



La Briquade

Journal de quartier

DÉPUIS 1998
Souper

Bénéfice
du Carrefour

Saint-Paul

BIENVENUE
AU QUARTIER ST-PAUL

- D'IMPORTANTS CHANGEMENTS À PRÉVOIR AU PARC CIMON
- LES MOTS CRÉENT DES RÉALITÉES PAR LISSELOTTE R. ALVAREZ
- AGA DU CARREFOUR SOUS LE SIGNE DE LA TRANSITION PAR SIMON

Téléphone du Carrefour:**418-543-6963****508, rue St-Augustin****Bottin téléphonique du Carrefour****Simon****coordination générale**

carrefourstpaul@videotron.ca

**poste 101****Fatouma /administration**

admcarrefour@videotron.ca

**poste 102****Corinne/coordination****Animation de quartier (AQ)**

animationdequartier@videotron.ca

**poste 103****Camille et Marianne/Coordination****Centre de soir-Enfants**

centredesoirenfants@videotron.ca

**poste 104****Khadi**

aqintervention@videotron.ca

**poste 106****Cellulaire AQ****581-668-1875****Cellulaire CSE****418-376-7373**

AGA du Carrefour sous le signe de la transition

par Simon

Le 18 juin, la 26ème Assemblée Générale Annuelle (AGA) du Carrefour s'est déroulée en présence de M. Michel Tremblay, conseiller municipal de la ville de Saguenay, qui a partagé des informations sur le réaménagement du parc Cimon.

Lors de cette assemblée, nous avons rendu hommage à M. Alain Tremblay (au centre de la photo) pour son dévouement exceptionnel au sein de l'organisation pendant près de 25 ans. À l'issue de son mandat, il a annoncé son intention de se retirer.

Nous tenons également à exprimer notre profonde gratitude à M. Réjean Vallière (à droite), qui a choisi de ne pas solliciter un nouveau mandat.

Nous vous remercions tous les deux pour vos nombreuses années au sein du Conseil d'administration et pour l'engagement continu que vous apporterez à notre organisation.

Deux nouveaux administrateurs, administratrices, Liselotte R. Alvarez et Guillaume Lessard, ont été élus pour un mandat de deux ans. Ont également été réélues au Conseil d'administration Ginette Méthé (partiellement visible), Lise Leclerc (en robe) et Andréanne Dorval, absente sur la photo. Le Conseil d'administration est complété par Marlène Parizeau (à gauche sur la photo) et Line Dubé (de profil), dont il reste un an de mandat.



L'assemblée a également approuvé le document d'orientation pour la période 2025-2030, accompagné d'une synthèse en cinq points que vous trouverez ci-dessous. Ces nouvelles orientations sont le fruit de consultations approfondies réalisées auprès des membres, des participant-es, des bénévoles, de l'équipe de travail et des partenaires.

ORIENTATION 2025-2030

DES ACTIONS DU CARREFOUR ET DANS LE QUARTIER ST-PAUL

Soutenir les initiatives des citoyen-nes dans une perspective de développement durable

Offrir un milieu de vie inclusif qui reflète la diversité du quartier

Développer le pouvoir d'agir et favoriser la participation à la vie démocratique
(au sein de l'organisme, du quartier et de la société)

Contrer le décrochage scolaire et soutenir le cheminement des enfants du quartier

Soutenir les personnes en situation de vulnérabilité
(Santé, vieillissement, insécurité alimentaire, isolement, etc.)

DES CHANGEMENTS IMPORTANTS À PRÉVOIR AU PARC CIMON

Suite à un travail conjoint du Carrefour Communautaire Saint-Paul

(Ramité et comité de valorisation du quartier Saint-Paul) et du conseiller municipal du district 9 Michel Tremblay, d'importants changements sont à prévoir dans le parc Cimon cet automne.

Le parc situé sur la rue Cimon à l'intersection des rues Saint-Jean et Saint-Arthur était dû pour une cure de rajeunissement depuis un moment déjà. Le parc qui abrite déjà le Jardin Communautaire Des Deux Roches verra son espace cultivable agrandi avec l'ajout d'une serre autoportante et d'espaces de jardins collectifs.

De plus, l'espace de jeux pour enfants sera déplacé et amélioré afin d'augmenter l'attractivité du parc pour les nombreux jeunes qui résident aux alentours. De plus, un jeu d'eau sera installé dans le parc afin que jeunes et moins jeunes puissent se rafraîchir sans devoir sortir du quartier lors des plus en plus fréquents cas de chaleur extrême.

Les premières pelletées de terre devraient avoir lieu en octobre 2025, les citoyennes et les citoyens du quartier devraient donc pouvoir profiter des nouvelles installations pour 2026.



Les mots créent des réalités

PAR LISSELOTTE R. ALVAREZ



C'est très possible que vous connaissez ces phrases mais je ne sais pas si vous leur accordez vraiment de l'importance.

Bon, je vous narre une histoire.

Une petite famille chilienne arrive dans le Quartier St. Paul, avec beaucoup d'espoir et rien dans ses mains.

Cette petite famille avait laissé tout dans son pays, sauf le souhait de grandir à cet endroit.

Arrivée en plein hiver, il faisait très froid et son argent s'efface rapidement.

Mais cette petite famille avait trois grands coeurs et beaucoup de foi de trouver la manière de connecter ici avec un environnement propice pour fleurir.

Le quartier Saint Paul, lui, paraît très joli.

Un jour, cette petite famille arrive dans un espace très spécial et y trouvent des visages précis, des coeurs exacts avec des paroles plus douces. Chaque mot prononcé apparaît comme des grosses mains qui font des caresses à travers l'air (Il y a ici un autre secret, ces personnes représentent plusieurs anonymes).

Chaque fois que cette petite famille arrive à cette endroit magique, ils le font comme attrayant un aimant, seulement mus parce que dans cet endroit l'énergie est très bonne, très chaleureuse et quand la famille vit une pluie d'émotions, elle reçoit beaucoup de sourires de compréhension.

Cette petite famille commencé à grandir très vite, c'est vrai aussi que la petite famille prend beaucoup d'énergie pour faire toutes les choses, mais c'est vrai aussi qu'à chaque fois que cette petite famille est fatiguée, exténuée, elle trouve des gestes généreux pour continuer.

Les mots magiques sont seulement quatre; Carrefour Communautaire Saint Paul.

Cette histoire va continuer...

En termes sérieux et formels

Soutenir les familles à travers les différentes étapes de leur développement, notamment face aux défis de la réduction du décrochage scolaire pendant l'enfance et de l'isolement social pendant la vieillesse, c'est aussi œuvrer depuis 27 ans à atténuer la vulnérabilité en matière de santé et de nutrition, et à promouvoir l'inclusion communautaire grâce à tous les acteurs impliqués dans son travail professionnel et bénévole.

Ces efforts sont affirmés quotidiennement et renouvelés chaque année pour intégrer les nouvelles réalités du quartier, telles que les nouveaux arrivants et les immigrants.

Je souhaite transmettre l'importance de ce travail systématique auprès des familles invisibles, qui trouvent couleur, force et joie au Carrefour Communautaire Saint-Paul.

L'espoir que donne cette organisation sociale à ses bénéficiaires se concrétise dans l'évolution des familles anonymes.

J'invite également les nouveaux résidents du quartier à se reposer à l'ombre de l'arbre béni, sous lequel ils pourront apporter leurs caractéristiques, leurs expériences et leurs connaissances uniques à ce tissu social vivant.



Souper Bénéfice du Carrefour

Saint-Paul



LE CARREFOUR COMMUNAUTAIRE SAINT-PAUL SOLICITE VOTRE AIDE AFIN DE CONTINUER D'ASSURER SA MISSION AU COEUR DU QUARTIER SAINT-PAUL. VOUS PROFITEZ D'UN SOUPER SPAGHETTI CONCOCTÉ PAR LES BÉNÉVOLES ET OFFREZ UN SOUTIEN PRÉCIEUX À L'ORGANISME!

JEUDI 23 OCTOBRE 2025

DE 17H À 21H | AU LAC POUCE 6901 BOULEVARD TALBOT

Contributions minimales suggérées

30\$ pour une personne, 50\$ pour deux et tables de 12 personnes 250\$

- SOUPER SPAGHETTI
- SERVICE DE BAR
- ENCAN SILENCIEUX

VOUS AIMERIEZ NOUS ENCOURAGER
MAIS VOUS NE POUVEZ PAS ASSISTER À
L'ÉVÉNEMENT?
DES BILLETS SOLIDAIRES SONT
DISPONIBLES

POUR VOUS PROCURER
DES BILLETS



418 543-6963



WWW.FACEBOOK.COM/CARREFOURCOMMUNAUTAIRESTPAUL

ENVIE DE VOUS IMPLIQUER AU COEUR DE VOTRE QUARTIER CET AUTOMNE?

LE CARREFOUR A QUELQUE CHOSEPOUR VOUS!



Envie de vous impliquer dans votre quartier? D'agrandir votre réseau dans un environnement ou tout le monde a sa place ? Le Carrefour Communautaire Saint-Paul est là pour les citoyens et les citoyennes du quartier. Voici un aperçu de ce qui vous attend pour l'automne.

Viactive

Vous avez plus de 50 ans et vous avez envie de bouger dans une ambiance conviviale et agréable? Rejoignez notre groupe de conditionnement physique spécifiquement adapté aux 50 ans et plus où tout le monde y va à son rythme. Les séances auront lieu les **lundis et mercredis de 10h30-11h30 du 8 septembre au 26 novembre.**

Le Sous-Sol à Ti-Paul

Pour les après-midis gris d'automne, quoi de mieux que de prendre une boisson chaude en jouant à des jeux de société? Le Sous-sol à Ti-Paul vous ouvre ses portes les **mercredis après-midis de 13h30 à 15h du 10 septembre au 26 novembre** pour vous accueillir dans la bonne humeur!

Comité organisateur de fête

Envie de vous impliquer dans l'organisation de la fête de Noël de votre quartier? Rejoignez le comité organisateur de fête afin de faire de la fête de Noël 2025 du quartier une fête magique pour tous et toutes. Contactez-nous pour rejoindre le comité

Comité de valorisation de Quartier (CVQ)

Vous débordez d'idées pour améliorer le quartier et avez envie de vous impliquer dans des projets sur le long terme? Le CVQ est pour vous! **Contactez-nous pour vous impliquer.**

Comité bâtie

Votre maison d'animation de quartier a de l'âge et a besoin d'amour. Nous sommes toujours à la recherche de bénévoles pour nous aider à en prendre soin. **Contactez-nous pour vous impliquer.**

Le Centre de soir-Enfants

L'équipe du centre de soir enfant sera au poste pour accueillir les enfants du quartier d'âge primaire dès le 15 septembre.

Pour connaître le reste de nos activités, surveillez nous réseaux sociaux, appelez nous ou passez nous voir!



418 543-6963



WWW.FACEBOOK.COM/CARREFOURCOMMUNAUTAIRESTPAUL



508 rue Saint-Augustin

Le Pizza Sandwich

UN ÉNORME SUCCÈS DE L'ÉTÉ

On vous partage ici une recette qui a connu un énorme succès lors de nos ateliers de four à pain cet été. À la demande générale nous en referons cet automne, surveillez nos réseaux sociaux pour vous inscrire.

- 1 pâte à pizza maison ou du commerce
- 1 filet d'huile d'olive

Garnitures :

- Pesto au choix (pesto régulier, aux pistaches, à la truffe ou aux tomates), au goût
- 1 grosse poignée de roquette
- 20 tranches de proscuitto
- 1 burrata
- Tomates cerises, coupées en deux
- Huile d'olive
- Sel de mer
- Poivre

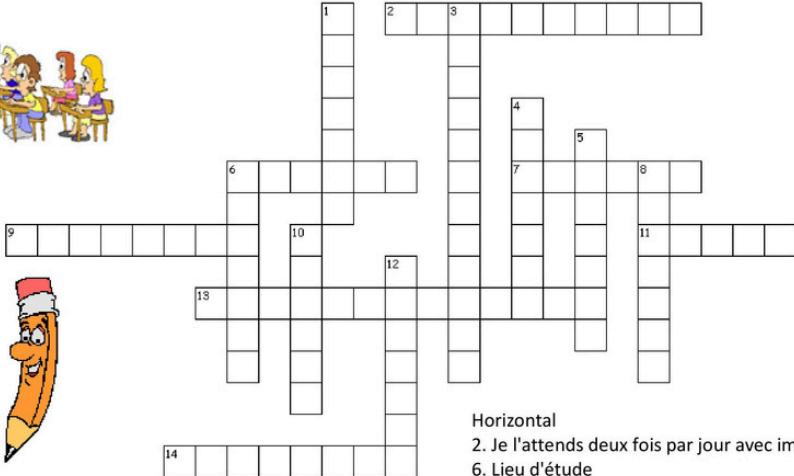
- Préchauffer le four à 475 F et y déposer une pierre à pizza ou une plaque de cuisson.
- Diviser votre pâte à pizza en 2 boules. Rouler en 2 cercles.
- Badigeonner votre pâte à pizza sur 1 côté et replier en deux. La partie huilée à l'intérieur.
- Déposer sur votre plaque de cuisson ou sur votre pierre à pizza.
- Cuire au centre du four pendant 10 à 15 minutes ou jusqu'à ce que la croûte soit bien dorée.
- Retirer du four et garnir de pesto à l'intérieur.
- Déposer de la roquette et des tranches de proscuitto.
- Déchirer la burrata et en déposer dans les sandwichs.
- Mettre des tomates. Saler et poivrer.
- Verser un filet d'huile et refermer.
- Déguster votre pizza sandwich.
- Comme ce sont des portions généreuses, vous pourriez diviser chaque sandwich en deux et accompagner le tout d'une salade.

CALENDRIER DES MATIÈRES RÉSIDUELLES

SEPTEMBRE						
D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

OCTOBRE						
D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Mots croisés : C'est la rentrée



Horizontal

2. Je l'attends deux fois par jour avec impatience
6. Lieu d'étude
7. Tu es assis devant tous les jours, à l'école
9. Maintenant elles sont finies
11. Elle te sert à effacer
13. C'est la science des nombres
14. Tu y ranges tes affaires pour aller à l'école

Vertical

1. Tu ranges tes stylos dedans
3. Je l'utilise pour compter plus vite
4. C'est l'outil principal du maître
5. Elle s'efface à sec
6. Ils te servent à découper du papier

Décode le message !

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
				12							20				1	10									

P	22	24	10	R	10	24	11	11	25	R	5	12	15	22	25	11	14	1	1	10	12	2	15	10	12
1				R						E							P	P	R	E					

E L E Ç
21 12 11 20 12 22 2 11



« On mange
mieux pour
moins cher! »

Être client **membre**

- Économie de plus de 25 %
- Espace VRRAC
- Dégustations
- Tableaux comparatifs
- Carte de membre au coût de 2\$ par année (avec preuve de revenu)

Être client **solidaire**

- Carte client solidaire au coût de 2 \$ par année.
- Avoir accès à plus de 400 produits en vrac.
- Faire un achat social et contribuer à l'organisme en payant 30 % de plus que les membres clients.

3-216 rue des Oblats Ouest, Chicoutimi

**HEURES
D'OUVERTURE**

Mardi	10h à 16h*
Mercredi	10h à 16h*
Jeudi	10h à 18h**
Vendredi	10h à 16h*

*L'Espace VRRAC ferme à 15h30.

** horaire d'été de 10h à 16h du 21 juin au 5 septembre.



V
l'espace
RRAC

Économiser

Réduire le gaspillage alimentaire

Éliminer du plastique

Plus d'infos : 418 698-0230

/epicerielarecette



www.epicerielarecette.com

Vous trouvez la liste complète de tous les produits de l'Espace VRRAC, des tableaux comparatifs et plus encore!

Vous souhaitez contribuer à la Briquade ou faire paraître quelque chose dans votre journal de quartier?

N'hésitez pas à nous contacter au (418) 543-6963, au poste 103 animationdequartier@videotron.ca ou sur les réseaux sociaux du Carrefour Communautaire Saint-Paul

