



Quoi de neuf à l'AJFF ?

Le printemps, mais il est où le printemps? Il est où le soleil. Elles sont où les couleurs. Elles sont où les odeurs de fleurs. Pour moi, l'arrivée du printemps signifie le temps de planter des fleurs sur mon terrain et la préparation du jardin. Mais la préparation de quel jardin? La préparation du Jardin de la famille de Fabreville évidemment. L'AJFF est là pour les récupérer et leur donner une deuxième vie. C'est important de réutiliser. C'est faire une utilisation consciencieuse de nos ressources. Et au sein du Jardin de la Famille de Fabreville, la réutilisation des biens, c'est aussi une occasion exceptionnelle de soutenir une mission, de soutenir l'intégration socio-professionnelle de notre clientèle fragilisée. Sur ces petits mots, je vous souhaite un printemps tout en couleurs, aux couleurs de notre organisme bien sûr.

Marie-Eve Grégoire

Directrice générale

Frip' Boutique

La Frip'Boutique Au Jardin de la famille de fabreville inc.

Il y a toujours du nouveau dans la boutique Au Jardin de la Famille. À tous les jours... Sauf le dimanche! Nous recevons quotidiennement de nouveaux vêtements pour toutes les saisons et pour toutes les occasions.

Vous pouvez trouver ceci :

- Des sacs à main,
- Des porte-monnaie
- Des souliers, des sandales et des bottes
- Des bijoux et des accessoires
- Des livres, des CD, des jeux, des jouets, sans oublier des peluches
- Des articles de sport
- Des articles d'artisanat
- Des décorations et des bibelots
- Des petits électroménagers et beaucoup plus encore...

Surveillez nos nombreux spéciaux sur notre page Facebook! Parlez-en à vos amis!

Venez nous voir, on vous attend.!

Farah Batti, caissière du magasin

L'entrevue du mois

Myriam Matondo



Myriam, notre chère formatrice en francisation nous a accordé cette entrevue au cours du mois de mars, afin que nous puissions mieux la connaître.

Q- Depuis quand travaillez-vous Au Jardin de la Famille?

Myriam- Je travaille Au Jardin de la Famille depuis Septembre 2017.

Q- Comment avez-vous entendu parler du Jardin?

Myriam- J'ai entendu parler du Jardin de la Famille quand je cherchais un emploi. Alors, je suis allée voir ma conseillère en emploi à Dimension Travail puis c'est elle qui a trouvé l'annonce du Jardin. Elle m'a suggéré de postuler, selon mon expérience, puisqu'elle a vu que je pourrais être la bonne personne.

Q- En quoi consiste ton travail?

Myriam- Alors moi, je suis formatrice en francisation. Donc, j'apprends le français aux personnes immigrantes ou aux personnes qui résident au Québec depuis longtemps et qui ont besoin d'améliorer leur français. Je donne aussi des formations continues à mes collègues. Par exemple, si nous engageons une nouvelle caissière, c'est moi qui vais lui montrer comment cela fonctionne à la caisse.

Q- Quel travail avez-vous fait avant de travailler ici?

Myriam- Avant, j'étais aux études. Je n'ai donc pas beaucoup travaillé. Par contre, j'ai travaillé pendant un

court moment dans un organisme d’alphabétisation qui se nomme Collège Frontière. C’est un organisme canadien qui recrute des étudiants. Donc, l’organisme est présent dans les campus universitaires. Pour ma part, puisque j’ai étudié à l’UQAM, j’étais rattachée à ce campus. Mon travail était d’aider le coordinateur communautaire à trouver des bénévoles étudiants qui vont aider les gens de la communauté à lire, à écrire et à apprendre le français. J’ai fait un travail de coordination et d’organisation. Je supervisais aussi les bénévoles qui faisaient de la francisation.

Q- Quelles études avez-vous fait?

Myriam- J’ai étudié en sociologie. En fait, la sociologie c’est d’étudier le fonctionnement de la société, comment cela fonctionne, comment les gens fonctionnent et pourquoi une personne peut agir de telle ou telle façon.

Q- Aimez-vous travailler avec la clientèle en démarche de francisation?

Myriam- Oui, j’aime beaucoup ce que je fais parce que je rencontre des gens qui viennent de différents

pays et qui ont différentes cultures. J’apprends en même temps qu’elles apprennent le français, puisqu’il y a plus de femmes que d’hommes. J’apprends beaucoup d’elles et j’adore mon travail.

Q- Est-ce que ton expérience de vie au Congo a contribué à qui tu es en tant qu’employée?

Myriam- Mon expérience de vie, oui, parce que j’ai été éduquée d’une certaine façon avec une certaine culture. Donc moi, mes parents sont des enseignants. En fait 80% de ma famille enseigne, donc ça fait partie de moi d’enseigner.

Aussi, j’ai toujours appris à donner aux autres. Chez moi, la maison était toujours ouverte, les voisins venaient manger chez nous. Ma mère offrait de la nourriture aux gens. J’ai grandi dans la gratitude : savoir redonner aux autres.

Mes parents ont toujours été impliqués socialement, ce qui est donc normal pour moi de travailler dans le communautaire.

Bobby Levesque, participant alpha

Pendant ce temps en alpha

Conférence de presse pour le Courrier du Jardin

Nous avons eu une conférence de presse où les participants ont eu la chance de répondre à des questions. Les participants ont eu la chance de parler des cours de journalisme et de se faire connaître! Le Courrier Laval nous a envoyé un très bon rédacteur en chef



qui se nomme Monsieur Benoit Leblanc. Nous avons une très belle expérience avec le journalisme. Notre nouvelle directrice Marie-Ève Grégoire était présente ainsi que trois membres de notre conseil d’administration, Richard Longval, Sylvia Lévesque et James Gauthier.

Maria Catsaranis, participante alpha

Mois de la nutrition, ça sentait bon!

Comme vous le savez peut-être, le mois de mars est le mois de la nutrition. Pour souligner cet événement, le groupe d’alpha du mercredi matin a mis la main à la pâte pour confectionner une croustade aux pommes. Aurélie, Marie-Antoinette et Martin ont pelé et coupé les pommes tandis que Nicole et Mounzir ont mesuré et mélangé la garniture à base de gruau. Après 30 minutes de cuisson, le groupe a pu déguster ce bon dessert-santé. Il en est même resté assez pour gâter quelques autres participants du Jardin.

Bravo à tous pour votre bon travail!

Francine Piché, bénévole alphabétisation



Le Courrier du Jardin expérimente la nourriture indienne

Nous avons fait une sortie au restaurant Indien avec Nina Salconi, Myriam Roy et mes amis, nous avons mangé différemment.



Pour ceux qui n’aiment pas le piquant je vous conseille le poulet au beurre avec le riz basmati et du pain Naan. J’ai beaucoup aimé les pois chiches, Chana masala, avec les lentilles noires, Daal makhni. Pour finir, je vous suggère deux petits desserts : Gulab Jamun, boulettes de lait dans un sirop de miel à la fois doux et sucré et le Moghlai Kheer, mélange de riz au lait cuit assaisonné avec de la cardamome et de l’eau de rose. Ce pouding au riz c’est mon gros top 10! Nous étions tous assis à la même table, nous

avons bien rigolé ensemble. Il y avait des piliers avec des éléphants, il avait du rouge et du or, c’était très chaleureux. Nous étions dans un décor et une ambiance bouddhiste, c’était dépay-sant.

Sandra Bradford participante alpha

Semaine québécoise de la déficience intellectuelle! Déjà 31 ans!

Bonjour à tous, j’aimerais vous parler de la semaine québécoise en déficience intellectuelle qui sera cette année du 17 au 23 mars 2019. Je trouve que c’est une belle semaine d’activités que le Québec offre à toute la province. Les personnes qui ont des limitations fonctionnelles, elles ont toujours un beau sourire et une belle histoire à découvrir. Aussi, la semaine québécoise en déficience intellectuelle c’est pour montrer à la société qu’on apprend avec nos forces et nos faiblesses et que nous sommes des personnes comme les autres qui sont capables de travailler et qui sont capables d’avoir différents projets.

Quand elles finissent l’école secondaire, il y a des cours qui se donnent dans certains centres pour adultes. Ces

centres donnent des cours spécialisés comme le Centre l’Impulsion et le Centre le Tremplin. Il y a parfois des services d’intégration sociale après le secondaire. Certaines personnes choisissent de continuer d’aller encore à l’école pour apprendre l’autonomie et il y a des personnes qui vont dans un autre parcours pour aller sur le marché du travail. Il existe également un service pour chercher des emplois aux personnes ayant une déficience intellectuelle comme l’Étape de Laval. C’est un organisme qui aide les personnes avec toutes sortes de handicaps à se trouver un emploi. De plus, il ne faut pas oublier le service du Centre de réadaptation en déficience intellectuelle qui offre le service d’éducatrices et d’éducateurs à la clientèle D.I et TSA. Ces éducateurs font des suivis en se déplaçant chez la clientèle pour travailler des objectifs personnels.

Vivre la différence offre des programmes pour aller sur le marché du travail et donne des cours pour apprendre l’autonomie. La clientèle D.I c’est des personnes attachantes qui ont besoin d’amis. Je demanderais à tous les employeurs de donner une chance aux personnes qui ont une limitation fonctionnelle et de leur ouvrir une porte pour le marché du travail. Il faut

nous donner une chance d’apprendre comme tout le monde et aussi je demande à la société de penser à ouvrir son cœur en devenant famille d’accueil pour ce type de clientèle. Tout peut faire une différence!

Donnez au suivant et merci beaucoup. Vive la différence!

Stéphanie Cayer , participante alpha

La blague vedette

C’est quoi le dessert au chocolat qui sent à plein nez?
Un whi...pet!

Alexandre Jodoin, participant d’alpha

Arts, lettres et culture

La Zumba

La Zumba a été inventée par le danseur et chorégraphe colombien Alberto Perez dans les années 1990. Ce dernier raconte qu’il a inventé ce concept un jour qu’il avait oublié la musique qu’ils utilisaient habituellement pour sa classe de dance aérobique. Il a dû improviser avec la musique qu’il avait sous la main, de la musique latine. En 2001 Alberto a quitté la Colombie pour s’installer à Miami. Une de ses étu-

diantes lui présente son fils Alberto Perlman qui deviendra PDG de Zumba. Un ami d'enfance de Perez, Alberto Aghion deviendra président de l'entreprise. Les associés se sont partagé les rôles. Albeto Perez est le visage public de la Zumba mais Alberto Perlman et Albreto Aghion s'occupent des affaires plus commerciales. Ils vendent leurs idées à l'entreprise américaine Fitness Quest. La zumba est un programme d'entraînement qui mélange différents styles de musique : Salsa, merengue cumbia reggaeton et bachata. La pratique permet de brûler 500 à 1000 calories par heure!

Selon le site de la compagnie Zumba Fitness, plus de 15 millions de personnes participeraient hebdomadairement à un cours de Zumba!

Julie Trottier, participante d'alpha

Coin poésie

Plaisir coupable...

Du fruit défendu de notre désir si doux qu'on ose y toucher...

De sentir la douce brise du matin, où on entend la douce voix des anges qui parlent de notre bonheur tant attendu depuis longtemps..

D'un amour voulu sans craindre

l'abandon de l'être qui est présent, à mes yeux, tu l'as rendu en forme de perle précieuse....

D'une goutte de larme de joie qui m'enveloppe de roses blanches et violettes....

De la rose qui s'épanouit légèrement et délicatement...

D'un regard délicat, et tendre qui effleure mon esprit....

Par le cadeau que Dieu nous a offert, est né ce bel amour qui nous entoure tous les deux...

Il nous a permis d'ouvrir cette porte qui cachait notre doux bonheur tant refusé depuis une éternité jusqu'aux astres et jusqu'aux montagnes du Nord...

De la passion, du désir, et de la tendresse de tes signes affectueux a amorcé une libération douce et la plus aimante qui soit....

D'une adoration excessive, goûter à tes tendres baisers qui me manquent tellement que parfois je sens le vide en moi....

Mais depuis que nos regards se sont croisés, mon cœur s'est emballé...

Niagna Quêye, participantbte alpha

Le Pass-Action à l'AJFF

Au cours du mois de mars, j'ai pu rencontrer Rita Hajj du Jardin de la Famille afin de lui poser quelques questions sur le programme Pass-Action.

Dans le programme Pass-Action on apprend à se découvrir et à apprendre un **travail** à notre rythme. Pour une personne qui est sur l'aide sociale, on va lui en offrir 3 jours par semaine parce que c'est sa capacité de travailler 3 jours avec un encadrement socio-professionnel au cours du travail. Elle va apprendre à travailler et va aussi apprendre le comportement nécessaire au travail, les habiletés à travailler et le développement de ses capacités. La personne est soutenue par Emploi-Québec et l'assistance sociale. Théoriquement, le Pass-Action sert à l'intégration sur le marché du travail.

Dans le programme des contrats d'intégration au travail (CIT), la personne peut être à 5 jours par semaine et va continuer à être encadrée et avoir un certain avantage. Cette personne devient un employé. Le gouvernement va donner un pourcentage du salaire et l'employeur le reste. Cependant, ça dépend du niveau de la déficience intellectuelle de la personne. Si c'est une personne qui a une déficience intellec-

tuelle moins grande et que son autonomie lui permet, elle pourra participer au programme. Donc, ça dépend de chaque cas.

Il y en a qui restent longtemps sur les programmes de ce genre, d'autres non. Parce que 5 jours ça peut être stressant. Pour d'autres c'est ça que ça leur prend. Pour finir, ce n'est pas tout le monde qui peut avoir ces programmes, c'est pour ceux qui sont en recherche de travail et qui sont sur l'aide sociale ou que c'est leur premier emploi.

Marie-Claude Dagenais., participante alpha

Dans la Vie d'une personne autiste

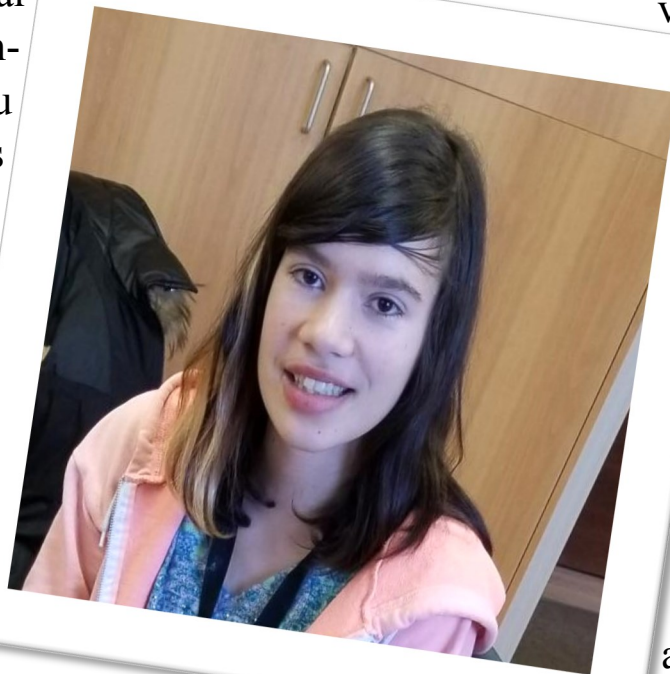
Bonjour chers lecteurs du journal, aujourd'hui je vais parler de l'autisme. En passant, au mois d'avril, le mois prochain, c'est le mois de l'autisme, vous pouvez porter du bleu. Je me présente je m'appelle Sophie et je suis une jeune fille autiste t.e.d non spécifié de 23 ans. Je trouve qu'être autiste a des avantages et des désavantages. Au primaire j'étais moins sociable qu'en ce moment, j'avais 2 amis mais je n'allais pas beaucoup les voir. Pendant mes pauses à la recreation, j'inventais surtout des histoires (j'aime toujours ça; c'est peut-être pour ça que j'écris pour

le journal du Jardin de la Famille) et je dessinais des personnages. Mais j'étais plutôt bien comme ça. Au secondaire j'avais des amis, mais je ne les invitais pas beaucoup. À l'école Le Virage j'avais même eu un amoureux qui n'était pas gentil avec moi et qui me faisait faire un peu ce qu'il voulait car j'étais sûrement influençable. Au moins mes parents m'ont demandé de casser avec et ils ont bien fait.

Ensuite à mes 19 ans, je suis allée passer une semaine au camp mira à la Scola mira, pour avoir un chien mira pour les personnes autistes. Puis je suis revenue de là-bas avec un petit labrador noir qui s'appelle Kessel 12. Dans ce temps-là, à l'école Le Virage ça m'a aidé à être plus sociable, car les gens me posent des questions sur mon chien. Aujourd'hui, je suis plus sociable, je fais plus de sorties avec mes amies et j'ai un amoureux depuis mes 19 ans, depuis l'école le virage, au secondaire et je suis bien avec. Puis je sens que je dois faire des efforts pour

être plus sociable, même si je suis des fois solitaire quand même.

Quand je suis seule, j'aime bien être dans mes intérêts comme certaines personnes autistes. J'aime lire, parfois avec du thé du David's Tea, ça c'est bon (car comme je suis autiste, je pense en image, donc quand je lis, je



vois ce que je lis comme un film dans ma tête et je retiens bien ce que je lis). J'aime me promener et jouer dehors avec mon petit chien, écouter de la musique, commencer des projets de tricotin et cuisiner. Je suis assez routinière aussi.

Mon petit chien m'aide aussi quand je suis dans un événement stressant, car je stresse des fois comme certaines personnes autistes. Comme quand je suis en retard quelque part, par exemple, ou des fois s'il y a des imprévus car je n'aime pas vraiment ça. Je fais un câlin à mon petit chien et ça me change les idées et ça m'aide. Je fais aussi de la méditation des fois; ma sœur m'a montré ça. Être autiste ça a aussi des avantages, comme pouvoir

passer par la sortie des manèges de la Ronde et avoir un beau petit chien qui vient avec moi. Je suis contente d'entrer tout de suite dans les manèges à la Ronde, car si j'attends 1 heure je stresse, car je me dis est-ce que j'y vais bientôt? Puis rendue au moment d'entrer dans le manège je n'ai plus le goût d'y aller.

Un problème d'être autiste est les difficultés d'apprentissage. À mon secondaire 1, moi j'ai recommencé ma 6^{ème} année dans une classe t.e.d à l'Odyssée Des Jeunes et je suis partie de cette école à 16 ans. Ensuite je suis allée à l'école le Virage et j'ai beaucoup recommencé mes secondaires 1 et 2 là-bas. J'ai finalement réussi mes matières de secondaire 2 et je suis partie à 21 ans. Après j'ai fait une formation d'aide-horticole, à l'École Horticole De Laval, car j'aime le jardinage. Puis comme j'ai fait de nombreux stages, j'ai préféré travailler ensuite car je me suis tannée de l'école à cause de ça. J'ai été embauchée 3 jours par semaine à une écurie où j'étais bénévole là-bas 2 jours par semaine avant. Puis j'aime aller à mon travail car j'aime les animaux et les chevaux.

Une difficulté que j'ai remarquée d'être autiste est que je répète des fois les choses car je ne me rappelle plus si je

l'ai déjà dit. (Je fais ça depuis que je suis petite mais j'essaye de le contrôler.) Puis aussi des fois je ne sais pas quand parler dans une discussion, donc je lève encore la main comme à l'école, c'est un moyen que j'ai trouvé. Puis aussi, des fois je remarque un peu moins le non-verbal. Parfois quand je veux dire quelque chose à quelqu'un et pour savoir si il/elle veut me parler en ce moment je dis parfois : -Est-ce-que je peux te dire quelque chose? Je ne sais pas si c'est 3 choses-là agacent parfois les gens, mais bon.

Et aussi, malgré que je sois autiste, j'ai déménagé dans une maison qui est derrière chez moi, mes parents sont les propriétaires et je leur paye un loyer. Je suis déménagée depuis une semaine et tout va bien, j'ai même fait un party de pendaison de crémaillère hier soir avec mes amis. Puis 2 de mes amies et peut être une colocataire vont me rejoindre plus tard. J'ai passé un long séjour de 3 semaines à l'appartement d'apprentissage du C.R.D.I et ça m'a aidé et tout c'est bien passé. Malgré mes gaffes parfois, je suis prête à habiter seule. Je trouve que je suis une personne autiste heureuse. J'espère que vous avez aimé l'article chers lecteurs du journal.

Sophie et Kessel (12) mon chien mira

Moi aussi...je parle français

Apprendre une langue seconde ou étrangère n'est pas une chose aisée. Il faut pratiquer, encore et encore et toutes les occasions de le faire sont bienvenues. C'est ce que font nos participants en écrivant dans le journal. Voici donc des récits de voyage de deux d'entre elles.

VOYAGE EN HAÏTI

« Je suis partie en Haïti 2 semaines. J'ai bien mangé, je me suis bien amusée avec la famille. Après c'était triste à cause de la mort de mon cousin (du cousin) de mon mari. Je suis allée à la plage. J'ai fait des photos. »

Nadia Dalcé, participante en francisation niveau intermédiaire à avancé.

VOYAGE EN FLORIDE

« Fin de janvier, mon mari et moi avons pris l'avion pour la Floride. Nous avons quitté le Canada de la ville Plattsburgh pour nous envoler, car les billets de cette ville coûtent beaucoup moins cher qu'à Montréal.

Nous avons décollé et après 3 heures,

nous avons retrouvé notre fils avec sa femme et ses deux enfants plus jeunes. Les enfants plus âgés étaient à l'école.

Pendant notre visite, nous avons passé beaucoup de temps dans les parcs. Une fois, nous sommes allés au parc où vivent des alligators et des crocodiles. Les alligators vivent même dans de petites flaques, il est donc dangereux de s'approcher des petits lacs naturels.

Dans le parc, j'ai vu beaucoup d'oiseaux que je n'avais jamais vus de ma vie. La nature de la Floride est très différente de la nature du Canada.

Nous avons beaucoup de temps avec nos petits-enfants, nous les avons accompagnés dans le parc et avons joué.

Une fois, nous sommes allés à un concert auquel nos petits-enfants ont participé. Le concert a eu lieu au musée d'art de la ville d'Orlando. J'ai beaucoup aimé les gens qui vivent là-bas, qui sourient et saluent, même les conducteurs de voitures qui passaient devant notre maison. Nous sommes allés deux fois sur la côte Atlantique.

Une fois nous nous sommes baignés dedans et la deuxième fois il faisait très froid et un vent fort soufflait.

J'ai vraiment aimé le climat de la Floride, n'était ni chaud ni froid. J'aimerais vivre dans un climat où il fait chaud tout le temps et où il n'y a pas d'hiver froid et neigeux.

Quand je serai à la retraite, j'aimerais aller en Floride pour les mois d'hiver.

Larysa Syrkina, participante en francisation niveau intermédiaire à avancé.

L'entrepôt

Les étoiles du mois

Au Jardin de la famille, nous travaillons fort à l'entrepôt et les participants font une multitude de tâches. L'entrepôt est constitué de plusieurs plateaux différents comme le plateau de métal, où les participants recyclent le cuivre dans les fils électriques et démontent des appareils électroniques. Nous devons faire aussi le triage du linge, étiqueter les vêtements et vérifier les jouets et autres objets. Pour le mois de mars, on félicite trois participants pour le travail qu'ils apportent à l'organisme!

Ricardo/Le positif

Ricardo travaille comme bénévole depuis plusieurs années au Jardin de la famille. Il y a quelques semaines, Ricardo a commencé à



travailler dans le plateau de jouets, des livres et autres objets. Il se force beaucoup dans son travail et il aime ce qu'il fait. Nous voulons le remercier pour son attitude positive et pour le travail qu'il fait à l'entrepôt!

Sibel/ L'artiste

Sibel travaille principalement au local des jouets depuis quelques mois. Elle a travaillé fort sur ses objectifs et s'implique beaucoup lorsqu'elle fait ses tâches, mal-



gré les difficultés qu'elle peut éprouver. Sibel s'est énormément améliorée depuis quelques mois et nous sommes fiers de son travail!



Weiner/ Monsieur Souriant

Weiner a commencé à travailler depuis peu de temps à l'entrepôt. À chaque semaine, il a appris un nouveau plateau de travail comme la réception des dons, le métal ou le local de jouets. Weiner est

toujours de bonne humeur et prêts à nous aider dans n'importe quelle tâche! On le remercie pour son initiative et son travail à l'organisme.

Rebeca M. Mejia, intervenante

Une personne, une culture...

Marion Roy de la République Dominicaine

Q- De quel pays venez-vous?

Marion- Je suis née au Canada. J'ai ensuite déménagé en République Dominicaine pour finalement revenir en septembre 2018. J'ai fait mes études en République.

Q- Quelle est votre langue d'origine?

Marion- Français.

Q- Comment est la température en République Dominicaine? **Marion-** Il fait vrai-

ment chaud. 30 degrés C. Cependant en décembre, dans la cordillère, il peut neiger et faire 5 degrés C.

Q- La technologie est-elle similaire à celle du Québec? **Marion-**Oui, les ordi c'est comme ici mais la rapidité de l'internet est moins bonne. Aussi, nous ne pouvions pas consulter d'horaire d'autobus sur internet. Nous devons nous rendre à l'arrêt et attendre. Ils passent environ aux heures.

Q- Que pouvez-vous nous dire sur l'habillement dans ce pays? **Marion-** Les vêtements d'ici sont plus chics, là-bas ce sont surtout les vêtements imprimés fabriqués en Chine qui sont populaires.

Q- Quel est le sport le plus populaire en République Dominicaine? **Marion-** Le baseball est le sport national. Il y a l'équipe de la campagne, l'équipe de la côte maritime et celle de la capitale. Ce sont ceux de la capitale les meilleurs.

Q- Pourquoi avez-vous quitté le Canada? **Marion-** Parce que ma mère avait une maladie héréditaire qui était plus difficile à traiter à cause du froid et qu'également, nous avons quelques difficultés personnelle au Canada pour lesquelles nous voulions prendre du recul.

Q- Comment s'est passé ton intégration en République Dominicaine? **Marion-**



L'intégration dans notre nouveau pays était difficile, j'avais 6 ans. J'ai vécu du racisme et de la discrimination de la part de mes pairs durant tout mon vécu en République. Le fait que j'avais des

cheveux pâles m'attirait beaucoup de haine et de commentaires méchants de la part des autres étudiants au secondaire. De plus, les études étaient très dispendieuses pour un immigrant dans ce pays. J'ai ensuite terminé mon secondaire là-bas. Puis, je suis enfin revenue ici. J'ai tout de suite trouvé un emploi aux élections puis j'ai trouvé le projet ABC Couture en regardant sur un babilard à l'épicerie. Je dois d'abord apprendre à mieux écrire mon français mais après, je vais entreprendre un diplôme à Concordia en traduction. Grâce à mes expériences de vie, je suis devenue une fille très débrouillarde.

René L'Arrivée, participant d'alpha

Rédacteur surprise

Nouvelle employée et sa tranche de vie

À 36 ans, je suis devenue une maman seule avec trois beaux enfants, une semaine sur deux, car je me suis divorcée.

Je ne croyais pas que je rencontrerais L'AMOUR, surtout avec trois enfants, QUI voudrait de nous ?

Mais voilà qu'en 1997 ma vie bascule, je rencontre l'homme de ma vie et en plus dans une discothèque qui l'aurait cru !!!! Haha.

Ensuite, nous nous sommes parlé au téléphone pendant presque un mois et le 25 octobre 1997 on s'est revu et là, ça c'est parti pour nous deux.

Lui, il demeure sur la Rive-Nord de Montréal, il a deux enfants, et moi sur la Rive-Sud de Montréal avec mes trois enfants. La chance de notre vie a fait que nous avons nos enfants respectifs la même semaine et l'autre semaine tous les deux ensembles.

Je peux vous dire que l'on se demandait dans ce temps-là, si un jour nous serions ensemble dans la même maison avec nos cinq enfants (qui s'entendaient tous bien ensembles).

Pendant un an et demi, nous nous

sommes fréquentés, je l'adorais.

Au bout de ce temps, une opportunité nous est arrivée, le père de mes enfants, pour des raisons qui lui appartiennent, ne pouvait plus faire la garde partagée.

ET HOP ! Je déménage avec mes trois enfants sur la Rive-Nord de Montréal. Donc, nous commençons une vie de famille recomposée et c'est sûr avec ses hauts et ses bas !

Nous avons éduqué, aimé, encouragé, consolé, disputé, cajolé, nos cinq enfants, oui, car pour nous ils étaient nos cinq enfants.

Ils ont tous grandi et sont parti chacun leur tour et commencé leur vie à eux.

Le 25 octobre 2019 nous fêterons nos 23 ans de BONHEUR, oh ça n'a pas tou-



jours été rose, je serais menteuse si je disais cela, mais c'était comme toutes les autres familles, une famille.

Maintenant mon amoureux et moi sommes toujours heureux et en plus très bien entourés.

Chaque enfant est en couple et a eu de beaux enfants, ce qui fait pour nous onze beaux petits-enfants que nous adorons tous.

QUE DEMANDER DE PLUS A LA VIE !!!!!

Jocelyne Corbin

Chronique culinaire

Lasagne aux légumes

Ingrédients :

500 g (livre) de lasagne

1 oignon coupé en petit dés

2 carottes pelées et coupées en petit dés

½ chou-fleur, haché

1 piment vert, coupé en petit dés

½ courgette, coupée en petits dés

2 tomates coupées en petit dés

250 de champignons frais, nettoyés et coupés en dés

15 ml (1 à soupe) de zeste de citron haché.

1/4 à thé de muscade



Préparation :

Préchauffer le four à 190C (375f)

Beurrer un plat à lasagne. Mettre de côté.

Dans une grande casserole contenant de l'eau bouillante salée, ajouter quelques gouttes d'huile ou du vinaigre.

Y plonger les pâtes et faire cuire en suivant le mode d'emploi sur l'emballage.

Égoutter les pâtes et les étendre délicate-

ment, une à la fois, sur des feuilles essuie-tout.

Assécher.

Faire chauffer le beurre dans une grande casserole.

Ajouter les oignons, couvrir et cuire 3 minutes à feu doux.

Remuer et ajouter les carottes, couvrir et continuer la cuisson 3 à 4 minutes à feu doux.

Ajouter le chou-fleur, les piments et les courgettes.

Assaisonner généreusement. Couvrir et cuire 4 à 5 minutes à feu doux.

Bon appétit!

Caroline Bussière, participante d'alpha

Devinette

Quand je suis petit je suis grand et plus je vieillis plus je deviens petit. Seul le vent peut m'empêcher de devenir petit.

«Réponse au local d'alpha»!

Collectif des apprentis journalistes

Depuis maintenant 5 ans, l’AJFF accueille un super projet –ABC Couture– projet de préparation à l’emploi pour des femmes immigrantes lavalloises qui ont besoin de se franciser pour favoriser leur intégration dans le marché de l’emploi.

Neuf femmes terminent un parcours de 6 mois durant lequel elles ont amélioré leur français, appris la couture et l’informatique, fait des stages dans différents plateaux de travail et développé des habiletés de recherche d’emploi avec la collaboration de Dimension Travail (organisme d’intégration des femmes à Laval, précieux partenaire de l’AJFF).

La fin de ce projet a été soulevée au cours d’un 5@7 lumineux durant lequel les participantes ont été félicitées pour leur persévérance et leur enthousiasme à favoriser leur intégration sociale et professionnelle.

Félicitations à Soumaya, Chaza, Jeanne, Marion, Steffanny, Elizabeth, Shahgul, Ruckhsana et Maral.

L’AJFF vous souhaite le plus grand succès dans la suite de votre aventure au Québec.

L’équipe ABC Couture

Photo à la page suivante...





N'hésitez pas à encourager les personnes qui ont contribué à l'écriture de ce journal puisque sans eux, il n'aurait pas existé. Gardez également à l'esprit qu'il est majoritairement écrit par notre clientèle, ayant une déficience intellectuelle ou un TSA, en démarche d'alphabétisation. Vous pouvez les féliciter ou simplement nous demander de vous ajouter à notre liste d'envoi électronique. Pour de plus amples informations communiquez avec moi par courriel ou par téléphone.

Merci de votre intérêt chers lecteurs!

Nina Salconi, formatrice en alphabétisation
 formatrice_alpha1@jardindela famille.org
 450-622-9456 poste 223



Organisme communautaire

Programmes:
 Alphabétisation
 Intégration
 Francisation

Votre friperie
 à Laval !



De nouvelles trouvailles
 chaque jour !



Friperie Au Jardin de la Famille de Fabreville

3867 boul. Ste-Rose
 Tél: 450-622-9456
 Suivez-nous

