www.amicalepersonneshandicapees.co

L'AMICALE
DES PERSONNES HANDICAPÉES PHYSIQUES DE L'OUTAOUAIS
405 rue Notre-Dame, Gatineau (Québec) J8P 1L7
tél.: 819-663-2999 Fax: 819-663-4124

AGAP
Vieux -Gatineau

BOUTIQUE (PRODUITS ÉCOLOGIQUES ET EN VRAC), SALON DE THÉ ET SERVICES MÉNAGERS ÉCOLOGIQUES (RÉSIDENTIEL ET COMMERCIAL)
Multiservices Vert Inc.
305, RUE NOTRE-DAME, GATINEAU (QUÉBEC) J8P 1K9 /// 819 893-5080
WWW.MULTISERVICESVERT.CA /// INFO@MULTISERVICESVERT.CA

Club Optimiste de Gatineau
62 boulevard Gréber,
C.P. 82007 Gatineau, QC,
J8T 8B0
Président
Pierre Sauvageau : 819-595-1262
CLUB OPTIMISTE GATINEAU Inc.

Je profite de l'occasion qui m'est offerte par le CVQ du Vieux-Gatineau pour souhaiter à tous les citoyens du district du Lac-Beauchamp de passer un très bel été!

Pour vous informer au sujet de notre district et de notre ville, vous pouvez toujours consulter mon site Internet au www.jeanfrancoisleblanc.ca ou ma page Facebook.

Pour faire une requête de service, une plainte ou soumettre vos commentaires, je vous invite à composer le 3-1-1 en tout temps.

Merci infiniment aux citoyens qui ont voté le 28 février dernier. Je désire être un conseiller disponible et accessible. Pour ce faire, j'organiserai des activités, des rencontres citoyennes et je mettrai en place des actions rassembleuses et participatives. Envoyez-moi un courriel d'intérêt, des suggestions ou suivez–moi pour tout savoir.

Jean-François LeBlanc
Conseiller municipal
District du Lac-Beauchamp
leblanc.jean-francois@gatineau.ca
819 595-7110

Écho De Quartier
CVQ du vieux GATINEAU
Volume 7

FÊTE DE QUARTIER 2016

Le Vieux-Gatineau m'enchante!

Le CVQ et ses partenaires vous convient à la fête d'été!

Où?
Au Marché Notre-Dame
330, rue Notre-Dame

Quand?
Samedi
4 juin 2016

Extérieur
De 11h à 14h :
- Graffitis
- Animations familiales gratuites
- Jeux gonflables
- Specatcles
- Maquillage et bricolage
- Dévoilement du plan d'action de la RUIVG[1]

Intérieur
De 14h30 à 16h 30 :
PROPULSION scène présente :
« Chante la vie, Chante! »

Pour infos
Annie-Pier Carron-Daviault
Courriel: info@cvqvg.ca
Tél: 819 893-4300

[1]Revitalisation Urbaine Intégrée du Vieux-Gatineau

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DU CVQ DU VIEUX GATINEAU

Chers résidents, membres, partenaires et supporteurs, le CVQ du Vieux-Gatineau a connu une année 2015-2016 remarquable sur plusieurs aspects. Nous avons réussi à développer et structurer des projets et activités d'une grande qualité.

C'est pourquoi nous vous convions avec grand plaisir à votre Assemblée générale annuelle qui se tiendra :

Date : Mercredi le 22 juin 2016

Lieu : 89, Jean-René-Monette (édifice Jean-René-Monette)

Heure : 19h.

Un léger goûter vous sera servi sur place.
Halte-Garderie disponible sur réservation.

Venez en grand nombre, nous comptons sur votre présence et votre implication. Veuillez confirmer votre présence à M. Mustapha Bahri au: dg@cvqvg.ca ou par téléphone au 819 893 4300.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DE LA MAISON DE QUARTIER NOTRE-DAME

La Maison de quartier Notre-Dame tiendra son assemblée générale annuelle **Lundi le 13 Juin à 19 h,** au **89 Jean-René-Monette (**précédée d'un **BBQ gratuit à 18h00!!).** Vous êtes tous et toutes invités à y participer.

Vous pouvez devenir membre de la Maison de Quartier sur place et participer dès maintenant. Venez en grand nombre, nous comptons sur votre présence et votre implication. **Halte-garderie disponible sur réservation !**

Pour information ou confirmer votre présence, contacter :
Jonathan Côté - info.mqnd@gmail.com ; 819 893 4300.

Recette : Burger de tofu et de quinoa*

- 2 c. thé d'huile d'olive divisé en 2
- 1 petit oignon rouge haché finement
- 3 ou 4 champignons blancs hachés finement
- 350g de tofu extra ferme
- 125 ml chapelure de blé entier à l'italienne
- 60 ml de ciboulette ciselée
- 2 c. soupe de moutarde de Meaux ou de moutarde à l'ancienne
- 1 c. soupe de moutarde de Dijon
- 1 c. soupe de sauce worcestershire
- Poivre et sel
- 4 gros pains

1) Verser 5ml d'huile dans une poêle antiadhésive et la répartir avec un pinceau de cuisine. Réserver le reste de l'huile pour griller les boulettes

2) Ajouter l'oignon et les champignons et cuire à feu moyen-vif de 5 à 7 minutes. Éviter de trop remuer pour permettre aux légumes de bien dorer. Retirer du feu

3) Pendant ce temps, éponger le tofu avec du papier absorbant. Dans un grand bol, émietter le tofu avec les doigts pour obtenir des morceaux de taille d'un grain de riz.

La Voix des parents reprend le travail!

Après une pause de quelques mois, le groupe de *La Voix des parents* du Vieux-Gatineau se remet à la tâche, accompagné d'une nouvelle animatrice. Nous reprenons donc nos rencontres bimensuelles, avec comme objectif de trouver des partenaires afin de nous aider à faire avancer les cinq enjeux ayant été ciblés comme prioritaires : Avoir plus de structures de jeu et de jeux d'eau adaptés aux enfants de 0 à 5 ans, créer des lieux de rencontres où les parents peuvent discuter et où les enfants peuvent jouer ensemble, augmenter le temps de traverse sur les intersections de la rue Maloney, augmenter les projets de logement abordable pour les familles et installer de panneaux de signalisation de priorité piétons.

Venez nous rencontrer à la fête de quartier du 4 juin, nous aurons notre kiosque et il nous fera plaisir de partager l'avancement de nos travaux avec vous! Si vous avez des idées de partenaires en tête, venez les partager avec nous!

Au plaisir de vous rencontrer, *La Voix des parents* du Vieux-Gatineau

Le temps du super BBQ annuel de l'École des Trois-Saisons est finalement arrivé!

L'Organisme de participation des parents (OPP) de l'école des Trois-Saisons vous invite à son BBQ annuel de 16 h à 19 h le mercredi 15 juin 2016 dans la cour de l'édifice St-Pie X, au 114 rue de la Reine Elisabeth Est. Venez donc vous amuser avec nous : immenses structures gonflables et activités pour les enfants, prix de présence et kiosques payants.

Coût du billet : 5$ comprend 2 hot-dogs, 1 sac de chips, 1 breuvage et 1 participation au tirage de prix de présence. Une prévente des billets aura lieu les 6-7-8-9 juin prochain dans l'entrée principale de l'école des Trois-Saisons, édifice St-Pie X. Procurez-vous vos billets en avance et économisez du temps en file d'attente!

Organisme de participation des parents (OPP)

École des Trois-Saisons

Courriel : opp-troissaisons@edu.csdraveurs.qc.ca

Site web de l'OPP : http://www.csdraveurs.qc.ca/ScriptorWeb/scripto.asp?resultat=27951

Suivez-nous sur Facebook : https://www.facebook.com/OPPecoledesTroisSaisons/

LE PETIT JOURNAL

Gatineau, la Soupière de l'Amitié | *2ème édition* | Mai 2016

Tableau 1 : Vous voyez ici des pierres de différentes couleurs et textures écrasés et moulu à la main puis collé sur toile.

L'ART DE LA RÉCUPÉRATION

Daniel Riopelle a toujours été intéressé à fabriquer des choses avec ses mains. Il y a six ans qu'il a vraiment découvert sa fibre artistique. Au chômage à l'époque, il s'ennuyait chez lui. Voyant un carton devant lui, il en a commencé à fabriquer une poubelle pendant 200 heures. Un vrai chef-d-oeuvre. Et puis, il ne s'est plus arrêté.

Daniel travaille avec tous les matériaux qui lui tombe sous la main. Le jeu avec les couleurs et la composition avec les couleurs vives le fascine ainsi que de transformer un objet trouvé en autre chose (des plinthes, des cailloux, des tuyaux en métal, etc.). Pour faire des pièces comme sur les photos, il faut avoir le sens du détail, être minutieux, patient et délicat.

Daniel travaille avec des matériaux très fragiles et des outils bien coupants. Il a donc intérêt de bien maitriser ses outils. Pour vous donner une idée : la fabrication d'une maille peut prendre deux heures et demie. L'ensemble que vous voyez a pris entre 25- 30 heures (Oeuvre d'art 2).

Oeuvre d'art 2

Pour réaliser ces pièces Daniel a travaillé avec des plinthes récupérées et un couteau.

Nous espérons de voir plus de ses oeuvres!

Foire communautaire du Vieux-Gatineau

Jeudi 18 août 2016
10h 00 à 14h 00

Une multitude d'organismes vous feront découvrir leurs services!

Centre communautaire Jean-René-Monette
89, rue Jean-René-Monette, Gatineau, J8P 5B8

Comité organisateur

CVQ du vieux GATINEAU | Carrefour de la miséricorde | Carrefour jeunesse emploi de l'Outaouais | Centre intégré de santé et de services sociaux de l'Outaouais Québec | AVENIR D'ENFANTS DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

SERRES URBAINES NOTRE-DAME

Jardiniers volants recherchés pour former

L'agriculture urbaine vous intéresse ?

Vous êtes passionnés d'agriculture ?
Vous souhaitez cultiver votre terrain et chercher des conseils?
Vous disposez d'une parcelle à mettre à la disposition de la communauté?
Vous êtes capable d'offrir des ateliers et des conseils dans ce domaine?
Vous êtes disponibles, généreux et intéressés à partager vos connaissances et donner un coup de pouce « vert » au Vieux-Gatineau?

Faites partie du comité « pouce vert » et devenez des « jardiniers volants » !

Les *Serres urbaines Notre-Dame* cherchent à regrouper des expertises citoyennes pour créer une équipe d'action locale qui aura à coeur de cultiver et verdir le Vieux-Gatineau.

Communiquer avec nous au:

819 669-2224

Tiger Boisclair en train de tatouer.

Interview avec un TATOUEUR

Quelle est ton histoire? Je suis un amateur de tatouages et j'ai commencé à en faire à l'âge de 17 ans. C'est un ami, que je garderai à toujours dans mon cœur, qui m'a fait découvrir cet art qui rentre dans la peau. Mon premier tatouage date de cette époque : un symbole lié à un groupe de musique. La mort de mon ami m'a fait arrêter pour un petit bout de temps mais l'envie de reprendre a été trop forte.

Quand as-tu repris le travail avec une aiguille? A l'âge de 20 ans et depuis, je ne l'ai plus jamais lâchée.

Qu'est ce qui t'y fascine? C'est que chaque tatouage est unique.

Les tatouages sur le bras : chaque tatouage a sa propre signification, tous faits dans la même année.

La rose (droite) : la particularité de ce tatouage est qu'il a été fait à main levée ce qui veut dire sans dessin préalable sur la peau de ma belle-aimée.

Le Scorpion date de 2009. Ce que vous voyez là est un mélange de couleur. Pour le mélange et le tatouage il fallait compter 3 heures.

La recette du mois de Loulou LeFou

Wrap au poulet

Les ingrédients pour 6 personnes (comptez 2 à 3 wraps par personne) :

- 1 sac de Wrap (pour 6 personnes)
- 2 poitrines de poulet assaisonnées
- 2 poivrons coupés en julienne
- ½ casseaux de champignons coupés en tranches minces.
- 1 oignon rouge tranché finement

Faire sauter tous les légumes ensemble, assaisonner de sel, poivre, basilic, thym et origan. Cuire les légumes jusqu'aux textures désirées, ajouter le poulet et faire revenir le tout ensemble 5 minutes. Ajouter du fromage mozzarella râpé et comme sauce « Ranch 3 Fromages ». Déguster.

Mise en page par Nicolas

Le poème du mois

De Sylvie Y. Loyer

Ça respire fort
Ça gronde
Ya des yeux sur le mur du fond
Ça monte vers le plafond
Ça ouvre la bouche
S'en vient me manger tout rond
Me dévorer
Me lever et tourner en rond
Ça souie ca souie
Ça m'étourdi

Mise en page par Bob Last, lutteur professionnel « stone cold »

LE MOT CACHÉ De Jonathan

Testé par Cathy Lemieux

H	P	B	L	C	R	E	A	T	I	O	N	S	L	A
P	I	E	M	O	T	I	O	N	S	A	A	D	P	B
A	N	O	N	U	O	A	R	T	I	S	T	E	A	S
N	C	H	A	L	E	U	R	E	U	X	U	S	Y	T
U	E	P	P	E	I	N	T	U	R	E	R	S	S	R
A	A	R	T	U	P	A	L	E	T	T	E	I	A	A
N	U	A	C	R	A	Y	O	N	S	I	C	N	G	I
C	X	R	S	S	O	U	F	F	R	A	N	C	E	T
E	S	E	I	N	S	P	I	R	A	T	I	O	N	S

Créations	Art
Couleurs	Pinceaux
Nature	Abstrait
Peinture	Dessin
Crayons	Paysage
Souffrance	Émotions
Artiste	Inspirations
Palette	Nuance
Chaleureux	HP
Rare	Nu
La	

Le mot caché : un artiste connu mondialement (prénom et nom)

Grande TRAD 2016 – 24 juin

LUMIÈRE D'ÉPOQUE

Arrêt sur images dans le Vieux-Gatineau!

« LUMIÈRE D'ÉPOQUE. Arrêt sur images dans le Vieux-Gatineau » est un concept qui puise sa source dans l'art immortel qu'est la photographie.

En 2016, le Marché Notre-Dame, Propulsion scène et une foule de partenaires communautaires et privés s'unissent pour créer **L'Expo LUMIÈRE D'ÉPOQUE**, un passage de temps illustré par les souvenirs photographiques, recueillis auprès de la population, et modernisés pour déployer une exposition en plusieurs déclinaisons qui débutera le 24 juin prochain et se poursuivra pendant toute une année. Une ode à l'image, aux souvenirs, à la fierté de toute une communauté.

L'Expo rejoint donc notre programmation traditionnelle où les festivaliers retrouveront une multitude d'activités : spectacles TRAD, activités familiales et intergénérationnelles et occasions de célébrer le fait français et leur fête nationale. Des **capsules** vidéo historiques feront également partie de la fête.

Sur les rythmes **d'André Thériault** et des **Fiers à bois** se tiendra la 9ième édition de la Grande Trad, **vendredi le 24 juin, de 11h à 15h**. BBQ, danse, jeux gonflables, animation, etc. GRATUIT! Venez célébrer en bonne compagnie, danser, chanter, festoyer et voir briller la fierté dans les yeux de toute la communauté. Beau temps, mauvais temps! Une initiative de l'AGAP et ses partenaires.

Information : 819 669-2224 / Facebook

Le Tremplin des lecteurs

Formation gratuite

Le Tremplin des lecteurs est un organisme sans but lucratif qui offre une formation de base en français, mathématique et informatique aux adultes de 16 ans et plus afin de favoriser leur retour aux études ou sur le marché du travail.

Nos services

**** INSCRIPTION EN TOUT TEMPS ****

Français et/ou mathématique de base

Alpha-Francisation

Nous offrons une formation de base suivant 4 niveaux équivalant au cycle primaire. Cette formation est reconnue par le Ministère de l'Éducation, du loisir et des sports et à la fin de la formation nos gradués pourront s'inscrire au secondaire.

Secteur Gatineau: du lundi au jeudi de 9h00 à 16h00

Autre formation

COURS D'INFORMATIQUE DE BASE OUVERT AU PUBLIC

Le cours a pour but de vous apprendre les notions de base en informatique, l'utilisation du système d'exploitation, des principaux logiciels de bureautique (Microsoft Word), l'utilisation de l'Internet (navigation et recherche) et la communication sur le web (Courriel).

*Ce cours de 16h au total est destiné aux personnes qui ont peu ou pas de connaissances en informatique et il se donne en petit groupe (**max. 6 personnes**).*

*PRIX : **15 $***

Pour nous joindre :

Adresse : 160, boulevard Maloney Est # 12, Gatineau, Québec J8P 1C1

Téléphone: (819) 643-0745 **Courriel:** tremplindeslecteurs@hotmail.com

Site web: www.tremplindeslecteurs.org

LE PROCHAIN POÈME

*Le premier poème de **la Petite***

Nous étions seulement amis,…

Voici le début du poème que vous allez pouvoir découvrir à la prochaine édition.

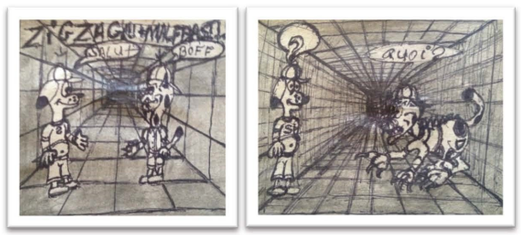
La lutte

Un lutteur professionnel témoigne

La lutte est aussi une forme d'art. C'est des vedettes, des comédiens sur scène. Nous vous présentons aujourd`hui Stone Cold Junior, lutteur professionnel dans les années 80. Peut-être que vous l'avez vu sur scène. Il a été aussi arbitre.
Ce sport lui a permis de se faire beaucoup d'amis, "c'est comme une famille" dit-il. Stone Cold est resté passionné par la lutte. Il collectionne des costumes, des bottes et chapeaux de lutteurs. Aussi bien que des masques, des gilets d'arbitres WWE, des posters, des livres, de photos et des figurines.
Donc, si jamais vous voulez lui faire un don des affaires de lutte dont vous n'avez plus besoin, vous le trouverez à la Soupière.

Article de Stone Cold Junior Bob Last

Bande dessinée de Jonathan — **ZIG ZAG …**



Voici un extrait de la bande dessinée qui vous attend le mois prochain!

Informations concernant la Soupière de l'Amitié

Où ? 144 rue Jean-René-Monette
Quand ? De lundi au vendredi
de 9H30-13H30
Dîner de 11H30 – 12H30

Prochaines fermetures :

23 mai	1er juillet
24 juin	5 septembre

Numéros de téléphone importants de Mathieu et Sylvie

Tel-aide Outaouais.....1-800-567-9699
-> Service d'écoute téléphonique
Fédération des habitations..... 819-243-3717
Aide juridique à Hull..... 819-772-3011
Info Santé et Social.....811
Droit accès Outaouais.....1-800-667-4746

Programmation à la Soupière pour le mois de mai
Qui va venir?
- SARL : info logement
- Équipe IMAGES : info santé
Et éventuellement d'autres services...

LES PROJETS EN COURS
Nous souhaitons monter une exposition avec nos artistes afin que vous puissiez admirer leur travail de près ainsi que discuter avec eux.

Au prochain exemplaire nous allons parler de :
- l'art de faire la cuisine

Des suggestions? Envie de t'essayer en tant que journaliste? Joins notre équipe!

Journalistes : Daniel Riopelle, Tiger Boisclair, Loulou LeFou, Sylvie Y. Loyer, Jonathan, Bob Last « Stone Cold », la « Petite », Mathieu, Nicolas, Cathy Lemieux
Rédacteur en chef : Margit Roser

Un GRAND MERCI à tous ceux qui nous ont fourni leurs idées et soutien.

Vous aimeriez faire une différence pour notre quartier...
alors Venez fêter avec nous !

L'Entraide familiale de l'Outaouais, dans le cadre de la Fête de quartier du Vieux-Gatineau, sous le thème *Le Vieux-Gatineau m'enchante*, samedi le 4 juin 2016, vous propose de donner une 2e vie aux objets... rien de moins !

Voici ce qu'on a au menu : une pièce de théâtre et 4 ateliers mettront en lumière *La 2e vie des objets* et, comme fondations, les valeurs de solidarité sociale et de protection de l'environnement. Ces valeurs, qui heureusement prendront de plus en plus la place qu'elles méritent dans notre société, sont à la base de notre mission et de nos activités.

Le samedi 4 juin 2016, gens du quartier, la rue Notre-Dame sera à nous ! Elle sera fermée à la circulation automobile. Nous l'occuperons et mettrons en place, pour notre plus grand plaisir, le site de la Fête et ses diverses installations. Les activités d'Entraide familiale de l'Outaouais se dérouleront sur la scène principale et dans 2 kiosques, mettant en vedette le recycl'art et le savoir-faire artisanal, à partir de matériaux issus du recyclage.

C'est un rendez-vous ! Venez nous rencontrer, vous amuser, vous impliquer, et pourquoi pas... nous donner aussi un coup de main, si vous êtes disponible.

Parmi nos activités... la confection de marionnettes, qui ne manqueront pas de faire sourire petits et grands. Des familles sont d'ailleurs recherchées, qui pourraient aimer s'impliquer, durant l'été, dans la création d'un spectacle pour la rentrée, en octobre. Venez nous en faire part, si vous et vos enfants êtes intéressés par les questions de solidarité et de protection de l'environnement !

Évidemment, qui dit *occuper la rue* dit aussi la rendre toute agréable et, en tous points, propre à la circulation par la suite. Nous devrons donc nous mobiliser à cette fin et, si le cœur vous en dit, nous mettrons ensemble la main à la pâte !

Nous espérons, à travers cette courte introduction à nos activités et à notre besoin de personnes bénévoles, avoir suscité votre enthousiasme.

Il nous fera plaisir de répondre à toute question que vous pourriez avoir. N'hésitez donc pas à me joindre à l'adresse suivante : colette.pare@bell.net

Au plaisir de vous rencontrer,

Colette Paré
Chargée de projet pour Entraide familiale de l'Outaouais

Animation du parc SanScartier

Cet été la **MQND** propose des **activités familiales gratuites** aux résidents.

Vous n'avez qu'à vous présenter sur place lors de la tenue d'une activité. Nous aurons la présence des animateurs qui apporteront des idées stimulantes.

Venez-vous amuser avec nous!

Au menu :

Bricolage	Activités physiques	Activités sportives
Maquillage	Dance	Et plus...

Quand :

Lundi, Mercredi, vendredi

Après midi

MAISON DE QUARTIER NOTRE-DAME

Pour information
Jonathan Côté
819-893-4300
info.mqnd@gmail.com
89 Jean-René-Monette

Rue Main, au sud du boul. Maloney

Notre déménagement…toute une aventure

Nous habitions sur une section de la rue St-André ouest surnommée « la cour du moulin »

J'étais âgé de 13 ans lorsqu'une bonne journée, mon père nous annonce que les dirigeants de la compagnie (la C.I.P. Canadian International Paper) ont comme projet d'agrandissement la construction d'une usine d'alcohol commercial sur les terrains où était située notre maison.

Peu de temps après, une armada de machinerie lourde s'installe sur le terrain à quelque 61 mètres (200 pieds) de notre maison. Pendant les semaines qui suivirent cet été là, nous avons subi les effets d'un véritable tremblement de terre durant tout l'été, provoqué par le batteur de pieux qui enfonçait des cylindres de métal jusqu'à une profondeur de 23 mètres (75 pieds) afin de les faire reposer sur une base solide. On les remplissait de béton par la suite.

Puis, c'est le déménagement précipité, car on est dans le chemin! La maison est soulevée et deux longues poutres carrées sont insérées en dessous pour former un V avec la pointe du V vers l'avant où elles reposent sur le plus gros de deux camions. Les deux coins latéraux avant du plancher de la maison ne sont alors pas supportés. Les autres extrémités des poutres à l'arrière de la maison reposent sur des ensembles de roues pneumatiques semblables aux trains d'atterrissage des avions. Une fois les ancrages vérifiés, les deux mastodontes attelés à ces poutres partent avec la maison; le premier sur le devant sert à retenir et empêcher le deuxième de se cabrer comme un étalon (j'ai vu exactement cela) à cause du poids énorme de la maison.

VALORIFÊTE

L'ÉCO-CONSCIENCE À L'OEUVRE

Revient au Marché Notre-Dame en octobre!

La *Valorifête* fera un grand retour au Marché Notre-Dame cet automne. Cet événement familial, mettant en valeur les pratiques écocitoyennes, attire annuellement plusieurs milliers de visiteurs dans le quartier. Le samedi 22 octobre, une foule d'activités seront au programme dont la Méga-Vente-Débarras, les kiosques des écoartisans, des producteurs et transformateurs régionaux.

Les places étant limitées, il est déjà temps de réserver vos tables :

1 table x 20$
2 tables x 35$
3 tables x 45$

Pour réserver :

Par la poste : chèque	**En personne :** argent comptant ou chèque
AGAP du Vieux-Gatineau 267-B, rue Notre-Dame Gatineau QC J8P 1K5 819 669-2224	*Amicale des personnes handicapées physiques de l'Outaouais* 405, rue Notre-Dame 819 663-2999
Chèque à l'ordre de **L'AGAP du Vieux-Gatineau** **Politique : Premier arrivé – Premier servi** **NOTEZ : Aucun chèque postdaté ne sera accepté**	

Information :
Simon Landry, chargé de projet pour la *Valorifête*
valorifete@gmail.com

Mais auparavant, on avait pris soin d'amputer le troisième étage en pignon ainsi que l'aile complète où se trouvaient la cuisine au rez-de-chaussée et une chambre à coucher au deuxième, ainsi que deux cuisines d'été superposées à l'arrière, escaliers compris. La maison en était réduite à la forme d'un cube. L'entente était que nous habitions la maison durant le déménagement jusqu'à la nouvelle destination située à environ deux kilomètres plus loin, soit à l'actuel 287 de la rue Main. Par précaution, ma mère avait décroché tous les cadres des murs et les avait placés sur les lits

Soit! Mais à mi-chemin, nous faisons une halte pour faire reposer nos deux grosses bêtes. Quelle est notre surprise lorsque nous apprenons soudainement que le contremaître responsable de l'opération (un employé de l'usine) a mal calculé et se rend compte bien malgré lui que la maison ne passera pas sous le gros fil de téléphone de la compagnie Bell longeant le boulevard Maloney. Comme c'était un vendredi après-midi et que tous les employés ne reprendraient leur service que le lundi suivant, nous avions une belle fin de semaine en perspective! Celle de camper dans la rue sans électricité, ni eau courante et bien sûr, sans toilette. Comble de malheur, un nuage solitaire bien gorgé d'eau déverse son trop-plein sur la structure durant une bonne demi-heure après quoi un soleil radieux réapparaît. Trop tard, le dommage par infiltration d'eau était fait. Aucune bâche n'avait été prévue pour prévenir une telle catastrophe. Ce n'est pas tout. Au cours d'une de ces soirées, alors que nous étions tous autour de la table de cuisine à jouer aux cartes et à tuer le temps à la lueur d'une lampe à huile, tout un pan de plancher du coin gauche avant se détache soudainement avec un bruit infernal à faire frémir un pape, laissant une ouverture d'environ 15 à 20 centimètres (de six à huit pouces), selon ma souvenance. Nous pouvions très bien y voir le jour. C'était sous le salon et nous étions tous regroupés dans la cuisine, heureusement. Inutile de préciser que mon père a dû refaire toutes les cloisons intérieures endommagées par l'eau une fois la maison arrivée à sa nouvelle destination du 287, rue Main.

Bien que peu de détails m'échappent, je ne me souviens pas du tout du déménagement des autres maisons. Mais elles étaient toutes plus petites et n'avaient qu'un étage tandis que la nôtre, celle du fermier avant la venue de la CIP, était beaucoup plus grande avec ses deux étages et demi. Il faut dire que j'allais à l'école et les fins de semaine, le branle-bas de combat n'avait pas lieu. Une voisine d'en face m'a raconté que pour leur maison comme pour toutes les autres de cette dimension, c'était fait très rapidement au moyen d'une plateforme surbaissée (flatbed) tirée par un camion. On n'avait ni plus ni moins qu'à faire glisser la maison dessus.

Toutes ces maisons (25 au total) ont été relocalisées sur les rues Main et Elm au sud de la voie ferrée, sauf deux sur la rue Cypress.

287, rue Main
Bernard Lacroix

MAISON DE QUARTIER
NOTRE-DAME

VOTRE MAISON DE QUARTIER !!!

La maison de quartier Notre-Dame organise des activités PAR et POUR les résidents du quartier, favorisant la mobilisation des résidents afin d'offrir des activités à leur image.

Voici quelques activités/projets de la maison de quartier en date d'aujourd'hui :

- ⇒ Fête de quartier / Noël
- ⇒ Café-rencontre
- ⇒ Initiation à l'informatique
- ⇒ Atelier vélo
- ⇒ Café internet
- ⇒ Club de marche
- ⇒ Jardin communautaire
- ⇒ Cuisine collective pour personnes seules
- ⇒ Activités parascolaires/sportives/ culturelles
- ⇒ Semaine de relâche et pédagogiques
- ⇒ Retour en classe (Magasin partage)
- ⇒ Accompagnement en rédaction

VOUS VOULEZ...

- **participer** à des activités existantes?

- **suggérer des activités** à mettre sur pied?

- vous impliquer au sein de votre maison de quartier?

CONTACTEZ-NOUS !!!

Tel : (819) 893-4300
Courriel : info.mqnd@gmail.com
89 rue Jean-René-Monette, Gatineau (QC)
Heures d'ouverture : lun-ven, de 8h30 à 16h30

Adojeune

Viens faire un tour à Adojeune! Un lieu de rencontre dynamique pour les adolescents.

A l'approche de l'été, Adojeune invite les adolescents de 12 à 17 ans à découvrir ce que leurs maisons de jeunes leur réserve. Que ce soit pour bouger, discuter, rire ou t'impliquer dans des projets à ton image, l'équipe d'animation est à votre écoute!

En été, on profite au maximum de l'extérieur! Des activités sportives comme le soccer, le basket, le volley-ball, le badminton ont beaucoup de popularité. Engage-toi dans une bataille d'eau ou participe à nos nombreuses journées thématiques. Des barbecues seront aussi proposés.

Découvrir le plein air t'intéresse? Pars avec nous pour un séjour de 2 ou 3 jours en nature à notre terrain de camping du Lac Grand : canot, yourte et tipis …...

Tu aimes les glissades d'eau? Que dirais-tu d'aller à Calypso ou au Mont-Cascades? En devenant membre d'Adojeune, tu peux participer à des levées de fonds et ainsi, obtenir des rabais sur tes sorties avec les maisons de jeunes. En 2015, plusieurs membres ont passés trois jours en Abitibi-Témiscaminque. Quelle sera la prochaine destination?

Diverses activités spéciales sont offertes, comme les ateliers d'aide aux devoirs, de musique, de chant, de danse, de cuisine, les soirées cinéma, des tournois de billards, des soirées de karaoké, des nuits blanches et encore plus.

Pour seulement 2$, tu peux devenir membre d'avril 2016 à mars 2017.Ta participation est volontaire et nous invitons tous les ados à bouger cet été. Aussi, on compte sur toi pour participer, organiser et t'impliquer dans les projets.

District du Lac Beauchamp : Maintenant situé au (MDJ du 280, Maloney)	42, rue Sanscartier	819 643.1735
District de Rivière-Blanche :	1259, Maloney Est	819 669.9308
District de Touraine :	22, rue d'Auvergne	819 568.4499

Pour toutes informations et connaître la programmation de cet été, tu peux consulter notre site internet www.adojeune.org ou rejoindre : Vincent Ouellette, coordonnateur des Maisons des jeunes, par téléphone au 819 568.4499 ou cell. 819 210.9335

L'AMICALE
DES PERSONNES HANDICAPÉES
PHYSIQUES DE L'OUTAOUAIS

Projection jeunesse

⇒ Tu es âgé entre 18 et 35 ans et tu as un handicap physique?

⇒ Tu désires t'intégrer au marché du travail?

⇒ Tu es prêt à faire un stage concret en milieu de travail?

⇒ Tu veux partager tes habiletés personnelles et en développer de nouvelles?

⇒ Tu veux t'impliquer dans la communauté et ainsi prendre un rôle actif dans la société?

PROJECTION JEUNESSE EST FAIT POUR TOI !

INSCRIPTIONS DÈS MAINTENANT. PLACES LIMITÉES.

Session d'été : début 5 juillet 2016

Session d'automne : début 27 septembre 2016

POUR TOUTES INFORMATIONS :

Marie-Hélène Gélinas
819.663.2999
animation@amicale.ca

MAISON DE QUARTIER
NOTRE-DAME

Groupe de couture et tricot

Venez pratiquer le tricot, le crochet et/ou la couture dans une atmosphère agréable. Tous sont invités à participer, débutants comme avancés (couture à partir de 7 ans, accompagné d'un adulte). Ce sera l'occasion d'échanger, de s'entraîder, de développer un talent ou de découvrir ces pratiques!

PS : Afin de financer notre projet,

nous prenons des commandes de réparation de vêtements !!!.

Atelier vélo communautaire

Pas peur de te salir les mains ? Ça ne tourne pas rond? Sur le bord de perdre les pédales? Notre atelier vélo communautaire est maintenant ouvert au public. Ici, tu fais toi-même la réparation, en compagnie d'autres résidents du quartier. Appelez-nous pour connaître les heures d'ouverture. **Sur réservation seulement!**

Système d'échange local (SEL)

Saviez-vous que dans notre quartier, un projet SEL (Système d'échange local) est en train de se développer? Le SEL permet d'échanger des produits et services entre les membres d'un groupe de personnes vivant dans un même secteur sans argent. Les transactions s'effectuent à l'aide d'une unité d'échange basée sur le temps. Contactez-nous pour plus d'information!

Nous sommes situés au 89 rue Jean-René-Monette, Gatineau.

MAISON DE QUARTIER
NOTRE-DAME

Pour plus d'information :
Jonathan Côté, 819-893-4300
info.mqnd@gmail.com

Système d'échange Notre-Dame

Un S.E.L., c'est un système d'échange local, qui aide les gens à faire des échanges qui ressemble au troc. Il y en a plusieurs au Québec et votre maison de quartier initie ce projet chez vous!
Ce système a comme but de s'entraider, d'augmenter nos ressources disponibles et de construire un modèle d'échange égalitaire/autonome/équitable.

Échangez des services contre des heures.
Il suffit d'inscrire ce que vous voulez offrir et reçevoir au bottin, d'avoir en main votre carnet d'heures et le tour est joué! Vous pourrez commencer à échanger. Le but est de donner autant que vous reçevez. Si tout se passe comme prévu, le système devrait être fonctionnel en hiver 2016 et vous pourrez assister à une session d'information!

Pour informations contacter;
Maison de quartier Notre Dame,
819-893-4300,
89 Jean-René Monette
courriel; info.mqnd@gmail.com

MQND Maison de quartier Notre-Dame — CVQ du vieux GATINEAU — Ville de Gatineau, Fière de contribuer!

Merveilles de sable 2016

Bénévoles recherchés...

Merveille de sable sera de retour au parc du Lac-Beauchamp, du 1er au 3 juillet, pour une 16ième année.

Sous le thème « Au pays des Merveilles... avec Alice, le Roi Arthur et compagnie », une foule d'activités familiales vous seront proposées.

Le festival recherche actuellement des **bénévoles** pour faire de cette fête une activité princière. Plusieurs départements sont disponibles pour contribuer : animation, sécurité, communication, approvisionnement, équipe verte, alimentation, billetterie, etc.

Communiquez avec nous au 819 893-4090 ou **inscrivez-vous** en ligne via le site Internet www.merveillesdesable.com. La **réunion** d'information des bénévoles se tiendra le mardi 14 juin, au Marché Notre-Dame (330, rue Notre-Dame), de 19h à 21h.

Un 5@7 Royal...

MDS vous propose sa traditionnelle activité de lancement : une plage de réseautage inusitée l**e jeudi 30 juin**. Laissez-vous tenter par le **5@7 Royal** qui vous offre un BBQ ensablé et mouillé digne des rois. Ambiance de feu assurée! Information et réservation : Merveilles de sable auprès de Emeline Ponot ou Julie Merlet au 819 893-4090.

Nos stagiaires de France ...

Merveilles de sable a la chance d'accueillir deux stagiaires françaises qui œuvrent au sein de l'équipe depuis avril : Emeline Ponot – adjointe à la programmation - et Julie Merlet – coordonnatrice des concessions et exposants. Vous voulez participer comme exposant, commanditaire, bénévole, etc., communiquez avec elles au 819 893-4090.

stagiaire1@merveillesdesable.com (Julie)/ stagiaire2@merveillesdesable.com (Emeline)

La *Ferme Champy* de Upton produit de l'huile de tournesol première pression et biologique. La *Coopérative de solidarité du Cap* au Cap-au-Renard produit des extraits du chanvre tels que des huiles, vinaigrettes, cafés, baumes à lèvres et savons ainsi que le nectar de framboise et gingembre. La *Belette verte* de Gatineau crée et fabrique des produits écologiques et durables pour la boîte à lunch, pour la cuisine et pour bébé et bambin. Les *Créations de Tina* de Gatineau confectionnent des serviettes sanitaires lavables, des compresses d'allaitement antifuites lavables, des bavettes et des chapeaux pour enfants, ainsi que des pantoufles en phentex. *Complètement Perlé* recycle et offre des décorations pour la maison. La compagnie *Zorah bio* cosmétiques offre du maquillage certifié biologique, vegan, sans gluten, sans OGM, hypoallergène, certifié non testé sur les animaux. *TP création* une compagnie local qui fait des produits pour bébé et enfant de tout genre. Finalement, *L'atelier cheval de bois* se consacre à la création, à la fabrication et à la commercialisation de jouets de bois faits artisanalement. Leur engagement environnemental passe d'abord et avant tout par l'utilisation d'une matière renouvelable et d'une grande durabilité pour leurs jouets : le bois. Le bois est teint avec une teinture à base d'eau non toxique et protégé par l'application d'une huile de lin 100% naturelle. Les cordes utilisées sont conçues pour l'escalade…elles dureront donc aussi longtemps que le jouet!

Nous espérons pouvoir bâtir et établir une véritable relation de collaboration et de confiance avec la population, les entreprises locales et régionales afin que tous puissent travailler et vivre dans un environnement sain et vert.

Nous offrons une solution verte et une satisfaction garantie.

Anne Petitclerc

Propriétaire

www.multiservicesvert.ca

Femmes de l'Outaouais

Un lieu de rencontre qui a été créé dans le but de briser l'isolement des femmes au moyen de l'échange, l'éducation, l'accompagnement et la collaboration.
Un lieu d'information, aide et soutien, pour les femmes, visant la défense de leurs droits.

Les grands objectifs

Briser l'isolement des femmes

Stimuler l'entraide et la solidarité

Informer les femmes sur leurs droits

Informer et outiller les femmes aînées

Favoriser la prise en charge

Organiser des activités de formation

Développer l'amour et l'estime de soi

Promouvoir de saines habitudes de vie

Tous les vendredi matin de 9h00 à12h00
Café entre nous les femmes.
On se jase On se dit et c'est ***GRATUIT***

Lieu des rencontres :
89 Jean René Monette Gatineau, Québec
Tel : 819-893-1116
Adresse courriel : femmes-de-loutaouais@hotmail.com

Entraide familiale de l'Outaouais

Entraide familiale toujours actif, et maintenant partenaire de La Frip

La friperie d'Entraide familiale est maintenant La Frip, une friperie ouverte au public, opérée par l'organisme 3R Québec en partenariat avec Entraide familiale de l'Outaouais. Fondé en 1982, Entraide familiale de l'Outaouais (EFO) a pour mission de venir en aide aux ménages à faible revenu par le don de meubles, d'électroménagers, de petits articles de maison et de vêtements.

3R Québec, est un jeune organisme dynamique qui œuvre dans la Réduction des déchets, la Récupération et le Recyclage. Sa mission est de réduire la quantité de déchets envoyés aux sites d'enfouissement, de réemployer la matière récupérée et de recycler les matières recyclables.

Ainsi, une seconde vie pour la friperie au local d'EFO est assurée par 3R Québec qui est désormais appelée La Frip et qui offre vêtements, articles pour la maison et antiquités et celle-ci est ouverte au grand public. Les membres d'EFO, en plus de continuer de recevoir gratuitement des meubles et électroménagers, ont accès à un crédit chez La Frip pour leurs besoins en vêtements et autres articles domestiques.

Le partage des ressources d'immobilisation, d'échange de services et de référencement entre nos deux organisations aidera EFO à améliorer sa situation financière et à se concentrer sur sa mission première pour accompagner les ménages de l'Outaouais. EFO continue donc à faire la cueillette des meubles et électroménagers pour les remettre aux ménages qui en font la demande.

La Frip est ouverte au public, dans les locaux d'EFO au 310-B rue Notre-Dame. Voici les heures d'ouverture :

- Lundi au mercredi 9 h à 18 h
- Jeudi et vendredi 9 h à 21 h
- Samedi 10 h à 17 h
- Dimanche midi à 17 h

LA FRIP BROCANTE FRIPERIE ANTIQUITÉS
819-635-8899 3R QUÉBEC 3RQC.COM

Pour les gens qui voudraient **offrir des vêtements**, ils peuvent simplement les déposer à la FRIP durant les heures d'ouverture, ou communiquer avec 3R Québec au 819-635-8899 ou par courriel au info@3rQC.com

Pour **offrir des meubles ou des appareils électroménagers**, communiquer avec Entraide familiale de l'Outaouais au 819-669-0686 ou par courriel à info@entraidefamiliale.com

Multiservices Vert inc. : une entreprise qui prend soin de vous!

Nous sommes une jeune entreprise de la région qui croit en un avenir vert et sain pour tous. C'est pourquoi vous trouverez dans notre boutique des produits québécois et écologiques. Nous voulons offrir à la population en général la possibilité d'avoir accès à des produits écologiques pouvant être utilisés au quotidien.

Notre boutique est située au 305, rue Notre-Dame, à Gatineau. Nous avons en magasin toute une gamme de produits pour vos travaux de nettoyage. Nous mettons également à votre disposition des articles d'hygiène corporelle comme des huiles essentielles et des crèmes, mais aussi des vêtements et des huiles première pression. Pour nous, il est essentiel d'encourager des produits issus « d'entreprises locales, régionales et provinciales » afin de favoriser le commerce équitable et de diminuer la pollution liée au transport. Ce souci pour l'environnement et la santé nous caractérise et nous habite dans tous les choix que nous faisons. Contrairement à ce que beaucoup de gens pensent, ces produits ne sont pas plus chers que la norme et ils sont très efficaces. Enfin, la possibilité d'acheter vos produits de nettoyage en vrac représente une véritable économie.

Une boutique et un bistro pour mieux vous servir!

En venant effectuer vos achats à la boutique, vous pouvez aussi profiter d'une pause bien méritée dans notre bistro. Le menu maison préparé par Mon Resto, entreprise située sur le boulevard Maloney à Gatineau, vous permet de déguster soupes, salades, sandwichs et desserts du jour. Pour accompagner votre petite fringale, quoi de mieux qu'un bon café équitable fourni par La Tierra Coop? Depuis peu, nous servons des cafés spéciaux tels qu'expresso, latté et cappuccino, americano et allongé. Vous pouvez aussi savourer le thé de la Maison de thé CHA YI, dont la boutique se trouve sur la rue Eddy à Gatineau. À partir du mois de mai, nous offrons des boissons froides comme des jus de fruits frais, des frappés, du thé glacé, du chai latté et du cappuccino glacé. Tout ceci est disponible pour emporter. Pour une solution plus écolo, apportez vos contenants ou votre tasse thermos et obtenez un rabais de 5 % sur votre facture.

Venez découvrir en un seul endroit de multiples produits biologiques, écologiques, équitables, régionaux et québécois. Notre boutique offre la gamme des *Produits Lemieux de Montréal*, soit les shampoings, revitalisants, 3 en 1, détersifs, nettoyants, détachants, etc. Tous ces produits, qui sont sans danger pour les fosses septiques, sont aussi disponibles en vrac. *L'Herboristerie la Fée des bois* de Clarendon près de Shawville fabrique des produits pour le corps dont vous voudrez absolument connaître les propriétés thérapeutiques et cosmétiques. La *Savonnerie Saponaria* située à Val-des-Monts vous séduira par ses produits naturels entièrement faits à la main. *Aliksir* de Grondines prépare des huiles essentielles à 100 %. *XTO* vous offre de l'huile de sapin des Laurentides. Les soins corporels *l'Herbier* de Mont-Saint-Grégoire mettent à votre disposition des huiles à massage et des soins pour le visage et le corps. *Création deuxième vie* de Victoriaville vous propose des bijoux faits avec des ustensiles. *Respecterre* de Ham-Nord confectionne des vêtements écoresponsables tout en encourageant l'économie locale.

Programation 2019

Détails au verso

PROPULSION scène

PROPULSION scène

Dons d'instruments

Un coffre à musique pour la communauté!

PROPULSION scène, l'espace culturel aménagé à l'intérieur du Marché Notre-Dame, est à la recherche d'instruments de musique qui ne vous servent plus pour constituer un coffre à musique communautaire disponible lors de l'activité « Jam mon quartier ».
Permettez aux résidents de venir jouer avec nous l'été prochain en faisant don d'instruments de musique en bon état : Maracas, cloches, tambours, claviers, guitares, djembés, etc.

Pour des raisons d'hygiène, nous ne pourrons pas accepter les instruments à vent.

Vous pouvez déposer vos dons, à l'attention de **Jonathan Côté**, au Centre communautaire Jean-René-Monette (89 rue JRM). Information 819 669-2224. Merci de nous appuyer!

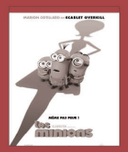
CINÉMA

Gratuit

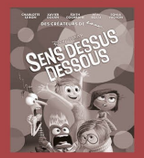
Vendredis à 19h

Le bon dinosaure
8 juillet

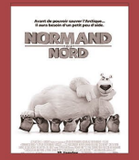
Les Minions
22 juillet



Sans dessus dessous
5 août



Normand du Nord
19 août



Hôtel Transylvania 2
15 juillet

Cendrillon
29 juillet

La Famille Bélier
12 août

Le Petit Prince
26 août

2 représentations spéciales :

Dans les bois
Halloween
28 octobre (19h)

La Guerre des tuques
Noël
2 décembre (19h)

SPECTACLES

10 $ et +

Présentation à 20h

Inmarz
Samedi 11 juin

Smooth Operators
Samedi 18 juin

Le Diable à cinq
Samedi 9 juillet

Bonhomme sept heures
Samedi 30 juillet

Geneviève RB & Alain Barbeau
Samedi 6 août

The Hemingways
Samedi 13 août

Undercovers
Samedi 20 août

Bukkshot
Samedi 27 août

The Reflexxion
Vendredi 9 septembre

Daniel Martin et ses invités
Samedi 10 septembre

Troubadours
Vendredi 23 septembre

Jimmy Roy
Samedi 24 septembre

Charabia
Vendredi 30 septembre

Steamers
Samedi 1er octobre

Saphir Avenue
Vendredi 7 octobre

Majortom
Samedi 8 octobre

Bijo & Sun
Vendredi 14 octobre

Jézabel
Samedi 15 octobre

JAM MON QUARTIER!

Gratuit

Les mardis soirs
Du 5 juillet au 23 août
18h30 à 20h
extérieur à l'agora ou intérieur si pluie

« APPORTEZ votre DJEMBÉ »

CHANTONS ENSEMBLE

Gratuit

« Chante la vie chante »
Samedi 4 juin - 14h30

« De villes en villes... Road Trip »
Samedi 16 juillet - 20h

« C'est quoi ton nom? »
Samedi 17 septembre - 20h

« Noël des campeurs »
Samedi 3 décembre - 14h30

ÉVÉNEMENTS

Gratuit & Payant

Lancement de la saison de Propulsion scène
Mercredi 18 mai - 5@7

Gala Chapeau Vieux-Gatineau ($)
Samedi 28 mai « Les Mille et une nuits »

Le Vieux-Gatineau m'enchante (gratuit)
Samedi 4 juin - 11h à 14h30

Dégustation Vegas LEUCAN (50$)
Jeudi 9 juin - 17h à 20h

« Soleil, Pesto et Pasta » (20$)
Jeudi 16 juin - 18h à 20h

Grande TRAD « LUMIÈRE D'ÉPOQUE » (gratuit)
Vendredi 24 juin - 11h 15h

Valorifête « RENAISSANCE » (gratuit)
Vendredi 21 et samedi 22 octobre (2 jours)

Place Noël « Noël des campeurs! » (gratuit)
Samedi 3 décembre - 11h à 14h30

PROGRAMMATION 2016

PRO PULSION scène

330, rue Notre-Dame (secteur Gatineau)
Accès via rue St-André, située à l'arrière du Marché Notre-Dame.

(819) 669-2224

www.propulsionscene.com

Visitez la page Facebook Propulsion scène

Service bar argent comptant seulement

Abonnez-vous à Propulsion scène. Procurez-vous la carte PRO ou PULSION et économisez. Renseignements : Visitez notre page Facebook ou notre site Web.

Ville de Gatineau

AGAP Vieux-Gatineau

Marché Notre-Dame

L'AMICALE DES PERSONNES HANDICAPÉES PHYSIQUES DE L'OUTAOUAIS