmes visuels, de lecture ou de compréhension. Si vous désirez recevoir le bulletin sous cette forme, veuillez nous en aviser au bureau de l'Éveil

Mot de la rédactrice



**Bonjour cher(e)s
membres,**

**L'été est déjà fini!
Le beau temps, ça
passe toujours**

**trop vite. J'espère que les activités
estivales vous ont plu et que vous y
avez participé en grand nombre.**

**C'est aussi le retour à nos activités
régulières, les cours pour certains, les
activités sociales et sportives pour les
autres. Mais pour tous, c'est un
moment de bienfaits où la vie nous
entraîne dans ce qu'elle a de meilleur à
nous offrir.**

**Nous avons une foule d'activités à vous
proposer encore cette année. Prenez
connaissance du calendrier dans les
pages centrales et vous serez ravis de
la diversité.**

**Sachons profiter de chacun de ces
moments privilégiés qui
nous sont offerts et
mordons dedans comme
nous mordons dans les
pommes mûres de cette
belle saison.**



Bon automne

*Mona Banville,
agente d'information*

Mot de la présidente



**Cher(es) membres
de l'Éveil des
Basques,**

**Il me fait plaisir
aujourd'hui de me présenter à vous.**

**Plusieurs me connaissent déjà par mes
implications auprès du conseil
d'administration de L'Éveil des
Basques depuis plus de 10 ans
maintenant. Je serai heureuse de vous
représenter pour la prochaine année en
tant que présidente.**

**Avec l'été qui tire sa révérence et la
routine qui reprend sa place, je vous
souhaite un automne rempli de
découvertes, de rencontres et de
moments joyeux.**

**« Rêvez votre
vie en couleur,
c'est le secret
du bonheur. »**



Julie Gamache, présidente

Chers membres, il y a du nouveau à l'Éveil!

En effet, notre organisme a grandi. Nous sommes maintenant plus de 30 employés travaillant pour vous chaque jour. Nous sommes présents pour discuter, vous accompagner, prendre une pause de la vie quotidienne, vous reconduire à vos activités... Bref pour faciliter et favoriser votre participation à la société.

Donc, comme l'organisme a grandi, une mise à jour de nos valeurs était de mise pour refléter le désir de nos membres. Ainsi, à l'Assemblée générale annuelle, les membres ont adopté nos nouvelles valeurs qui régissent notre grande organisation. Je suis très fier de vous les présenter :

Engagé : Nous avons le souci de voir au-delà des besoins des autres. Nous sommes constamment en action pour collaborer avec la personne, sa famille et les intervenants. Nous préconisons le développement de l'autonomie faisant ressortir le plus grand potentiel de chacun. Nous nous investissons dans notre travail, avec les collègues et les membres.

Solidaire : Nous travaillons dans un but commun : s'entraider, s'unir pour un meilleur épanouissement de chacun. Nous nous investissons mutuellement pour l'égalité, l'équité, l'inclusion et la

justice sociale. Nous dépassons collectivement nos limites afin de faire une différence dans la vie de chacun.

Respectueux : Nous nous respectons tous dans nos capacités et nos limites personnelles et dans nos valeurs afin de permettre à tous de se sentir bien. Nous agissons avec l'autre de la même façon que nous aimerions être traités, et ce, de façon positive. Nous sommes accueillants. Tous ont la possibilité de montrer leur couleur et leur unicité sans être jugés. La sincérité et la vérité nous définissent.

Bienveillant : Nos échanges entre les membres et employés sont remplis de gentillesse et d'écoute de part et d'autre. Le bien-être de tous est au centre de nos priorités. Chaque personne y trouve sa place.

Ne les trouvez-vous pas inspirantes?

Moi, j'en suis fan!



Je vous souhaite un bel automne rempli de surprises et de bonnes rencontres. Au plaisir de vous croiser !

Benoît Beaulieu, Codirecteur général



Bienvenue

Nous tenons à souhaiter la bienvenue à Muriel Mercier, responsable des ressources humaines. Muriel est en poste depuis le 3 juin 2024. Elle collabore étroitement avec la direction générale pour tout ce qui touche les employés, autant pour les relations de travail, les formations, la gestion des horaires ou encore la santé et la sécurité.

Muriel apporte une expertise qui permettra à l'Éveil de favoriser l'accueil et le maintien en poste des employés afin de répondre le mieux possible aux besoins de nos membres.

Benoît et Marie-Eve, Équipe de direction générale



Un beau don !



Le 10 août dernier, la famille Bélisle-Rouleau de St-Jean-de-Dieu a organisé son traditionnel party de financement. Le thème de cette année était le FarWest!!!

Ils ont remis la somme de 1445\$ à la Maison Martin-Matte.

Un énorme MERCI à tous ceux et celles qui ont participé à cette activité. Merci d'avoir remis ce beau montant. L'argent amassé servira à aménager une aire de repos extérieur avec des balançoires adaptées pour les personnes à mobilité réduite.





Retour de l'été

Encore cette année, nous avons eu un superbe été. Marie-Soleil nous a organisé plein de belles activités. Nous avons eu droit à une variété d'activités artistiques, un dîner cantine chez Suzanne, une sortie crème molle, un Noël du campeur, des pratiques de fer et autres sports, deux belles sorties au parc de Cabano et celui de Rimouski, un gala du mérite scolaire, etc. Avec dame nature qui était de notre côté et votre merveilleuse participation, ce fut un très bel été. Merci à vous tous.

Merci Marie-Soleil pour ta bonne humeur et tout ce que tu as fait.

Un précieux merci à Ghislaine St-Pierre, qui encore cette année, nous a laissé l'accès à son chalet, c'est toujours aussi généreux de ta part.

Finalement, merci à tous les bénévoles qui étaient présents cet été, votre aide est toujours appréciée et contribue à la réussite des activités.



Retour des activités

Enfin le retour de nos activités. Encore cette année nous avons pour vous, une belle programmation automne/hiver. Nous avons apporté quelques changements et nous espérons que cela vous fera plaisir. Alors, voici ce qui est offert cette année.

- Un mardi avant-midi par mois : l'atelier de cuisine
- Un mardi après-midi sur deux : le rayon de partage qui débute le 1^{er} octobre.
- Un mercredi après-midi sur deux : la chorale, qui débute le 2 octobre
- Un mercredi après-midi sur deux : la mosaïque de verre, qui débute le 9 octobre.
- À tous les jeudis matin : la petite nouveauté, l'activité de mélomélo, qui débute le 3 octobre.
- À tous les vendredis matin : le projet bois, qui débute le 11 octobre.
- Un vendredi après-midi sur deux : les quilles, qui débutent le 11 octobre. ** Attention le coût a augmenté à 15 \$**
- Un vendredi après-midi sur deux : la chaîne de bonté, qui débute le 25 octobre.

Vous pouvez vous fier à votre calendrier afin d'être certain de votre activité. Notez bien que nous suivons le calendrier scolaire de l'éducation des adultes, pour tout ce qui concerne les congés.

Nous vous souhaitons une belle année.

FÊTE DE L'HALLOWEEN

Nous sommes déjà rendus au mois d'octobre. La fête de l'Halloween approche en grand pas. Afin de souligner cette fête, nous vous invitons à venir la célébrer avec nous.

Celle-ci se déroulera le **samedi 26 octobre**, à la **salle des chevaliers de Colomb**, de **15 h à 20 h**. Un repas de lasagne vous sera servi, suivi d'une soirée dansante, et ce, au cout de **15\$ pour les membres** et **30\$ pour les non-membres**. Évidemment, vous êtes encouragé à vous déguiser.

N'oubliez pas qu'il est toujours possible de renouveler votre carte de membre pour l'année 2024-2025. Vous pouvez vérifier votre adhésion en nous téléphonant au 418-851-2861. Il nous fera toujours plaisir de vous répondre.

Nous vous demandons de vous inscrire avant le **21 octobre 16h30** auprès d'Elisabeth Beaulieu : 418-851-2861 poste 4

Une feuille explicative est jointe à votre journal concernant la fête de l'Halloween.



UN PETIT RAPPEL EN CE DÉBUT D'ANNÉE

Qui dit nouvelle année scolaire, dit qu'il est temps de faire quelques rappels.

Si vous avez un de ces symptômes : Toux, fièvre, mal de cœur ou simplement si vous ne vous sentez pas bien, restez à la maison. Nous tenons à vous et nous préférons vous avoir en pleine forme et éviter ainsi la contamination de vos amis. Un petit coup de téléphone afin d'aviser de votre absence sera bien apprécié. Par exemple :



Si vous allez au **plateau**, vous téléphonez à Lysanne: 418-551-8327



Si vous allez à l'**école**, vous téléphonez à Christine ou Carole: 581-337-0950

Si vous utilisez le **transport**, vous téléphonez à Isabelle: 418-851-2861 poste 1

N'hésitez pas à laisser des messages, ceux-ci sont toujours écoutés.

Comme toujours, gardez votre bonne humeur et merci de votre précieuse collaboration.

Le covoiturage c'est gagnant pour tous!

Afin de promouvoir des solutions de transport durable et accessible, une nouvelle plateforme de mobilité en ligne appelée **Embarque Bas-Saint-Laurent** a vu le jour grâce à la mobilisation et à la concertation de plusieurs partenaires régionaux. Le covoiturage consiste en l'utilisation commune d'un véhicule par un conducteur non professionnel et un (ou plusieurs) passager(s), dans le but d'effectuer l'ensemble ou une partie d'un trajet commun hors de votre zone d'habitation.

Embarque BSL est un outil de covoiturage en ligne et gratuit qui permet de jumeler des personnes désireuses de faire du covoiturage dans la région du Bas-Saint-Laurent.

L'outil permet aux usagers d'identifier de possibles covoitureurs en fonction des lieux de départ et de destination, des heures de trajet ainsi que de leurs préférences.

Embarque BSL est un service gratuit, simple, inclusif et écologique.

Lorsque vous recherchez des covoitureurs auprès d'usagers inscrits, vous obtenez instantanément une liste de personnes susceptibles de partager un trajet sur une base régulière ou occasionnelle.

Étapes à suivre

Passager :



1. Créez votre profil
2. Consultez les trajets offerts
3. Réservez votre trajet OU demandez un trajet

Conducteur :



1. Créez votre profil
2. Offrez un trajet
3. Recevez les demandes

Vous devriez, avant de partager un trajet, convenir de la contribution de chaque passager, selon la distance parcourue.

La plateforme est désormais disponible à l'adresse suivante:

<https://embarquebsl.ca/>.

Un soutien sera offert pour répondre aux questions des utilisateurs. Nous vous invitons nombreux à covoiturer et à rejoindre l'aventure collective d'**Embarque Bas-Saint-Laurent!**



Octobre 2024



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	1 9h Cuisine 13h.15 Rayon de partage 	2 13h15 Chorale 	3 9h Méli-Mélo 	4 Congé
7	8 13h.15 Rayon de partage 	9 13h15 Mosaïque de verre 	10 9h Méli-Mélo 	11 9h Projet Bois  13h Quilles 
14 Congé	15 13h.15 Rayon de partage 	16 13h15 Chorale 	17 9h Méli-Mélo 	18 9h Projet Bois  13h.15 La chaîne de bonté 
21	22 13h.15 Rayon de partage 	23 13h15 Mosaïque de verre 	24 9h Méli-Mélo 	25 9h Projet Bois  13h Quilles 
28 26 Octobre Fête de l'Halloween 	29 13h.15 Rayon de partage 	30 13h15 Chorale 	31 9h Méli-Mélo 	

Novembre 2024

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
				1  9h Projet Bois 13h15 La chaîne de bonté 
4	5 9h Cuisine 	6 13h15 Mosaïque de verre 	7 9h Méli-Mélo 	8 <b style="color: red;">Congé
11	12 13h15 Rayon de partage 	13 13h15 Chorale 	14 9h Méli-Mélo 	15  9h Projet Bois 13h15 La chaîne de bonté 
18	19	20 13h15 Mosaïque de verre 	21 9h Méli-Mélo 	22  9h Projet Bois  13h Quilles
25	26 13h15 Rayon de partage 	27 13h15 Chorale 	28 9h Méli-Mélo 	29  9h Projet Bois 13h15 La chaîne de bonté 

La violence conjugale vécue par les femmes avec incapacité

Une nouvelle étude de l'Office révèle que plus de la moitié des Québécoises avec incapacité ont vécu de la violence conjugale. Ce sont 51 % d'entre elles qui ont vécu au moins un épisode de violence de la part d'un partenaire intime, comparativement à 35 % des femmes sans incapacité. La violence entre partenaires intimes peut se manifester sous plusieurs formes. Elle peut être psychologique, verbale, financière, physique ou sexuelle. Ces formes de violence prennent souvent l'apparence d'un cycle de comportements dommageables et répétitifs : tension, agression, justification et réconciliation.

Portrait de la violence entre partenaires intimes vécue par les femmes avec incapacité au Québec

Le rapport produit par l'Office analyse la violence entre partenaires intimes vécue par les femmes avec incapacité à partir des données de 2018. Les résultats montrent que près d'une femme avec incapacité sur six (16 %) a vécu de la violence venant d'un partenaire intime dans l'année précédente. On y apprend également que :

- 60 % des jeunes femmes avec incapacité (de 15 à 34 ans) comparativement à 32 % des femmes âgées (65 ans et plus) rapportent avoir vécu de la violence de la part d'un partenaire intime au cours de leur vie.
- Les femmes ayant une incapacité cognitive (66 %), une incapacité liée à la santé mentale (63 %) ou une

- Incapacité physique (48 %) ont vécu de la violence de la part d'un partenaire intime dans une proportion plus élevée que les femmes sans incapacité (35 %).
- Parmi les femmes ayant vécu de la violence entre partenaires intimes, les femmes avec incapacité sont proportionnellement plus nombreuses que celles sans incapacité à avoir vécu de la violence de la part de 3 partenaires ou plus (9 % contre 4,4 %).

Adapter l'aide offerte aux besoins des femmes avec incapacité

Les conclusions de cette étude sur la violence vécue par les femmes avec incapacité démontrent la nécessité de développer des interventions adaptées qui répondent à leurs besoins spécifiques.

Il importe également que les ressources d'aide soient accessibles. Pensons notamment à l'accessibilité des ressources d'hébergement et à l'information disponible en médias adaptés.

Si vous êtes dans une telle situation ou si vous avez des doutes, de l'aide existe.



Consultez le site web du gouvernement du Québec :

<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/violences/violence-conjugale/aide-ressources>



CHRONIQUE JURIDIQUE

Centre de Justice de Proximité, vous connaissez?

C'est un organisme gouvernemental qui partage des valeurs telles que le respect et l'empathie, l'ouverture d'esprit et l'impartialité et reconnaissons en chaque individu la capacité à prendre en charge sa situation et à faire les meilleurs choix pour lui-même.

Tous les services sont gratuits et ce, peu importe le revenu et la nature juridique du problème rencontré. Nous agissons avec **impartialité** et **confidentialité**.

Ce qu'ils peuvent faire :

Le Centre de justice de proximité du Bas-Saint-Laurent :

- Vous accueille à ses bureaux, du 180 rue des Gouverneurs bureau 125 à Rimouski, écoute vos questions de nature juridique et vous aide à cibler vos besoins;
- Vous donne de l'information juridique pour vous aider à mieux comprendre votre situation, faire des choix éclairés et rechercher des solutions;
- Vous oriente vers des services de médiation ou vers d'autres

modes de prévention et de règlement des différends en faisant valoir les bénéfices de ces approches;

- Vous aide à repérer le formulaire approprié et vous donne des explications pour le compléter;
- Vous informe sur les types de recours et le déroulement des instances;
- Vous dirige vers des professionnels ou des organismes gouvernementaux et communautaires qui pourront vous aider.

Le Centre de justice de proximité du Bas-Saint-Laurent vous accompagne :

- Parcours des petites créances
- Accompagnement en droit notarial
- Information juridique
- Service info-séparation
- Régler son conflit autrement
-



**CENTRES DE JUSTICE
DE PROXIMITÉ**

<https://www.justicedeproximite.qc.ca/>

De plus, de nombreux
video informatifs sont
disponibles sur le site
web:



Chronique santé

Renforcer son système immunitaire

Le système immunitaire défend le corps contre les infections et les maladies. Des parties du système immunitaire cherchent les cellules malsaines ou les substances étrangères au corps, certaines envoient des messages à d'autres cellules du corps au sujet d'une attaque et d'autres s'activent à attaquer et à détruire les micro-organismes qui causent les infections telles que les bactéries, virus, champignons et parasites, ou les cellules malsaines, comme les cellules cancéreuses. Quand le système immunitaire défend le corps contre les infections et les maladies, on parle de réaction immunitaire.

Voici 23 façons de renforcer votre système immunitaire

(idéalement avant l'hiver).

1. La variété dans notre assiette.
2. Des aliments complets.
3. Des fruits et des légumes.
4. Le yogourt, pour notre flore intestinale.
5. L'ail, un farouche combattant.
6. Des protéines en quantité.
7. Le brocoli, un super-légume!

8. Gare au sucre!

9. Des bons gras seulement! Note : ces bons gras se trouvent dans certains poissons (saumon, hareng, thon) et dans diverses graines et leurs huiles (lin, citrouille, chanvre, noix de Grenoble, etc.).

10. Les produits d'origine animale comme les fruits de mer et la volaille sont une bonne source de zinc.

11. La vitamine C, reine de l'hiver.

12. La vitamine A, contre les infections.

13. La vitamine E, pour la résistance.

14. Faites place à l'exercice.

15. Prendre l'air.

16. Profiter du soleil.

17. Dormir suffisamment. (Écoutez votre corps)

18. Bien s'hydrater.

19. On choisit le bon savon (Le plus naturel possible)

20. Chasser le stress.

21. À bas le tabac.

22. L'alcool, avec modération!

23. On se gâte! (Prendre soin de soi!)





Les recettes

C'EST LE TEMPS DES POMMES!

1- Compote de pommes savoureuse:

Pour éviter d'avoir à sucrer votre compote de pommes, ajoutez, avec les pommes, avant de les cuire, une banane mûre.

2- Pour congeler une pomme:

La pomme se congèle bien en quartiers, en lamelles, légèrement cuite, ou arrosée d'un filet de jus de citron.

3- Pommes farcies:

Vous préparez des pommes farcies et vous craignez qu'elles ne s'écoulent dans le four ? Déposez-les tout simplement dans un moule à muffins, avant la cuisson, et elles tiendront le coup.

4- Pommes en compote:

Lorsque vous préparez de la compote, ajoutez du jus de pomme aux fruits qui mijotent. La saveur en sera accentuée.

5- Pomme et épices:

Les épices chéries de la pomme: la cannelle et la muscade.
Pour sucrer la pomme au cours de la cuisson :
le sirop d'érable, le miel et la cassonade.

6- Compote de pommes rosée:

Le truc pour obtenir une compote de pommes rosée, c'est d'ajouter une bonne poignée de canneberges en faisant cuire les pommes.

7- Pommes plus savoureuses:

Ajouter une pincée de sel, aux pommes qui bouillonnent, les rend plus savoureuses.

8- Compote de pommes moins sucrée:

Pour obtenir une compote de pommes moins sucrée, vous pouvez remplacer le sucre par du jus d'ananas.

Il faut utiliser 1/2 litre (2 tasses) de jus pour environ 30 pommes.



COIN INFORMATIQUE

Les conseils de la police pour mieux déjouer les arnaqueurs

Pour voler l'argent des gens, les fraudeurs se réinventent constamment, d'où l'importance de se garder à jour sur les nouvelles arnaques.

SE FAMILIARISER AVEC LES FRAUDES LES PLUS FRÉQUENTES

Parmi les fraudes par paiement urgent, la plus connue est sans conteste l'arnaque « grands-parents ». Les fraudeurs appellent les gens en se faisant passer pour un enfant, petits-enfants ou autre qui est en difficulté et a un besoin urgent d'argent. Ils demandent de mettre l'argent dans une enveloppe, qu'ils viennent ensuite chercher au domicile de la victime.

Autre ruse souvent utilisée: se faire passer pour un représentant d'une institution financière et annoncer à une personne qu'elle a été victime de fraude, lui demandant de donner son numéro de carte de débit ou de crédit et son NIP pour faire cesser l'arnaque. « **Chose qu'il ne faut jamais faire!** »

SAVOIR COMMENT S'Y PRENDRE POUR NE PLUS ÊTRE UNE CIBLE

Les escrocs exploitent souvent les informations partagées par les gens sur les réseaux sociaux, comme le nom de leurs enfants, leurs destinations de vacances, etc. Les quiz en ligne, comme ceux qu'on trouve sur Facebook, sont aussi une façon de leur soutirer des informations personnelles. Le mot d'ordre : **éviter de divulguer tout renseignement à notre sujet**. Autre mesure

de protection : faire confiance à son instinct et rester calme. Les fraudeurs utilisent les émotions pour susciter une réaction chez leurs victimes.

7 conseils anti-fraude à retenir

1. Ne faites jamais de transactions urgentes ou sous pression.
2. Restez calme si vous soupçonnez que votre interlocuteur au téléphone est un fraudeur. Raccrochez et composez aussitôt le 911. Votre signalement aidera les services policiers à connaître les fraudes commises.
3. Ne vous fiez pas au numéro sur l'afficheur, il peut être truqué
4. Si une personne ou un organisme demande à vous payer avec une carte-cadeau, un transfert, refusez.
5. Méfiez-vous si une personne vous demande de garder secrète une transaction entre vous deux.
6. Réfléchissez avant de partager une information personnelle sur les réseaux sociaux: est-ce une bonne idée?
7. **Convenez d'un mot-clé avec vos proches**. Ainsi, votre interlocuteur pourra vous confirmer son identité si l'appel vous semble douteux.





LE COIN DES JEUX

Un peu de mathématique



2	x		=	6					18
		-		÷					÷
	÷	2	=	2					
x		=		=		+		=	
5		1			x	3	=		
=						=			
20			÷		=				
		+		x					+
8	-		=						
		=		=					=
		18			-		=	2	



RÉPONSES

2	=	2	-	4		18			
=				=		=			
1				2	=	6	-	8	
+				x		+			
1				6	=	2	÷	12	20
				=				=	
9	=	3	x	3		1		5	
=				=		=		x	
2				3		2	=	4	
÷				÷		-		÷	
18				÷		3	=	2	18

Réflexions et pensées

NE PAS DISCUTER AVEC LES ÂNES

L'âne dit au tigre : "L'herbe est bleue."

Le tigre répondit : "Non, l'herbe est verte."

La discussion s'enflamma et les deux décidèrent d'aller voir le lion, le roi de la jungle.

Déjà avant d'atteindre la forêt, où le lion était assis sur son trône, l'âne se mit à crier :

« Son Altesse, est-il vrai que l'herbe est bleue ?

Le lion répondit : "C'est vrai, l'herbe est bleue."

L'âne se dépêcha et continua :

"Le tigre n'est pas d'accord avec moi, me contredit et m'énerve, s'il vous plaît, punissez-le."

Le roi déclara alors : "Le tigre sera puni de 5 ans de silence."

L'âne sauta gaiement et reprit son chemin, content et répétant : "L'herbe est bleue !"

Le tigre accepta sa punition, mais il demanda au lion : "Votre Majesté, pourquoi m'avez-vous puni ? Après tout, l'herbe est verte."

Le lion répondit : "En fait, l'herbe est verte."

Le tigre demanda : "Alors pourquoi me punis-tu ?"

Le lion répondit :

"Cela n'a rien à voir avec la question de savoir si l'herbe est bleue ou verte. La punition est qu'il n'est pas possible pour une créature courageuse et intelligente comme toi de perdre son temps à se disputer avec un âne, et en plus de venir m'embêter" avec cette question. "

La pire perte de temps est de discuter avec l'imbécile et le fanatique qui ne se soucie pas de la vérité ou de la réalité, mais seulement de la victoire de ses croyances et de ses illusions. Ne perdez jamais de temps avec des arguments qui n'ont aucun



sens... Il y a des gens qui, peu importe la quantité de preuves que nous leur présentons, ne sont pas dans la capacité de comprendre, et d'autres sont aveuglés par l'ego, la haine et le ressentiment, et tout ce qu'ils veulent, c'est avoir raison même s'ils n'ont pas raison.

***Quand l'ignorance crie, l'intelligence se tait.
Votre paix et votre tranquillité valent plus.***

Les anniversaires

A toutes les personnes qui ont célébré ou célébreront leur anniversaire en septembre et octobre nous souhaitons une très heureuse journée de fête.

Bonne fête et laissez-vous parler d'amour



Nous désirons offrir nos plus sincères condoléances à Mme Hélène Couellet intervenante communautaire, pour le décès de sa mère Mme Noëlla Couellet survenu le 5 septembre dernier

Septembre

Mariette Tardif
Benoît Beaulieu
Andrée Bélisle
Nicole Levesque
Damien Talbot

Octobre

Thérèse Dumont
Francine Devost
Arnaud Jacques
Gervais Létourneau
J - François D'Amours
Berthier Jean
André Devost
Gilles Thibault



Ah la langue française !!!!

Pourquoi dit-on qu'il y a un embarras de voitures quand il y en a trop, et embarras d'argent quand il n'y en a pas assez?

Quand une personne meurt, on dit qu'il s'éteint; quand il est mort, on l'appelle "feu" ?



Pourquoi un bruit transpire-t-il avant d'avoir couru?



On remercie un employé quand on n'est pas content de ses services !

Pourquoi, lorsqu'on veut avoir de l'argent devant soi, faut-il en mettre de côté?

On passe souvent des nuits blanches quand on a des idées noires!



Comment distinguer le locataire du propriétaire, quand les deux disent: Je viens de louer un appartement

Pourquoi lave-t-on une injure et essuie-t-on un affront?



N'oubliez pas de changer d'heure dans la nuit du 2 au 3 novembre



Un heure de plus pour dormir !!!

**NOS
SERVICES**

**MAISON
MARTIN-MATTE**

24 rue Gagnon

 Ville de Trois-Pistoles

Logements
adaptés
sécuritaires et
chaleureux
répondant
aux besoins
particuliers
de la clientèle

Transport adapté
et collectif
des Basques et St-Cyprien

Transport en commun
adapté aux besoins
des personnes handicapées
et utilisant les places libres
du transport adapté,
du transport scolaire,
pour la population



**Société de l'assurance
automobile**

Québec 

À votre service
depuis 1985



**NOS BUTS
ET OBJECTIFS**

Regrouper les personnes handicapées
Favoriser l'intégration sociale
Sensibiliser et informer les membres

