

# ***la pépinière 3ème édition***

## ***printemps/été 2024***



**L**  
**la pépinière**  
**P**

éditorial

**printemps**



**Le soleil accueille le printemps,  
Le soleil dit bonjour à la terre,  
La terre accueille les semences,  
les semences pourront faire de  
bon légumes et fruits  
frais pour la saison estivale.**

## **sommaire**

**PAGE 1 Éditorial**

**PAGE 2 Sommaire**

**PAGE 3 Exposition de photos (1)**

**PAGE 4 Exposition de photos (2)**

**PAGE 5 Exposition de photos (3)**

**PAGE 6 Coalitions communautaires**

**PAGE 7 Comment maximiser**

**la chance de réussite de mon enfant**

**PAGE 8 Maltraitance**

**PAGE 9 Vivre en HLM en étant à mobilité réduite**

**PAGE 10 Le Coin de la lecture**

**PAGE 11 Le Coin de la poésie**

**PAGE 12 Le Coin du studio**

**PAGE 13 La perte d'un animal de compagnie**

**PAGE 14 Ressources / bottin**

## **Exposition de photos (1)**

**J'ai célébré en partie mon anniversaire à l'exposition de la résidence où je demeure, dans une célébration à coup d'oeil sur plusieurs photos auxquelles les résidents (résidentes) ont pris part. C'était une joie de vivre leur enthousiasme pendant que plusieurs personnes circulaient en posant des questions à quelques participantes. L'ambiance était plutôt festive car plusieurs participantes démontraient leur persévérance à travers leurs photos.**

**I celebrated a part of my birthday at the photo exposition at the residence where I live, in a celebration of an eye opener on several photographs that residents took part in. It was a joy to take place in their enthusiasm while several people were admiring the photos and asking different questions. The atmosphere was in full celebration as several persons who participated showed their perseverance in partaking of their photographs.**

Écrit par: JDT

## **Exposition de photos (2)**

**Lise : Pour rencontrer les gens et partager diverses connaissances. Elle veut une amélioration des services à la résidence : nouvelles laveuses sécheuses. La salle communautaire devrait être ouverte plus souvent pour les résidents**

**Lise: To meet people, to share different influences, she wants an upgrade in the services at the residence: new washers and dryers; the community center should be open more often for residents,**

**Aurélia : Pour sortir et rencontrer des personnes, connaître la mentalité québécoise. Les photos de nourriture sont très importantes pour la santé. Il manque des services dans le secteur. Il devrait y avoir un café, il devrait y avoir plus de services : banque, magasin etc.**

**Aurelia: For outings, to meet other people, to get to know the quebecer mentality. The photographs of food are very important for a good health. There are missing services in the sector such as a café restaurant. There should be more services: bank, stores, ect.**

# Exposition de photos (3)



## **Coalitions communautaires**

**La Coalition communautaire est un rassemblement d'acteurs qui contribuent collectivement à l'amélioration des conditions de vie des résidents de la Pépinière.**

**C'est le fruit de plusieurs semaines de travail (discussions, sondages, porte à porte etc) pour identifier des problèmes vécus quotidiennement par les résidents ainsi que des pistes de solution. Nous avons sélectionné quatre thèmes à traiter :**

- 1. Présence terrain: sécurité et patrouille**
- 2. Entretien des infrastructures et bâtiments**
- 3. Renforcer les liens de communauté**
- 4. Prévention auprès des jeunes.**

**Pour chaque thème, nous avons préparé une présentation générale de la problématique ainsi que les suggestions de solutions.**

**La 1ère Coalition s'est tenue le 25 mai 2023 :**

**Chaque membre de la Coalition a pris un engagement pour la suite de la démarche et Projet Harmonie va assurer le suivi via des comités opérationnels. La prochaine Coalition communautaire permettra d'évaluer les impacts du travail accompli.**

**La 2ième Coalition a eu lieu le 22 novembre 2023 :**

**Nous avons établi un bilan des actions entamées pour chaque thème et nous avons localiser 02 actions à prioriser :**

- 1. Vigilance communautaire : Présence terrain positive à partir des ressources qui sont déjà sur le terrain et augmenter les dénonciations liées au squattage.**
- 2. Clinique mobile : Faciliter l'accès aux services de santé de façon innovante en appuyant notre demande sur des statistiques.**

**Malgré que la mission de la Pépinière en force ne soit pas terminée et que notre travail doit continuer, nous remarquons quelques améliorations significatives et nous enregistrons une présence exceptionnelle des partenaires à la Pépinière et une réponse favorable à nos invitations.**

**La prochaine Coalition communautaire aura lieu sur le plan de la pépinière pour la dernière fois en mai 2024. Lors de cette rencontre, nous aurons l'occasion de faire le bilan de notre démarche, et d'envisager la suite des implications et relations à maintenir.**

**Écrit par: Ahmed**

## **Comment maximiser la chance de réussite de mon enfant**

**Tout d'abord aucun enfant est crétin. Il faut tout simplement connaître le fonctionnement de son enfant, comment son cerveau capte plus facilement les informations. Certains enfants sont plus visuels et d'autre plus auditifs. C'est crucial de valoriser votre enfant, d'apprendre à manifester de l'intérêt pour toutes les choses qu'il aime, passer avec votre enfant du temps de qualité. Amusez vous avec lui. Il y a beaucoup d'activités qui sont gratuites (regarder un film, aller au parc, lire un livre ect). En passant des bons moments avec votre enfant, il sera plus disposé psychologiquement à vous écouter ainsi faire les devoirs ne représenterait plus pour lui une punition ou un corvé. Il vous sera plus facile de lui apprendre l'importance d'une éducation académique pour lui, pour sa réussite dans cette société. Si votre enfant voit qu'il est important pour vous, il vous donnera de l'importance aussi, à ce qui a de la valeur pour vous, ainsi sa mémoire gardera plus longtemps les acquis de l'école.**

### **How to maximise your child's success**



**First of all, no child is a moron. We must simply know the functioning of our child, how his brain adapts more easily the information. Some children are more visual and others more auditory. It's crucial to encourage your child, always learning to manifest interest in all things that he likes, also spending quality time with him. Have fun with him. There are a lot of activities which are free (watching a movie, go to the park, read a book etc.) Spending fun moments with your child, he will be more disposed psychologically to listen to you and do his homework without it being a punishment or a chore. It will be easier for you to teach him the importance of an academic education for him, for his success in this society. If your child sees he's important for you, he will give you importance also in what has value for you, and in conclusion, his memory will keep for a long time the things acquired from school.**

Écrit par: Frantzcesca

## Maltraitance

**S'avouer, se rendre à l'évidence que quelqu'un de notre entourage profite et abuse de nous. Une personne que l'on aime et qu'on croit connaître prend avantage de ce qui nous revient de droit. Peu importe la raison, familles brisées désunies, maladie, deuil, on se retrouve seuls dans les dernières années de notre vie qui sont je crois les plus importantes car on fait le bilan de notre vécu. Soyons alertes et sachons que nous pouvons être charitables sans nous priver.**



## Abuse

**To face the evidence that someone in our circle profits and abuses of us. A person which we love and we believe knowing, takes advantage over our rights. For whatever reasons, broken families disunited, sickness or grieving, we become alone in the last years of our lives which I believe are the most important because we make a summary of our lives. Try being alert in knowing that we can be charitable without losing anything.**



**À la mémoire de Dyane**



**Dans un grand regret, nous rendons hommage à notre amie Dyane.  
Nos sincères condoléances à sa famille et ses amis.  
Sa sensibilité et son empathie touchait tout le monde sans exception.**

## **Vivre en HLM en étant à mobilité réduite**

**Par un beau après-midi d'hiver Mme Carole, une personne à mobilité réduite, a sa chaise prise dans la glace en se rendant près d'un stationnement. Je l'ai aperçue, j'ai tiré sa chaise en la tournant vers l'arrière pour l'aider. Enfin, après cinq minutes elle peut aller trouver son chauffeur. Êtes-vous déjà demandé comment ce serait de vivre en HLM en étant à mobilité réduite? Voyons cela ensemble avec Mme Carole.**

**Dans notre quartier il y a un organisme, le Projet Harmonie où Mme Carole n'a pas l'accès car il n'y a pas de rampes pour les personnes en chaises roulantes. Pour le transport adapté, les chauffeurs sont très compréhensifs. Les délais d'attente sont raisonnables. En hiver comme en été les allés ne sont pas sécuritaires. En hiver il y a de la glace partout. En été sa chaise roulante est souvent bloquée par des nids-de-poule. Elle a failli tomber récemment. Mme Carole n'est pas satisfaite des services de santé offerts par des préposés du CLSC qui ne travaillent pas avec leur cœur qui s'empressent d'en finir plutôt de lui donner des soins adéquats. Malheureusement nous ne pouvons pas lui rendre sa mobilité, elle qui doit constamment faire face à plusieurs deuils dans sa vie. Cependant nous nous devons d'être emphatique. Faisons un monde meilleur pour les gens comme Mme Carole qui doit faire face à différents combats de la vie.**

**Dans le futur pensons à ces personnes lors des constructions ou des rénovations des bâtiments. C'est un très grand pas vers un avenir où l'union a toujours fait la force d'un peuple.**

Entrevue réalisée par: Frantzcesca

Accordée par: Carole



## Le Coin de la lecture

### La fille de papier – De Guillaume Musso

L'histoire débute avec Milo le meilleur ami de Tom (Tom Boyd, écrivain) agent et gérant à Tom. Il essaye de défoncer la porte à Tom pour soit le réveiller ou venir à son secours. Milo finalement réussi à réveiller Tom qui est plutôt sur l'influence des cachets qu'il prend continuellement depuis sa séparation avec la belle Aurore Valancourt, une pianiste et mannequin renommé internationalement. Depuis sa rupture avec Aurore, Tom n'est plus capable de vivre ni manger ni écrire. Tom est furieux en plus car Milo lui annonce que les 100 000 exemplaires du dernier livre de Tom ont vu une grande faute d'imprimerie car tout ces livres s'arrêtent à la page 266 au lieu de 400 pages comme Tom a écrit. Un certain matin à 3:16 AM pendant que Tom est toujours sous l'influence de plusieurs pillules et qu'il essaye de dormir, il y a soudain un bruit venant de sa terrasse et un fracas de vitre. Une grande blonde mince et belle entre chez Tom et commence à faire comme chez elle. Billie Donnelly se présente et Tom n'en revient pas car Billie est la personnage principale de son dernier livre. Il croit avoir vu un fantôme mais Billie est vraiment réelle car elle est tombée du livre inachevé de Tom. Et voilà que commence notre histoire et la relation entre Tom et Billie.

The story begins with Milo the best friend of Tom (Tom Boyd, writer) and personal agent and Tom's manager. He tries to break in Tom's door either to wake him up or come to his help. Milo finally wakes Tom who is always under the influence of pills he takes continuously since the separation with the beautiful Aurore Valancourt, a famous pianist and model known internationally. Since the breakup with Aurore, Tom cannot live, eat or write. Tom is furious because Milo just told him that the 100 000 copies of Tom's last book had a problem with the printing because all of these books stop at page 266 rather than 400 like Tom had written. A certain morning at 3:16 AM while Tom is always under the influence of pills and is trying to sleep, there is suddenly a noise from his terrace and a breaking of glass. A beautiful blond tall and thin walks into Tom's house and does as she pleases. Billie Donnelly presents herself and Tom can't believe what he's seeing because Billie is the main character in his latest book. He believes in seeing a ghost but Billie is real because she fell out of the incomplete book of Tom. And here begins the story between Tom and Billie.

Écrit par: JDT



## Métronome

L'esprit métronome  
Des hommes en surnombre  
Pris entre chair et peau

Armé d'un stylo  
Le cœur chargé Comme un char d'assaut  
Laissé pour mort Sans signes vitaux

À grands coups de poésie Mitraillant la vie  
Comme la guerre en Syrie  
Je ne sais pas si ton âme rit

Moi je te défie en punch line Schizophrénie  
Ma vie comme un éléphant la nuit  
Que tu te prends comme un zombi  
Moi j'écris des rimes pour les incompris

L'esprit métronome  
Des hommes en surnombre

Pris entre chair et peau Armés d'un stylo  
Le cœur chargé Comme un char d'assaut  
Laissé pour mort Sans signes vitaux

Moi je défie la vie  
L'élan d'un dernier cri  
Tel un slam pour les démunis  
Pour les héritiers du déni

Que l'avenir a oublié  
Derrière barreaux de barbelés  
Tout ce sang versé  
Comme une rose séchée

Survivants des abîmes de la mort  
Pour vous tous j'écris  
Avec de l'encre multicolore

L'esprit métronome  
Des hommes en surnombre

Pris entre chair et peau  
Armés d'un stylo  
Le cœur chargé Comme un char d'assaut

## Le Coin de la poésie



Poème par: Jean-Simon Brisebois

Le Coin du studio

Lettre à ma mère

Au moment où j'écris ce texte  
je crois que tu sais qui a encore des tas de problèmes  
la vie est dure mais t'inquiète je fais avec  
tout mon stress assassine mon sommeil

Dans ce monde personne va te venir en aide  
ma mère m'a toujours dit de se débrouiller par soi-même  
l'écriture est facile, car je suis resté moi-même  
je sais que c'est dur d'avancer quand t'es remplis de galères

T'étais tout en bas t'as su tout remonter  
depuis ce temps je vois que de la fierté  
mais cesse d'arrêter car c'est pas terminé  
je dis ça car c'est toi qui me le répétais

Tout ce que je veux ce n'est que ton bien  
rendre fière ma mère et rendre tous les miens  
je t'ai dit des choses que je ne pensais pas  
je crois que ma vie serait différente si t'avais pas été la

texte de: SlimiXT

# La perte d'un animal de compagnie

(Témoignage)

**Le 22 février dernier, j'ai été confrontée à devoir annoncer le décès de notre chat Chatouille à mes enfants.**

**Je me suis posée beaucoup de questions.**

**Comment l'annoncer? À quel moment l'annoncer? Quel sera leur réaction?**

**Suite à cette triste nouvelle, le défi est de trouver les bons mots pour les reconforter.**

**Je leur ai imprimé à chacune une photo de Chatouille ce qui a aidé une de mes filles.**

**Elle m'a demandé de poser des questions à la personne qui a trouvé notre chat. Quand je lui ai reparlé le lendemain pour lui donner des réponses à ses questions. Elle m'a raconté qu'il était chez son amie. Sa mère l'a retrouvé. Il était vivant.**



**Chaque enfant a une réaction différente face au décès de son animal de compagnie.**

**Il est important de dire la vérité à l'enfant, peu importe la façon dont l'animal est décédé.**

Écrit par: Carine

## **Bottin**

**<https://fauxavocat.ca/> Téléphone: (514) 866-9392**

**Bureau du défenseur fédéral du logement  
[Info.Com@chrc-ccdp.gc.ca](mailto:Info.Com@chrc-ccdp.gc.ca)**

**<https://liguedesdroits.ca> ligue des droits et libertés**

**<https://www.barreaudemontreal.qc.ca> 514 866-9392**

**<https://www.aqdr.org/coordonnees> Association  
québécoise de défense des droits des personnes  
retraitées et préretraitées (AQDR).**

**<https://educaloi.qc.ca/dossier/aines>  
<https://ville.montreal.qc.ca/sim/nous-joindre>  
Informations générales : 514 872-3800**

**[https://liguedesdroits.ca/les-10-droits-fondamentaux-  
des-aines-une-rencontre-avec-la-realite-des-aine-e-  
s-daujourd'hui](https://liguedesdroits.ca/les-10-droits-fondamentaux-des-aines-une-rencontre-avec-la-realite-des-aine-es-daujourd'hui) Téléphone : 514 849-7717**

**Pour toutes suggestions, veuillez contacter le journal.  
Nous sommes ouverts à vos commentaires.**

**À l'édition prochaine!**

-L'équipe du journal

# ***la pépinière***



***Laurie:  
Coordonnatrice***



***Sylvain:  
Mise en page***



***Frantzcesca Cornet:  
sujet tabou***



***JDT:  
Coin de la lecture  
et  
traduction***



***Jean-Simon Brisebois:  
Poète***



***AU PLAISIR  
DE VOUS  
REVOIR CHERS  
LECTEURS***



***Ahmed Chourifi:  
Article Coalition***