

JOURNAL SALUT VOISINES ET VOISINS

Créé par des résidents es de l'OMH pour la rue Labelle



Le journal que l'on partage à St-Jérôme !

Vol 1, No 1, Août 2019
salutvoisins@hotmail.com



LE COMITÉ DES LOISIRS VOUS INVITE À UNE ÉPLUCHETTE DE MAIS



BIENVENUE À
TOUTES ET TOUS !

SAMEDI 17 AOÛT DÈS 12H
ROND POINT PLACE LECLAIR
50 ¢ BREUVAGE, 50 ¢ CROUSTILLE,
EAU ET MAIS GRATUITS !





Nous vous invitons à participer à votre journal ne serait ce que pour une seule parution soit : votre expérience dans un organisme de la région, publication d'une de vos meilleures recettes, une information de ressources, etc. Pour toute participation contactez-moi au 450 327 6317 ou laissez-moi un mot dans ma boîte aux lettres au 500 Labelle app3 dans le rond point. Merci, en espérant vous publier !



Amicalement vôtre !

Lise Touchette



Salut Voisines et Voisins tient à vous rappeler que tous les petits Piou Piou que vous voyez ici nous sont offerts par Annie Archambault Un gros merci Annie !



Imprimé grâce à l'Office Municipal d'Habitation de St-Jérôme et assemblé et livré entre autres grâce à la précieuse collaboration de Céline Paquin,

résidente



Rappel pour les
nouveaux
résidents



ACTIVITÉ 2019
COMITÉ DES LOCATAIRES PLACE LECLAIR
!!!!!!VENEZ VOUS AMUSER AVEC NOUS!!!!!!
POUR INFO : Marjolaine (450) 592-2519
Stéphanie (579) 368-2270

<p>10 Mai 2019 À PARTIR DE 17H</p> <p>SOUPER SPAGHETTI LIEU : 480 RUE LABELLE SOUS -SOL SALLE COMMUNAUTAIRE PRIX : 8\$ GRATUIT POUR LES ENFANTS 16 ANS ET MOINS INSCRIPTION OBLIGATOIRE LES INFORMATIONS SERONT TRANSMIS</p> <p>TERMINÉ</p>	<p>8 JUIN 2019</p> <p>FÊTE DES VOISINS À partir de 17h Lieu : 480 RUE LABELLE DANS LE ROND POINT</p> <p>Chacun apporte un plat à partager</p> <p>TERMINÉ</p>
<p>21 JUIN 2019</p> <p>Souper SAINT-JEAN À partir 16h</p> <p>LIEU : 480 RUE LABELLE</p> <p>Hot dog 1\$ Terminé Burger 1\$ Chips et breuvages 0.50\$ vendus sur place</p>	<p>17 AOUT 2019 A PARTIR DE 12H</p> <p>DINER BLÉ D'INDE JEUX GONFLABLES BREUVAGE (0,50\$) ET CROUILLES (0,50\$) SERONT VENDUS SUR PLACE</p> <p>LIEU : 480 RUE LABELLE DANS LE ROND POINT</p>
<p>Septembre 2019</p> <p>DINER PIZZA</p> <p>LIEU : 480 RUE LABELLE SALLE COMMUNAUTAIRE AU SOUS -SOL</p> <p>PRIX : 3.00\$ (PIZZA, FRITE ET 1 BREUVAGE)</p>	<p>27 DECEMBRE 2019 PARTY DE Noël ADULTE</p> <p>La feuille d'inscription sera distribuée pour l'inscription</p> <p>LIEU : 480 RUE LABELLE SOUS -SOL SALLE COMMUNAUTAIRE INSCRIPTION OBLIGATOIRE</p>
<p>21 DECEMBRE 2019</p> <p>PARTY DE Noël FAMILLE</p> <p>LIEU : 480 RUE LABELLE SOUS -SOL SALLE COMMUNAUTAIRE ACTIVITE FAMILIAL</p> <p>INSCRIPTION OBLIGATOIRE</p> <p>La feuille d'inscription sera distribuée pour l'inscription</p>	<p>Salle communautaire</p> <p><i>Pour le Gym la salle est ouverte du lundi au vendredi de 9h à 10h</i></p> <p><i>Responsable. : Sylvie Turgeon</i></p>



À vos chaudrons !

PAR FRANCE BERGERON



CROUSTADE À LA RHUBARBE FACILE

Ingédients

Portions: 12

3 tasses de rhubarbe coupée en petits dés
1 tasse de sucre
3 c. à soupe de farine
1 tasse de cassonade, tassée
1 tasse de flocons d'avoine
1 ½ tasse de farine
1 tasse de beurre



Etapes de préparation

Préparation : 15min → Cuisson : 40min → Prêt en : 55min

1. Préchauffer le four à 375°F (190°C). Graisser un moule de 22 x 33 cm.
2. Dans un grand bol, mélanger la rhubarbe, le sucre et 3 c. à soupe de farine. Bien mélanger et étaler dans le fond du plat; réservé.
3. Dans un grand bol, mélanger la cassonade, les flocons d'avoine et 1 ¼ tasse de farine. Bien mélanger et ajouter le beurre ou la margarine jusqu'à ce que le mélange ait une texture friable. Parsemer ce mélange sur la couche de rhubarbe.
4. Faire cuire dans le four préchauffé pendant 40 minutes. Servir chaud ou froid.

Rions un peu avec Loulou !

Un policier arrête une automobiliste... vous n'aviez pas vu que le feu était rouge ?



qui je l'ai vus, c'est vous que je n'ai pas vu !



Par Louise Lortie

La femme d'Émile appelle son mari. - Émile ? - Ouais ! Qu'est-ce que tu me veux encore ? - L'autre jour, j'ai acheté un livre et je ne le retrouve plus. Tu te souviens, il s'appelait "L'art de devenir centenaire". Qu'est ce que tu en as fait ? - Je l'ai jeté. - Tu as du culot, je l'avais payé avec mon argent ! Pourquoi l'as-tu jeté ? - Parce que j'ai vu que ta mère commençait à le lire !



Communautaire

Dans l'œil et le cœur de Stéphanie Savoie



Fédération des locataires d'habitation à loyer modique du Québec

J'ai connu la FLHLMQ en 2016 je me demandais vraiment c'était quoi leur rôle et comment ils pouvaient aider les locataires des HLM.

Et bien 3 ans plus tard, je fais partie de leur conseil d'administration depuis 1 an déjà. De plus, au congrès de la fédération des locataires d'habitation à loyer modique du Québec 2019, j'ai été élue vice présidente au CA de la Fédération des locataires d'habitation à loyer modique du Québec (FLHLMQ). On est soutenu et écouté. La FLHLMQ sont là pour épauler les locataires. Les locataires ont des droits et doivent être écoutés avec respect.

La fédération à une équipe extrêmement dévouée, elle m'a appris que nous pouvons changer les choses ; il suffit d'y croire et de travailler ensemble en équipe. Les comités et les associations sont très importants quand il y a des décisions à prendre à propos des locataires et autres.

Une personne seule ne peut pas changer grand-chose mais en équipe on peut réaliser beaucoup de choses.

Durant l'année, je participe aussi à des formations et des réunions qui m'aident à vouloir aider les autres locataires. Oui ! On a des droits et on doit se faire respecter. Alors, unissons-nous pour améliorer les choses.

MISSION

La FLHLMQ intervient tant au niveau provincial que local pour défendre les droits des locataires et pour s'assurer que les HLM demeurent en bon état et que les locataires aient leur mot à dire sur la gestion de leur logement.

COORDONNÉES



Par téléphone :

(514) 521-1485
1-(800)566-9662

par courriel :

info@flhlmq.com



Par Chantal Bélanger et Sylvie Turgeon



OUI ! LE COMITÉ DU JOURNAL,
SOUHAITE LA BIENVENUE
PARMIS NOUS À TOUS LES
NOUVEAUX ET NOUVELLES
RÉSIDENTES !

ENSEMBLE NOUS POUVONS
CRÉER UN MONDE OÙ CHACUN
A SA PLACE ET OÙ IL FAIT SI
BON VIVRE EN HARMONIE !

BIENVENUE !



MISSION ACCOMPLIE POUR LA FÊTE DE LA ST-JEAN BAPTISTE !

LORS DU 21 JUIN DERNIER PAR LE COMITÉ DES LOISIRS



C'est vendredi le 21 juin qu'à eu lieu un petit lunch pour célébrer la St-Jean. Il y avait des hot dogs, hamburgers, chips et boissons froides, de la musique et le tirage d'une paire de billets pour assister au spectacle de la talentueuse humoriste, Lise Dion, y compris plusieurs petits prix. Un gros MERCI à tous ceux qui ont participé ainsi qu'aux organisateurs et bénévoles.

Par Sébastien Touchette



Laissez ces items dans la salle communautaire des intervenantes. (Entrée par la terrasse)
Merci, Gisèle Thériault.

*Les Optimistes du District Centre du Québec 2018-2019
récupèrent tous les objets sur cette liste afin
de faire don d'un chien Mira.*

Vous aussi vous pouvez les aider!

Merci!

Thérèse Chevrette responsable du projet pour la Fondation Mira

Tél. : 450-836-3159

Cell. 450-916-6232

thechepi@hotmail.ca



Goupilles aluminium



Capsules de bouteilles



Bouchons à vis



Bouchons de liège



Attaches à pain



Cents noirs



Cellulaires



Cartouches d'encre et laser

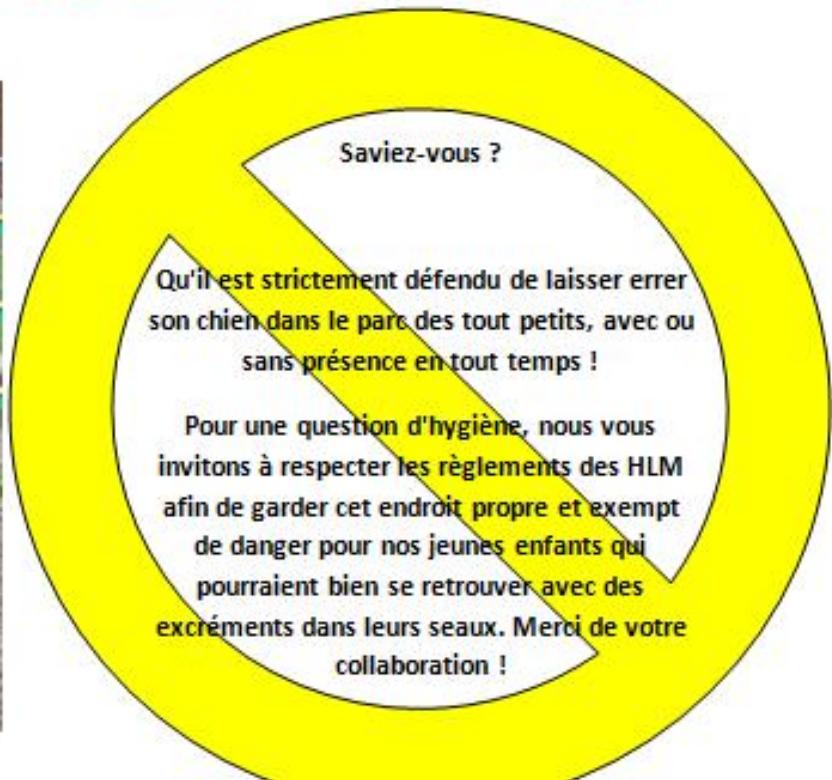


Ariane & Canelle

En 2018-2019

Don de notre 10e chien

mira



Poésie au féminin

Par Lise Touchette



LA FEMME FORTE

*Elle se valorise à vous servir,
A l'entendre, elle est toujours prête pour vous ravir,
Ça doit-être pour ça, qu'elle ne peut plus dormir,
Elle travaille tant pour qu'on l'admire.*

*La femme forte,
Elle porte bien ses culottes,
Quand son entourage capote,
Elle les regarde puis elle radote,
Que c'est le stress qui les balotte,
Mais elle ne se regarde pas dans ses culottes,
Parce qu'elle tomberait bien raide morte.*



*Elle a élevé sa gang sans faille,
C'est son orgueil qui la fait souffrir,
Mais vous ne l'entendrez jamais gémir,
Elle veut mourir toute seule sur son navire.*

*N'allez jamais la contredire,
Elle va vous montrer par où sortir,
Elle pourrait même vous maudire,
Elle s'est tant crevée pour tout bâtrir.*

*Sa fierté l'a fait vieillir,
Elle n'a que ça pour se tenir,
On lui a juste montré à secourir,
Mais jamais, comment s'ouvrir.*

*Faudrait bien qu'elle essaye de se découvrir,
Qu'elle voie qu'il y a mieux que de servir pour s'épanouir,
Qu'il y a même du monde pour la servir,
Puis qu'il faut lâcher son orgueil pour se divertir.*

*Elle pourrait se mettre à sortir,
Une fois par semaine pour partir.
Il y en a d'autre pour veiller sur son navire,
Il ne coulera pas, il est bien solide pour l'avenir.*

*Elle serait bien la première surprise de mieux dormir,
De sentir que même toute seule devant son miroir, elle s'admirer,
Qu'elle a encore le tour de ravir,
Pis qu'après tout, c'est pas si pire de s'ouvrir.*

Lise Touchette

Améliore ta VIE grâce à l'activité physique

Bénéfices liés à l'exercice cardiovasculaire :

Marcher 20 minutes par jour préviendrait le risque de subir une dépression.

- Réduction des MALADIES cardiovasculaire: infarctus et angine de poitrine.
 - Protège contre certain CANCER: poumon, sein et prostate.
 - Diminution de la TENSION ARTERIELLE
 - Meilleur contrôle du POID
 - Amélioration du SYSTEME IMMUNITAIRE
 - Diminution du STRESS ET ANXIETE.
 - Plus d'ENERGIE.
 - Diminue le risque de développer le DIABETE
- Diminution du risque de développer la maladie d'ALZHEIMER.
 - Amélioration de l'humeur, facilite le BONHEUR
 - Meilleur SOMMEIL

PETITS TRUCS

- ✓ Incrire à votre horaire le moment que vous voulez faire votre exercice. La plupart des gens sont plus en forme et motivé le matin. A vous de déterminer votre meilleur moment.
- ✓ Faire de l'activité physique en groupe est plus motivant que de le faire seul.
- ✓ Les 3 premières semaines sont les plus difficiles. Persévérez et votre activité physique deviendra un besoin.
- ✓ Essayer plusieurs activités physiques afin d'en découvrir plusieurs et peut être avoir votre coup de cœur!!

BON SPORT



Stéphanie Lauzon

Intervenante sociocommunautaire en logement social

Unité de Quartier M.R.C. Rivière-du-Nord

Tél. : 450 512-9033

Félicitations !

#137080854

Notre bonne Samaritaine du mois !



Un gros merci Gisèle Thériault pour avoir nettoyé
les plates bandes de fleurs
pendant les journées chaudes !
Tous les locataires te remercient et t'apprécient !

Désormais, Salut Voisines et Voisins publiera ici grâce à votre participation toute bonne action que vous choisirez de souligner ! Votre voisine a pris soin de votre petit animal pendant votre hospitalisation ? Votre voisine vous fait des petites emplettes et / ou services ? Remerciez-la ici !

Les photos ne sont pas nécessaires mais appréciables ! Pour toute publication contactez Lise avec une note dans ma boîte aux lettres au 500 Labelle app 3, 450 327 6317 ou par facebook : lise touchette écrivaine

Encourageons les bonnes actions !!!

COMPOSTAGE



La Ville de St-Jérôme procédera à la distribution de bacs à compostage pour les maisonnnettes et les immeubles de 8 logements ou moins.

CLIMATISEUR

Avez-vous déclaré votre air climatisé ??? Tous les locataires ont l'obligation de déclarer leur climatiseur à l'OMH, car celui-ci est un service qui doit être ajouté au bail.
ATTENTION : Des vérifications par les employés auront lieu à tous les immeubles durant la période des climatiseurs afin de repérer les appareils installés. Veuillez ne pas installer le climatiseur dans la fenêtre d'une porte d'entrée ou de balcon, car cela engendre des dommages à l'immeuble.



Rond Point



SVP ne pas stationner votre auto en face ou proche des conteneurs AFIN DE NE PAS NUIRE À LA COLLECTE DE DÉCHETS et veuillez également en informer vos visiteurs. Nous vous demandons de ne pas déplacer la barrière rétractable installée à côté des conteneurs lorsque celle-ci est ouverte.



MARIJUANA



Nous rappelons à tous les locataires qu'il est strictement interdit de consommer de la marijuana dans les immeubles et sur les terrains de l'Office. L'Office invite les locataires à porter plainte avec le formulaire officiel afin de contrer le problème. **ATTENTION – L'Office est en droit de déposer une demande en résiliation de bail devant la Régie du logement pour les locataires qui ne respectent pas la réglementation.**

STATIONNEMENT

Des dos d'âne permanents seront installés dans le stationnement pendant la 2^e semaine du mois d'août. Nous vous demandons également de respecter le sens de la circulation dans le stationnement. Nous avons constaté que des véhicules utilisent la voie d'entrée pour sortir du stationnement ou la voie de sortie pour y entrer, veuillez entrer ou sortir par les accès.



Nous vous invitons à communiquer avec l'Office par téléphone avant de vous déplacer, lorsque vous avez besoin d'informations, d'un rendez-vous ou autre. Vous pouvez joindre le bureau de l'Office au 450-436-8095.

Soyez informés !!! Suivez-nous sur Facebook !!!



par Claudie Gaudreault

