



Dans ce numéro:

Cet été:

- *dans le quartier
& au Centre
de soir-Enfants**
- *Les annonces
pour l'automne**
- * plus encore.**

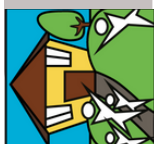


SEPTEMBRE 2023 | NUMÉRO 81

mini
La Briquade
Journal de quartier



DANS CETTE ÉDITION



Bottin téléphonique 03

Centre de soir-Enfants 04

C'est quoi le Carrefour ? 05
(par les enfants)

Cet été dans le quartier... 06
(volet animation de quartier)

Cuisine de Madagascar 09

Four à pain / Ramité 10

**Ouverture : garderie en milieu
communautaire/De retour cet
automne...** 13

Comité aînés 14

Annonces 15



bordaloji.com



Weedrobes

L'Art EcoSensible

TU AS ENTRE 11 ET 17 ANS, TU
AIMES L'ART ET TU VEUX FAIRE UNE
DIFFÉRENCE DANS CE MONDE!

NOUS AVONS LE PROJET IDÉAL POUR TOI!

CONTACT ISABELLE :



581 668-1875



Projetstpaul@videotron.ca



Téléphone du Carrefour:
418-543-6963

3

Bottin téléphonique du Carrefour

Stéphanie

carrefourstpaul@videotron.ca



poste 101

Natalie

admcarrefour@videotron.ca



poste 102

Corinne

animationdequartier@videotron.ca



poste 103

Bianca

centredesoirenfants@videotron.ca



poste 104

Simon

intervenant.aq@videotron.ca



poste 106

Isabelle

projetstpaul@videotron.ca



581-668-1875

volet centre de soir-Enfants

418-376-7373



Le Centre de soir-Enfants

A group of children are playing in a grassy park area. In the center, there is a yellow and blue arch-shaped play structure. Several children are standing around it, some are climbing. To the left, there is a blue inflatable ring. In the background, there are trees, a paved road, and a yellow truck. The scene is bright and sunny.

Le Centre de soir-Enfants accueille les enfants pour de l'aide aux devoirs et des activités éducatives du lundi au jeudi après les classes. C'est gratuit et pour tous les enfants du quartier St-Paul de la maternelle 5 ans à la sixième année.

Il y a deux activités familiales à l'automne. Informez-vous!

Nous offrons des ateliers pour les parents. Nous avons des fournitures scolaires à donner. C'est gratuit pour toutes les personnes citoyennes du quartier.

Vous pouvez joindre l'équipe du Centre de soir-Enfants par téléphone au 418-543-6963 poste 104 ou par la page Facebook.

C'est quoi le Carrefour ?

Par les enfants

A photograph showing three children and an adult woman standing on the grassy bank of a pond. Two boys in the foreground are holding fishing rods, looking towards the water. A woman in a light blue shirt and dark skirt is standing further back, holding the hand of a small child in a red shirt. The pond is surrounded by dense green trees and foliage, with the sky visible in the background.

Le Carrefour (volet Centre de soir-Enfants et St-Paul sous le soleil) c'est des activités que tout le monde fait ensemble. C'est trouver des trésors. C'est des sorties en famille comme le parc Octopus. C'est des animations, des jeux de société, la bibliothèque, des journées à la plage et à la piscine avec d'autres enfants. Lorsqu'on est au Carrefour nous nous amusons tous ensemble. C'est l'une des choses que nous aimons beaucoup, ainsi que les activités avec les autres enfants et aussi avec nos familles. Le Carrefour c'est également un endroit qui nous aide à faire nos devoirs. Lorsque nous sommes au Carrefour nous sommes régulièrement dehors à profiter du plein air. Les intervenantes sont très gentilles avec nous.



Cet été...

(volet animation de quartier)



À la Terrasse à Ti-Paul

L'équipe au volet de l'animation de quartier a décidé de profiter des beaux jours d'été et du magnifique panorama qu'offre la terrasse du Carrefour. Nous avons donc ouvert en début juillet ce qui a rapidement pris le nom de : la Terrasse à Ti-Paul. Le projet, basé sur la convivialité, le partage et la gratuité, nous a permis de découvrir de nouveaux jeux, des nouveaux breuvages et d'excellents repas. Nous avons accueilli les habitants et habitantes du quartier, en raison de trois matins par semaine. La fréquentation de la Terrasse à Ti-Paul nous a démontré que ce genre d'endroit est un ajout positif pour le quartier.

P.S. Nous sommes déjà en train de planifier la prochaine saison de la terrasse à Ti-Paul.



Au CVQ

Comité de valorisation du quartier St-Paul

Nous avons fait l'entretien des panneaux d'interprétation, repeinturé une boîte à livres et entretenu tout l'été la forêt nourricière (le mercredi ou jeudi matin). En juillet, le comité a tenu son traditionnel feu de camp à la forêt nourricière qui fut un moment très sympathique.

8

Projet de Documentaire :



Dans le cadre du projet Vieillir dans notre quartier et afin de souligner les 25 ans de l'organisation, nous avons entrepris un projet de type documentaire. À l'aide d'une série d'entrevue, (format long), nous avons collecté des souvenirs, des "récits de vie" de bénévoles et membres du Carrefour sur le quartier St-Paul, la fondation de l'organisme et l'impact du Carrefour pour les bénévoles et les personnes habitants le quartier. Une projection devrait être organisée au courant de l'année 2024.

Durant la période estivale, nous avons tenu des activités de cuisine et des ateliers four à pain au rythme d'une fois par mois. Ces activités ont été des occasions de partage interculturels et intergénérationnel.

D'autres activités sont à prévoir pour l'automne.

Atelier de cuisine et Four à pain



Le composé

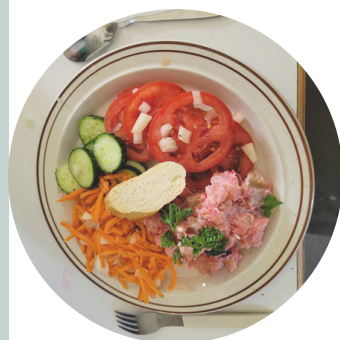
(9)

1-Ingrédients :

(Pour une personne, il suffit juste d'un item de chaque ingrédient)

- Patates
- Carottes (râpées)
- Oignons
- Tomates
- Betteraves
- Concombres
- Mayonnaise

*** Faire cuire les patates en avance jusqu'à ce qu'elles soient plus molles



2-Indications :

- Faire de la sauce vinaigrette
- Couper tous les ingrédients (en dés ou en une autre forme qu'on veut)
- Verser de la sauce vinaigrette en masse sur chacun des bols contenant chaque ingrédient
- Verser et mélanger de la mayonnaise sur les patates ainsi que sur les betteraves pour en faire une macédoine (il faut mettre beaucoup de mayonnaise)
- Verser un peu de vinaigrette dans le mélange mayo/patate et mayo/betterave pour avoir un goût plus acide.
- libre-service : prendre dans son assiette la quantité désirée de chaque ingrédient puis profiter du repas !

Tsamaso sy hena kisoa

(du riz aux haricots jaunes)

1-Ingrédients :

-Riz

-Haricots

(les haricots jaunes,
blancs ou rouges peuvent
être utilisés)

-Viande de porc
(selon le nombre de
personnes)



**** Si les haricots ne sont pas en conserve (ni précuits), il faut les faire baigner dans un bol d'eau la veille avant de les cuisiner.

2-Indications :

- Cuire la viande à l'eau
- Quand la viande est cuite et quand il reste peu d'eau, ajouter les tomates ainsi que les oignons déjà coupés.
- Mélanger un peu puis verser les haricots
- Ajouter un peu d'eau en cas de besoin, puis laisser au feu jusqu'à ce que tous les ingrédients soient cuits
- Verser un peu de riz et des fèves par-dessus, puis profiter du repas !

Si vous êtes intéressé.es à tout connaître sur les rudiments du four à pain, vous pouvez nous contacter au: 418-543-6963 poste 103



Surveillez nos actions urbaines !





Au Jardin Communautaire des Deux roches :

Cette année, les 15 parcelles ont été attribuées comme suit: 12 à des jardiniers et jardinières, deux aux différents volets du Carrefour et une pour l'école du quartier. Pour la première fois de l'histoire du Carrefour, nous étions quatre personnes à l'animation de quartier (excluant les périodes des vacances). Cela nous a permis de prendre le pouls des jardiniers et jardinières et d'offrir de l'aide ponctuelle pour le désherbage, l'arrosage et la cueillette. En conclusion, nous avons passé une belle saison de jardinage et nous avons même résolu nos problèmes de marmottes par une relocalisation près de la rivière Chicoutimi.

13



ouverture

Garderie en milieu communautaire

Le Carrefour communautaire St-Paul offre maintenant ses locaux à un service de garde en milieu communautaire. En effet, le Bureau coordonnateur de la petite enfance, a déposé un projet pilote pour établir un service de garde en milieu de vie (12 enfants). À notre grand bonheur, le projet a été accepté et nous avons le plaisir de vous informer que les familles du quartier St-Paul pourront avoir accès à un service dirigé par deux responsables reconnues par le Bureau coordonnateur. Le service a ouvert ses portes le 5 septembre au 508 rue St-Augustin.

Le Carrefour offre encore cet automne des séances d'activité physique pour 55 ans et plus Viactive. Le groupe se rencontre tous les lundis et les mercredis jusqu'au 7 décembre pour bouger ensemble dans la bonne humeur.

Vous aimeriez avoir plus d'informations ou joindre le groupe? Contactez Corinne au 418 543 6963 poste 103



VIACTIVE
De retour
cet automne...



ENVIE DE VOUS IMPLIQUER AU Comité Aînés

**du Carrefour
Communautaire
Saint-Paul ?**



QUI PEUT

S'IMPLIQUER?

Toute personne
de 55 ans et plus
du quartier Saint-
Paul ayant à cœur
de pouvoir bien
vieillir dans son
quartier

POURQUOI S'IMPLIQUER?

Pour partager son expérience et son
vécu afin d'améliorer la qualité de vie
des aînés du quartier Saint-Paul



QU'EST-CE QUE

ÇA IMPLIQUE?

Une rencontre
par mois de
septembre à mai
dans une
ambiance
décontractée et
sans pression.

C'EST AUSSI...

- Beaucoup de plaisir
- Rejoindre une belle gang
- Des discussions intéressantes
- Être au cœur de l'action

POUR S'IMPLIQUER OU POUR PLUS D'INFORMATIONS

Contactez Corinne au

418 543-6963 poste 103

CALENDRIER DES MATIÈRES RÉSIDUELLES QUARTIER ST-PAUL

SEPTEMBRE						
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

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				

NOVEMBRE						
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		

DÉCEMBRE						
D	L	M	M	J	V	S
						1
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



Collecte des matières compostables seulement



Collecte des ordures ménagères seulement



Collecte des matières recyclables seulement



« On mange
mieux pour
moins cher! »

Être client

membre

3-216 rue des Oblats Ouest, Chicoutimi

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

HEURES D'OUVERTURE

Mardi 10h à 16h*

Mercredi 10h à 16h*

Jedi 10h à 18h**

Vendredi 10h à 16h*

*L'Espace VRRAC ferme à 15h30.

** horaire d'été de 10h à 16h du 24 juin au 5 septembre.

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 membre client.



V^{espace}
RRAC

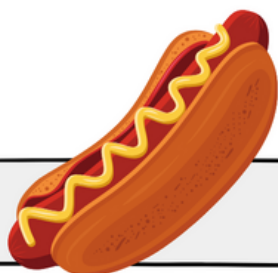
Économiser

Réduire le gaspillage alimentaire

Éliminer du plastique

VENTE DE *Partage*

Du quartier Saint-Paul



Apportez un plat à partager avec vos voisin.es

Tenez une table pour **donner/échanger/vendre**
des objets tout en profitant de l'automne!

Pour tenir une table ou pour obtenir plus d'informations
Contactez nous au:

418 543-6963 poste 103 ou par Facebook



10h à 14h le samedi 30 SEPTEMBRE
694 rue St-Paul

