

Fête du travail

Veuillez prendre note que nos bureaux seront fermés le lundi 2 septembre pour la fête du Travail



Renouvellement de bail

Dans la Salle communautaire

480-484 Labelle
Lundi 9 septembre
de 9h à 16h
Mardi 10 septembre
de 9h à 12h

488-554 Labelle
Mercredi 18 septembre
de 9h à 16h
Jeudi 19 septembre
de 9h à midi

*Advenant une impossibilité de se
présenter aux dates et heures convenues,
veuillez prendre rendez-vous au (450) 436-
8095 avant le 27 septembre 2019.



Recyclage



Nous avons maintenant une boîte
pour le recyclage de piles, batteries,
téléphones cellulaires et
télécommandes. La boîte est
située dans la salle de d'attente du
bureau de l'OMH. Veuillez
simplement déposer vos effets dans
la boîte et nous nous occupons de
l'emballage et l'expédition.



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 sont maintenant installés dans le stationnement. 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 désignés à cet effet

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 !!!!



<https://www.facebook.com/omhstjerome.qc.ca/>



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 2, Septembre 2019
salutvoisins@hotmail.com



Le Comité des Loisirs vous invite
à un Dîner Pizza avec invité !

LA HALTE
des proches

Association Laurentienne des proches
de la personne atteinte de maladie mentale



Vendredi 20 septembre dès 11h30

480 Place Leclair

Sous sol Salle Guérin Lajoie

\$3 = Frites + Pizza + Breuvage

Bienvenue à toutes et tous !





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 !


Par ailleurs, le Comité des loisirs vous informe de l'achat d'accessoires de loisirs dans certains parcs de l'OMH. Le Comité des loisirs invitent donc les locataires à les utiliser et surtout à veiller à ce que ceux-ci soient utilisés avec attention pour que le tout dure !



Amicalement vôtre !

Lise Touchette



Saviez-vous que la Cathédrale qui a servit la soupe pendant 40 ans de dévouement ne peut plus le faire ? En effet, c'est l'église Ecclésia au 327 Saint-Georges qui a prit la relève en offrant des sandwiches tous les jours du lundi au vendredi. Pour l'aide alimentaire s'adresser au Centre de jour de St-Jérôme situé au 495 St-Georges anciennement Fleuriste Marguerite. Les mardis et jeudis pour plus d'infos  450-675-2412 Bienvenue !



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




Merci 

Notre bon Samaritain du mois !



Un gros merci Sébastien Touchette pour toutes ces heures bénévoles lors d'activités du Comité des Loisirs ainsi que pour la distribution du journal dans les tours chaque mois !

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 !!!



LA RENTRÉE SCOLAIRE!

Une rentrée scolaire réussie

source: Parcours d'enfants

Voici quelques petits trucs pour éviter le stress de la rentrée pour les parents mais surtout pour nos petits.

1er truc: **La routine.**



La routine à la maison diminue le stress chez l'enfant mais aussi diminue la charge de travail des parents puisque l'enfant finit par connaître sa routine et développe son autonomie.

Avoir des heures de repas stables est important puisque le corps prévoit les réserves d'énergie en conséquence.

L'heure du dodo est autant importante puisque le sommeil est régulier. Si il y a un manque de sommeil, l'enfant aura de la difficulté à se concentrer.

2e truc: **Bonne attitude**

La bonne attitude des parents vis-à-vis l'école encourage fortement les enfants.

Parler avec les enfants de leurs craintes face à la rentrée scolaire et essayer de trouver des solutions avec eux.

Stimuler l'autonomie des enfants est les offrir de choisir leur matériel scolaire, les faire participer à la préparation de leur lunch.

Parler de leur journée avec eux est une attitude optimiste et rassurante pour lui.

3e truc: **Les Devoirs**



Le rôle du parent est de structurer et planifier la période de devoir. Par contre, l'enfant en a aussi la responsabilité.

L'encadrement doit être plus serré au début de l'année pour que la routine et les habitudes souhaitées s'encrent bien. (la stabilité et la cohérence)

Encourager votre enfant. Si l'enfant vit des sentiments négatifs lors des devoirs, il sera difficile pour lui de les faire.

4e truc: **Soutien pour l'aide au devoir**

Allo Prof: www.alloprof.qc.ca 1-855-527-1277



Stéphanie Lauzon

Intervenante sociocommunautaire en logement social

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



450 512-9033

Babillard

Un grand babillard pour les annonces diverses est à votre portée dans la salle communautaire des intervenantes, entrée par la terrasse



*Le Comité des Loisirs est heureux de vous annoncer
l'ouverture de la salle communautaire de 9h Am à 16h pm du lundi au vendredi, seulement sur appel à *Sylvie Desjardins*
☎ 579 368 1488*

*N'oubliez pas que désormais
2 ordinateurs avec internet sont accessibles aux résidents. Entrée par la terrasse dans les locaux des intervenantes. Plus infos sur <https://hlm-ressources.wixsite.com/bons-voisins>*



Location de la salle Guérin Lajoie

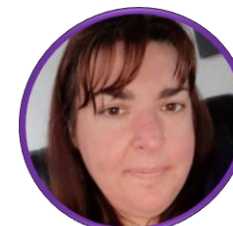
Il est possible pour les locataires de louer la salle communautaire pour la somme de \$50 qui vous sera remise dès le lendemain ! Pour plus infos on contacte

Sylvie Desjardins ☎ 579-368-1488



Nouveau !!! Appareils de gym :

*1 vélo stationnaire, 1 escalier, 1 tapis roulant ainsi que Abdo c'est gratuit venez vous entraîner dans la salle communautaire du 480
labelle sous sol salle Guérin Lajoie
du lundi au vendredi de 9h Am à 16h pm seulement sur appel à
Sylvie Desjardins ☎ 579 368 1488*



Au revoir belle Nathalie Deschênes !



Nathalie entourée d'amour des locataires !



Nathalie entourée d'une partie du Comité des loisirs si fier d'immortaliser cet instant !



Ce sourire communicatif qu'on aime tant !



Pour Nathalie des fleurs d'un locataire émouvant (Gilbert Gauthier) pour la remercier !



Nathalie nous fait sourire c'est évident !

Merci belle et professionnelle Nathalie Deschenes qui a consolé, réconforté et outillé, en 8 ans parmi nous, tant de locataires en difficultés de toutes sortes ! Ton départ nous chagrine mais comme tu continueras d'aider des locataires (à Montréal), nous sommes de tout cœur avec toi en pensée dans tes nouvelles tâches !

Merci aussi de nous avoir permis de te voir lors de l'épluchette de blé d'inde, ce fut des moments riches en émotions avec une fille de cœur aussi généreuse que toi !!!

Tous les locataires se joignent à l'équipe de Salut voisines et voisins et du Comité des Loisirs pour te souhaiter du bonheur dans tous tes projets ! On t'aime belle Nathalie !

Dans l'œil et le cœur de Sébastien Touchette



Association Laurentienne des proches de la personne atteinte de maladie mentale



Un jour j'ai décidé d'aller consulter pour avoir de l'aide concernant une personne proche de mon entourage. Au départ, je nous considère tous et chacun comme des personnes avec divers degrés de maladie mentale, moi pour ma part j'ai un problème du trouble obsessionnel compulsif (TOC) ! Si j'ai décidé d'aller chercher de l'aide c'est parce que je ne savais pas comment gérer certaines situations que je vivais avec mon proche. L'ALPAMM m'a accueilli avec beaucoup de compassion, à comprendre mieux la maladie et trouver des outils pour avoir une meilleure communication avec mon proche.

J'assistais à des rencontres hebdomadaires, j'ai pu apprendre avec le vécu des autres personnes, un bagage incroyable de solutions et d'encouragements partagés! Vous savez, quand on ne sait pas qu'on peut avoir de l'aide on n'imagine pas à quel point on peut se mettre dans une situation souffrante en permanence, pour nous, et pour notre proche.

Quand on décide de faire le grand pas et d'aller consulter on ouvre une porte vers le respect et l'harmonie de chacun. Mieux comprendre, les agissements de notre proche, comment interagir pour dédramatiser la situation, trouver des moyens pour vivre un respect mutuel et j'en passe..... J'en aurais pour une page complète à vous citer tout ce que j'ai appris avec l'ALPAMM. Mon expérience dans ce groupe a été vraiment significative et enrichissante et tout le monde a été d'une gentillesse que je n'oublierai jamais !

N'attendez pas donnez-vous la chance.....

Mission

Apporter aide et soutien aux proches et membres de l'entourage de personnes souffrant d'une maladie mentale

Éduquer la population sur les problèmes causés par la maladie mentale

Coordonnées



Téléphone

450 438-4291
1 800 663-0659

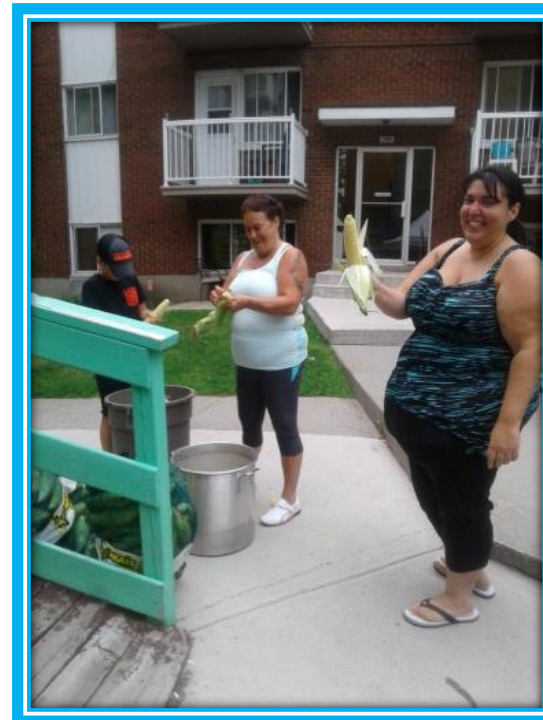
Adresse

950 A, rue Labelle
Saint-Jérôme (Qc)
J7Z 5M5

Courriel

info@lahalte.ca

Merci à tous les bénévoles !



Voyez comme un sourire vaut mille mots ! On peut dire que l'épluchette de blé d'inde a été un moment d'amour et de partage entre locataires. Dans la peur d'oublier des noms nous remercions de tout cœur tous les bénévoles du Comité des Loisirs soit : France Bergeron et Gabrielle Rodrigue qui avec patience s'occupaient des enfants dans le jeu gonflable. Que dire de Marjolaine Parent si généreuse ainsi que Stéphanie Savoie efficace en équipe avec Sylvie Desjardins que rien ne rebute et moi-même (Lise Touchette) au service de la nourriture et des breuvages ! Mais combien nous avons appréciés aussi Maria Guenette si vaillant avec Marjolaine Parent au service et à la préparation des marmites aussi un gros merci à Sébastien Touchette si serviable pour la musique d'ambiance et pour son dévouement.

Par ailleurs, des dizaines de résidents ont participé à cette activité de toutes sortes de façon en aidant le comité donc, merci à : Sylvie Turgeon, Jean Lalonde, Josée Godon, Sophie Lavoie, Hugo Rodrigue, Gilbert Gauthier, Lucie Pauzé, Joël Labelle, et Patrick Lessard. Nous espérons n'oublier personne car chaque locataire fut apprécié grandement ! Merci à toutes et tous !

