



OFFICE
MUNICIPAL
D'HABITATION
DE SAINT-JÉRÔME

Les rénovations de notre réception sont presque terminées ! Pensez à prendre rendez-vous avant de venir nous rencontrer afin de pouvoir être servi plus rapidement. Nous avons de tout nouveaux guichets pour un meilleur fonctionnement et mieux vous servir.



Propreté des lieux avec votre chien : Afin d'améliorer la propreté des terrains de l'Office, il est important de ramasser les besoins de votre chien, cela a des répercussions sur le travail d'entretien de la pelouse et des gens qui se promènent sur les terrains. Nous avons besoin de votre collaboration pour garder notre lieu beau et propre !

Climatiseur : N'oubliez pas que la date limite pour retirer votre climatiseur est le 15 octobre prochain !



ATTENTION SÉCURITÉ :
Lorsque vous ou vos enfants circulez dans l'aire de stationnement (vélo ou à pieds) prenez garde aux voitures qui circulent. Nous souhaitons éviter qu'un accident survienne.



Noémie est de retour avec nous !!! Elle effectue un stage pour sa maîtrise en sociologie. Surveillez ses activités !

Activités...

Merci

Le Comité des Loisirs aimerait mentionner la générosité d'un entrepreneur de l'OMH.

En effet le maïs a été offert par Monsieur Tommy Jolicoeur lors de l'épluchette du 1^{er} septembre dernier. De plus celui-ci a aussi fait d'autres dons.



Merci au nom de tous et toutes !

JOURNAL SALUT VOISINS

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

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



Octobre 2017

salutvoisins@hotmail.com

Bonjour à tous et toutes !



C'est avec joie que nous vous annonçons que désormais deux ordinateurs seront disponibles à la population pour surfer sur internet le tout dans le local des intervenantes.

C'est grâce à une belle collaboration des résidents qui ont signés la pétition ; mais aussi grâce au Comité des loisirs, le CCR, l'OMH et le Comité du journal Salut voisins ainsi que le Soutien communautaire si le tout a été rendu possible.

Pour plus d'informations sur les heures et les conditions consulter le blog Bons Voisins sous l'adresse : bonsvoisins.com

Pour tout commentaire écrivez-nous à salutvoisins@hotmail.com

Bonne lecture !



Amicalement vôtre !

Lise Touchette

Éditrice

Par Diane Boudreault



DÎNER PIZZA

4 OCTOBRE
8 NOVEMBRE

Dès 11h

\$2 pizza, frites et liqueur



480 labelle Salle Communautaire

Comité des Loisirs



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

La sécurité à l'Halloween

Des conseils pour les familles



Conseils aux parents

- Évitez les masques. Ils empêchent les enfants de bien voir ce qui les entoure, y compris les voitures. Optez plutôt pour une trousse de maquillage hypo allergène (moins susceptible de provoquer une réaction allergique) et non toxique.

- Fabriquez ou achetez des costumes de couleur pâle.

- Apposez des bandes de ruban réflecteur à l'avant et à l'arrière du costume, pour que les automobilistes voient bien votre enfant.

- Les costumes doivent être bien ajustés, pour éviter les chutes. Évitez les accessoires comme les chaussures trop grandes, les talons hauts, les robes longues et les capes longues.

- Tenez compte de la température. S'il le faut, revêtez votre enfant de plusieurs couches de vêtements.

- Démaquillez votre enfant avant le coucher pour éviter les risques d'irritation de la peau et des yeux..

- Vérifier les bonbons avec vos enfants.

Recherche par Micheline Laberge



Organisme de justice Alternative des Laurentides



Les Trouvailles de Loulou

Par Louise Lortie



L'HUILE DE NOIX DE COCO



L'huile de noix de coco pressée à froid aide pour pleins de choses voici quelques unes :



Utilisez une fine couche sur le tissu délicat autour de vos yeux pour prévenir les rides et le relâchement.



Frottez de l'huile sur les extrémités de vos cheveux pour hydrater et dompter les frisottis.



Utilisez en démaquillant : je mets l'huile directement sur mon visage et je retire à l'aide d'une débarbouillette humide !



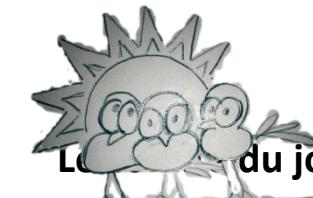
Un petit peu sous les bras peut faire un déodorant naturel.



Au lieu de la crème à raser, essayez d'utiliser l'huile de coco.

À la prochaine !

ON A MAINTENANT un logo!



Le logo du journal a son choix sur l'un des logos qu'Annie Archambault a créé !

Merci Annie tu as un don certain pour le dessin et on est fier de nos p'tits oiseaux expressifs qui représentent bien la communauté !



Communautaire

Par Diane Boudreault



Pour les pères

PARCE QU'UN PAPA C'EST POUR LA VIE

PÈRES PRÉSENTS, ENFANTS GAGNANTS

Être un père, beau-père, père ayant perdu la garde de son enfant, père séparé etc.....
450-545-0015 poste 32 ppe@uquo.ca

Groupes fermés, 19h à 21h30, jeudi, Un soir semaine, Lieu : UQO, pavillon St-Jérôme

Début des ateliers : mi-octobre 2017
Animateurs : un homme et une femme

Gratuit

Gratuit

PÈRES PLUS

Groupe d'échange, de partage et de soutien pour les pères, qui a été créé suite aux ateliers de pères présents, enfants gagnants.

Ouvert à tous les pères, 1 mercredi sur deux, 19h00 à 21h30, Maison Pause-Parent, 424 rue Du Palais

Groupe ouvert. Aucune inscription requise suffit de vous présenter Infos : 450-565-0015 poste 25 intervenantempp2@videotron.ca



ACCROC

Groupe de thérapies pour les hommes ayant des comportements violents en situations conjugale et familiale.
450-569-9966 ou 1-877-460-9966 www.accroc.qc.ca

Gratuit

SITES INTERNET



PREMIÈRE RESSOURCE AIDE AUX PARENTS : 1-866-329-4223

Maison pour les pères dépassés qui veulent reprendre les guides de leur vie . www.maisonoxygene.com

Regroupement pour la valorisation de la paternité : <http://rvpaternite.org>

Centre d'aide pour les pères vivant ou ayant vécu une séparation. Aide à la relation père-enfant. Aide juridique . Aide personnelle.
<http://peres-separes.qc.ca>



Écrivez-moi à : journaldiane@outlook.com

On se réveille les papilles!

Par Dyan Brousseau



Œuf en Cocotte de tomate



2 grosses tomates rondes
2 œufs
fromage au choix (style cheddar)
Basilic (*ou herbe de Provence*)
Sel & Poivre
Ramequins de taille moyenne

Préparation

Coupez le couvercle des tomates puis évidez les (*enlevez les pépins et la pulpe*) en faisant bien attention de ne pas percer le fond des tomates.

Posez chaque tomate évidée dans un ramequin afin que pendant la cuisson la tomate ne s'abîme pas.

Salez, poivrez et ajoutez les herbes au fond des tomates. (la pulpe des tomates que l'on a enlevé n'est pas nécessaire pour la recette, on peut la garder plus tard pour faire une sauce tomate pour des pâtes par exemple)

Cassez un œuf délicatement dans chaque tomate, assaisonnez un peu puis déposer votre fromage râpé sur le dessus (quantité au goût)

Enfournez à 200°C, 25min. Vers la fin de la cuisson, rajoutez le couvercle des tomates afin qu'il cuise un peu...

NB: pour un plat plus complet je conseille de manger les tomates avec du riz.

Bon appétit !

onserveillelespapilles@gmail.com

Par Diane Boudreault

Activités à venir à l'OMH en partenariat

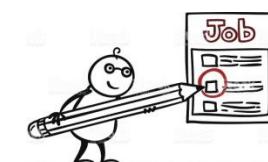
CAP EMPLOI

Cap Emploi : Bientôt à venir des activités en partenariat pour des projets préparatoires à l'emploi ou au retour aux études.

Soit ateliers, séance d'information, témoignages, suivi personnalisé, etc.,

Vous avez des suggestions et des besoins que vous aimeriez exprimer ?

Communiquez avec l'OMH



L'ENTRAÎNEMENT POUR TOUS

Bientôt le programme Tap & Clap pour promouvoir l'activité physique chez les aînés de 65 ans et plus !



Sites web à retenir pour plein d'infos



www.omhstjerome.qc.ca

www.bonsvoisins.com

Psst ! Un p'tit rappel !

Par Diane Boudreault

RESPIREZ LA SANTÉ

Cessez avec J'arrête

**INVESTISSEZ DANS
VOTRE SANTÉ !**



Abandon du tabac **GRATUIT**
Durée de 8 semaines

DÉBUT 18 OCTOBRE

**INSCRIVEZ-VOUS SANS
TARDER :**

450-553-2005

480 Labelle, Place Leclair

AUSSI PROGRAMME

SMASH

**POUR DE SAINES HABITUDES
ALIMENTAIRES**



DE NOUVELLES PLACES

RÉSERVER 450-553-2005

LES GENS D'ICI

Par Lise Touchette

Entrevue avec Sylvie Turgeon



Résidente à l'OMH
de la Place Leclair

Depuis combien d'années es-tu à l'OMH ?
Depuis 2002

Qu'est-ce que tu aimes de la vie ici ?
L'entraide et le soutien entre les vrais amis (es).

Quand tu vis des épreuves qu'est-ce qu'y t'aide au moral ?
Ma famille, mes amis (es) et les intervenantes du Soutien Communautaire.

Si tu étais directrice de l'OMH que changerais-tu ?
Je serais plus sélective pour les nouveaux résidents.

Un proverbe qui te résume ?
Ne pas faire aux autres ce que nous ne voudrions pas qu'on nous fasse.

Tu as le surnom de « Mom » ici, peux-tu nous dire pourquoi ?
Pour le surnom de MOM, c'est une très bonne question, c'est peut-être parce que je parle à beaucoup de personnes et que je peux donner quelques conseils.

As-tu une idole dans la vie et pourquoi ?
Tina Turner et Ginette Reno ; deux très bonnes chanteuses et comédiennes !

Finalement qu'aimerais-tu dire à un nouveau résident ?
Bienvenue et bonne chance dans ton nouveau logement.

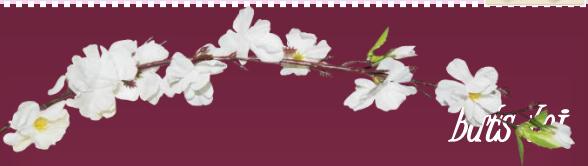
Merci de ton temps Sylvie !



MERCII

Poésie au féminin

Par Lise Touchette



pour tes rêves !

Bats-toi pour tes rêves,

Et jusqu'au bout de tes lèvres,

Laisse monter la fièvre,

C'est la vie qui te soulève !

Rien ne t'est impossible,

Et si tu dérives,

Ramènes-toi à ta cible,

Et tout redévierdra possible !

Ton énergie deviendra le moteur,

Pour traverser la peur,

Il faut surpasser la fragilité,

Pour te rendre jusqu'au bonheur !

La vie est si brève !

Allez bats-toi pour tes rêves !

Psst ! Un p'tit rappel !

Par Diane Boudreault

RESPIREZ LA SANTÉ

Cessez avec J'arrête

**INVESTISSEZ DANS
VOTRE SANTÉ !**



Abandon du tabac **GRATUIT**
Durée de 8 semaines

DÉBUT 18 OCTOBRE

**INSCRIVEZ-VOUS SANS
TARDER :**

450-553-2005

480 Labelle, Place Leclair

AUSSI PROGRAMME

SMASH

**POUR DE SAINES HABITUDES
ALIMENTAIRES**



DE NOUVELLES PLACES

RÉSERVER 450-553-2005

Par Sébastien Touchette

LES CHATS NOIRS



Le chat noir d'Halloween est l'un des symboles les plus reconnaissables de l'Halloween et l'un des plus ciblé de la superstition. Il y a beaucoup de proverbes et de superstitions qui concernent le chat noir entre autre si un chat noir croise votre chemin, il vous portera malheur!

En fait, ce sont des supercheries, les chats noirs sont de petits êtres bourrés d'amour et d'affection, ils sont malheureusement rejetés à cause de leur couleur noire mais ce sont les êtres les plus gentils que je connaisse! Drôle d'idée d'avoir fait la réputation de ces petites créatures inoffensives alors qu'elles ne demandent qu'un peu d'amour et d'affection!

Quand je vois un chat noir je me dis que la chance me sourira et qu'il m'apportera que de bonnes choses et savez-vous quoi ? Ça marche! J'ai vu des chats noirs qui m'ont apporté tellement dans ma vie, tout sauf la bad luck !

