

# 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 !

Mars 2019

salutvoisins@hotmail.com



*Collaborations  
spéciales ce  
mois-ci*

*Marjolaine  
Parent*

*et*

*Stéphanie Savoie*





Comme vous pouvez le remarquer Salut Voisins a changé son nom ! Oui, vu le bassin majoritaire de femmes dans les OMH il allait de soi de féminiser plus concrètement :

**Salut Voisines et Voisins !**

Par la même occasion nous vous annonçons la venue dans l'équipe d'une dame qu'on est bien content de recevoir parmi nous soit : Marjolaine Parent que vous connaissez tous toutes pour son implication depuis plusieurs années au sein du comité de loisirs ! Un gros gros bienvenue Marjolaine ! Et nous avons la participation spéciale pour le communautaire ce mois ci de Stéphanie Savoie ! Merci sincères de la part de toute l'équipe et au nom des résidents !

Par ailleurs, 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 !



Lisz 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





# À NOTER À L'AGENDA!!!

– Avis à tous et toutes les locataires –

## Assemblée Générale Annuelle

*Comité des locataires Place Leclair inc*

*5 mars 2019*

*10h*

*480 labelle (salle communautaire sous sol)*

Tous les locataires sont chaleureusement invités à l'assemblée Générale annuelle Comité des locataires de la place Leclair INC. Il y aura élection de postes à combler dans le comité. Bienvenue à tout. On vous attend en grand nombre.

### Ordre du jour

1. Ouverture de l'assemblée
2. Nomination d'un président et d'un secrétaire d'assemblée
3. Lecture et adoption de l'ordre du jour
4. Lecture et adoption du procès-verbal de la dernière assemblée générale 2018
5. Présentation des finances 2018 et rapport des activités 2018
6. Présentation des activités 2019 ( Prévisions)
7. Élection des membres du comité
  - 7.1. Mises en candidature
  - 7.2. Discours des candidats et candidates
  - 7.3. Vote et annonce
8. Question
9. Levée de l'assemblée

Au plaisir de vous rencontrer !

Mélissa Lafond  
Président

Par la même occasion nous prendrons les réservations  
pour la cabane à sucre (date à déterminer)





# À vos chaudrons !

Par Louise Lortie



VERSION SANS VIANDE CHILI CON CARNE



## Ingédients

500 g de tomates pelées  
300 g d'haricots rouges cuits en boîte  
100 g de champignons de Paris  
2 poignées de protéines de soja texturées →  
1 oignon 1 gousse d'ail 1 c. à café de cumin en poudre 1 c. à café d'origan en poudre huile d'olive sel, poivre



## Préparation

**ÉTAPE 1** Pelez et émincez l'oignon et l'ail. Égouttez les haricots rouges. Nettoyez et émincez les champignons de Paris en lamelles.

**ÉTAPE 2** Faites chauffer 2 c. à soupe d'huile d'olive dans une cocotte. Faites suer l'oignon et l'ail jusqu'à ce qu'ils soient translucides. Ajoutez les haricots rouges égouttés et les protéines de soja texturées et laissez cuire 5 minutes en mélangeant bien.

**ÉTAPE 3** Ajoutez les tomates pelées, les champignons puis le cumin et l'origan. Salez et poivrez. Laissez mijoter à feu doux pendant environ 45 minutes en remuant régulièrement. Ajoutez de l'eau si besoin.

**ÉTAPE 4** Servez bien chaud accompagné de riz blanc.

**Bon appétit !**



# Communautaire

Dans l'œil et le cœur de Stéphanie Savoie



*Pour moi la maison Pause- Parent c'était comme ma deuxième maison ! C'est un espace très chaleureux et familial. Les intervenantes y sont dévouées et à l'écoute des membres. C'est un endroit où on peut faire des ateliers parent enfants de 0-12 ans ; autant que des cuisines collectives et des groupes sur vive la discipline (qui se donne le soir). Il y a plusieurs types d'ateliers à la maison Pause-Parent. En effet car ici entre-autres, le but de la maison est d'aider les parents à mieux comprendre leurs enfants ! Je vous invite à venir y faire un tour !*

*Stéphanie Savoie*

## QUI SOMMES-NOUS ?

La Maison Pause-Parent est un organisme dont les actions préventives et éducatives contribuent au mieux-être des familles. Elle agit dans l'acceptation du caractère unique de celles-ci et ce, en mobilisant les forces de chacun de ses membres. Elle existe pour des parents en étant d'abord et avant tout un lieu d'échange et d'entraide.

La participation des parents, au cœur de la vie de la maison, est essentielle car nous croyons qu'ils sont les premiers agents de développement de leurs enfants, qu'ils sont la source du changement pour eux-mêmes, pour leur famille et leur communauté.

Ainsi, la maison est un lieu rassembleur pour s'informer et apprendre sur son rôle parental sur le développement global de l'enfant dans le plaisir partagé et la bonne humeur.

MaisonPause-Parent  
424, rue du Palais  
Saint-Jérôme (Québec)  
J7Z 1Y1

Téléphone : 450-565-0015  
Télécopieur : 450-565-8379

Courriel :  
[maisonpauseparent@videotron.ca](mailto:maisonpauseparent@videotron.ca)  
Site internet : [www.mppstj.org](http://www.mppstj.org)

**À noter !**





# La « taxe police » suscite la grogne à Saint-Jérôme



Un reportage de René Saint-Louis

Allez signez la pétition en ligne en tapant Dis non à la taxe police \$95

*La nouvelle ligne apparaissant cette année sur le compte de taxes municipales à Saint-Jérôme se lit comme suit : « Tarif Police Non Subventionnée : 95 \$ ». Ce tarif est appliqué par porte, c'est-à-dire que le propriétaire d'un immeuble de 20 appartements, par exemple, devra payer 20 fois 95 \$.*

*Pour les baux qui se terminent le 1er juillet, les propriétaires ont jusqu'au 31 mars pour inclure ce montant dans l'avis d'augmentation de loyer de leurs locataires. Cela pourrait représenter un peu moins de 8 \$ par mois d'augmentation.*

*Le mesure touchera davantage les personnes pauvres, estime Alain Langlois, qui possède plusieurs immeubles de logements. « Là, en ce moment, on touche directement la classe peut-être la plus vulnérable. Ici à Saint-Jérôme, on est une ville de locataires. Comparativement au nombre de propriétaires, il y a beaucoup plus de locataires. Là, on touche directement chacun des locataires, c'est ça qu'on fait », dit-il.*

*M. Langlois ajoute que cette nouvelle taxe ne devrait pas exister, car la Ville a toujours eu le même service de police.*

*« Ça aurait au moins dû être planifié sur le long terme », soutient de son côté Claude Dubois, qui possède aussi plusieurs immeubles de logements. Il se demande s'il ne sera pas obligé de payer lui-même une partie de la facture, ne serait-ce que la première année, afin d'étaler la hausse sur deux ans.*

*Moi, dans les logements que j'ai, il y en a qui sont sur le bien-être social, il y en a qui ne travaillent pas. C'est difficile pour eux de recevoir une augmentation. Ce n'est pas justifiable de hausser le loyer de façon aussi drastique. (Claude Dubois, propriétaire d'immeubles de logements)*

## À NOTER

*Ce que cela représente pour les résidents de l'OMH de St Jérôme c'est que la Société d'Habitation du Québec devra payer cette taxe pour tous les logis de L'OMH. En effet, car les résidents de L'OMH sont protégés par le fait que le coût de leur habitation doit représenter 25 % de leur revenu.*



# La bonne nouvelle !!!



## Québec aidera les familles démunies à manger santé



### **Le gouvernement du Québec subventionnera les familles moins nanties pour l'achat de fruits et légumes**

„Ce projet-pilote suggéré par [l'Institut national de santé publique du Québec](#) débutera dans les prochaines semaines selon ce que rapporte le quotidien *Le Soleil*.

Les ménages sélectionnés recevront des coupons ou une carte prépayée échangeable contre des fruits et légumes frais, congelés ou en conserve.

Le coût serait d'environ 20\$ par semaine pour une famille de quatre personnes.

Source : radio ~~energie~~ 102,3



À DÉCOUPER !!!

# C'EST TA VIE.

FAIS CE QUE TU AIMES,  
ET FAIS-LE SOUVENT.

SI TU N'AIMES PAS QUELQUE CHOSE, CHANGE-LE.

**SI TU N'AIMES PAS TON TRAVAIL, QUITTE.**

SI TU N'AS PAS ASSEZ DE TEMPS, ARRÊTE D'ÉCOUTER LA TÉLÉ.

SI TU ES À LA RECHERCHE DE L'AMOUR DE TA VIE, ARRÊTE;

C'EST LUI QUI ATTENDRA APRÈS TOI LORSQUE TU  
COMMENCES À FAIRE CE QUE TU AIMES.

ARRÊTE DE SUR-ANALYSER,

TOUTES LES EMOTIONS SONT  
MERVEILLEUSES.

**LA VIE EST SIMPLE.**

LORSQUE TU MANGES, APPRÉCIES

CHAQUE BOUCHÉE.

OUVRE TON ESPRIT, TES BRAS ET TON CŒUR AUX NOUVEAUTÉS ET RENCONTRES, NOUS  
SOMMES UNIS DANS NOS DIFFÉRENCES. DEMANDES À LA PROCHAINE PERSONNE QUE  
TU RENCONTRES QUELLE EST SA PASSION ET PARTAGES TES RÊVES AVEC ELLE.

**VOYAGE SOUVENT;** TE PERDRE

T'AIDERA À TE RETROUVER.

CERTAINES OPPORTUNITÉS NE SE PRÉSENTENT QU'UNE SEULE FOIS, ALORS SAISIS-LES.

LA VIE, CE SONT LES GENS QUE TU RENCONTRE ET LES CHOSSES QUE TU CRÉES AVEC EUX  
ALORS SORS ET COMMENCE À CRÉER.

**LA VIE EST  
COURTE.**

VIS TES RÊVES  
ET PARTAGE  
TA PASSION.





# Poésie au Féminin



*FÉMINISER LA FRATERNITÉ*

*Une bien belle femme,  
Se tient debout !  
Elle s'est une dame,  
De bout en bout !*

*Comme vous ayant grandie sur le trottoir,  
Elle a vue bien des coins noirs !  
Alors, il faut comme vous la croire,  
Quand elle nous raconte son histoire !*

*Elle aussi a vu le jour venir,  
Après la nuit !  
De ses souffrances toujours,  
Comme vous elle a su tirer le meilleur parti !*

*Elle ne se laisserait pas détruire,  
Sa dignité comme vous la porte !  
Oui ! Quand on a traversé le pire,  
Cela nous rend souvent plus forte !*

*Si vous la voyez passé,  
Ayez à cœur de la saluer !  
Comme vous elle a besoin de solidarité,  
Pour féminiser la si belle fraternité !*

*Lise Touchette*

*25-2-2019*





## **Petit conseil du jour!**

**Vous ne savez jamais si un jour, vous n'aurez pas besoin du service des ambulanciers ou pompiers.**

**Un petit conseil : dégagez vos corridors d'appartements , comme ils sont à l'étroit les encombrer de petites tables , de banc, de chaises, de grand tapis bref, tous ces éléments de décoration sont très beaux , mais Ô combien pas sécuritaire, ils ne font que rapetisser l'espace!!!**

**La civière ne peut pas entrer dans votre corridor d'appartement et les ambulanciers ne peuvent pas travailler aisément et les services d'urgence n'ont pas le temps de procéder au déménagement de ces objets...**

**Soyez vigilant, vigilante, il est question de votre santé et votre sécurité. Vous pensez, pompier, vous pensez ambulancier, vous pensez santé sécurité!**



Micheline Laberge

Intervenante de proximité en logement social  
Unité de Quartier M.R.C. Rivière-du-Nord

TÉL. 450 . 512 . 8033



Découvrez nos services :  
[WWW.MAVN.CA](http://WWW.MAVN.CA)



# Notre bon Samaritain (e) du mois !



Un gros merci Marjolaine Parent pour tous les services  
comme voisines  
et pour toutes ces heures bénévoles dans le Comité des loisirs !

*Désormais, Salut Voisines et Voisins publiera ici grâce à votre participation toute bonne action que vous choisirez de souligner ! Votre voisine a prit 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 !!!*





## ATTENTION ATTENTION GROS DÉCHETS



Table, sofa, téléviseurs, chaise, jouets, etc. Veuillez apporter vos gros déchets dans les conteneurs sur la plateforme de béton derrière l'immeuble du 484, rue Labelle. Si vous n'êtes pas certains de l'endroit où déposer vos gros déchets, veuillez communiquer avec l'Office pour plus de détails



***Veuillez ne pas stationner votre auto en face ou proche des conteneurs AFIN DE NE PAS NUIRE À COLLECTE DE DÉCHETS et en informer vos visiteurs. Nous vous demandons également de ne pas déplacer la barrière rétractable installée.***

***Important!***



***Déneigement :*** l'appel automatisé est un appel de courtoisie et tous les locataires qui utilisent le stationnement de l'Office ont la responsabilité d'enlever leur voiture à partir de 8h00 AM le lendemain d'une tempête de neige, et ce, même s'il n'y a pas d'appel automatisé. Les locataires ainsi que les visiteurs des locataires qui utilisent les espaces de stationnement de 15 à 22 entre 19h00PM et 7h00AM ainsi que les fins de semaine sont également responsables de surveiller et de déplacer leurs véhicules lors du déneigement au risque d'être remorqué sans préavis.

**MARIJUANA :** Nous rappelons à tous les locataires qu'il est strictement interdit de consommer de la marijuana dans les immeubles (logement, corridor, entrée, etc.) et sur les terrains de l'Office. Plusieurs locataires sont incommodés dans leurs logements et éprouvent des problèmes de santé. L'Office invite les locataires à porter plainte avec le formulaire officiel afin de contrer le problème

**ATTENTION – les locataires qui ne respectent pas la réglementation peuvent être passibles d'une poursuite devant la Régie du logement**



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.

La direction de l'OMH tient à assurer à tous ses résidents qu'elle fait tout en possible pour garder sécuritaire les bâtiments, les stationnements ainsi que les entrées diverses. Ainsi, malgré les températures extrêmes des dernières semaines, nous sollicitons votre patience pour réussir le tout dans les meilleurs délais !

Suivez-nous sur Facebook !!!!



Par Claudie Gaudreault