



Journal "Le Survol"

Association pour
Personnes
Handicapées

"Le Goéland" inc.

Septembre, Octobre, No-
vembre, Décembre 2026

1255, rue des Mûres
Saint-Félicien (Québec)
G8K 2W7
Tél.: (418) 679-5453
Fax: (418) 679-5806
www.legoeland-services.com

"NOTRE DEVISE -
TOUJOURS PLUS HAUT, TOUJOURS PLUS LOIN..."

Du livre « Jonathan Libringston le Goéland » de Richard Bach

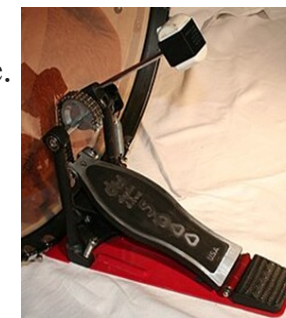
Sommaire

Page couverture.....	p. 1
Sommaire.....	p. 2
Liste des membres du Conseil d'administration.....	p. 3
Liste des membres du Comité du Journal ``Le Survol``.....	p. 4
Le mot du Directeur Général	p. 5
Harry Houdini suite Par Yolande Gauthier.....	P. 6
Dragon d'eau Par Yolande Gauthier.....	P. 9
La ciboulette par Yolande Gauthier.....	P. 12
Kakuro par Mario Villeneuve.....	P. 14
Poème par Mme Christine Duchesne.....	P. 15
Dessin à colorier par M. Mario Villeneuve.....	P. 16
Pensée par Mme Yolande Gauthier.....	P. 17
Calendrier des activités du mois de Septembre 2026.....	P. 18
Calendrier des activités du mois de Octobre 2026.....	P. 19
Calendrier des activités du mois de Novembre 2026.....	P. 20
Calendrier des activités du mois de Décembre 2026.....	P. 21
Jeu sudoku.....	P. 22
Trouver les différentes par Mario Villeneuve.....	P. 23
La sagesse amérindienne par Mario Villeneuve.....	P. 24
Mots mystère par Mario Villeneuve.....	P. 25
Blagues par Yolande Gauthier.....	P. 26
Anniversaires du mois.....	P. 28
Pensée par Yolande Gauthier.....	P. 29
Chronique ``Autour du monde`` Mme. Christine Duchesne.....	P. 30
Biographie de peintre Christine Duchesne.....	P. 32
Critique de film. Par Mme. Christine Duchesne.....	P. 34
Citations et Proverbes Luc Larouche.....	P. 35
Les points à relier par Mario Villeneuve.....	P. 36
Recette par Yolande Gauthier.....	P. 37
La batterie par Yolande Gauthier.....	P. 38
Dessin de Mme. Christine Duchesne...(pastel).....	P. 40

Baguettes: Pour jouer de la batterie, on utilise généralement des baguettes de bois ou en métal, qui peuvent recouvrir différentes formes (généralement de type viper ou « rondes »), qui sont caractérisées par leur diamètre, la forme/taille/matière de l'olive (bout de la baguette) et la longueur du col (partie entre le manche et l'olive).



Jeu aux pieds: le « talon en l'air » ou « pied en pointe », utilisée principalement pour le rock et les musiques contemporaines. Cette technique permet de frapper la grosse caisse d'une manière plus puissante. Elle permet aussi une plus grande rapidité d'exécution ; le « talon à terre » ou « pied à plat », généralement pour le jazz ou des musiques à rythme lent. Cette technique permet plus de nuances et fournit un point d'appui pour le corps du batteur. L'inconvénient, si le batteur opte pour la position « talon en l'air » à la fois pour la grosse caisse et pour la charleston, est que la position est instable : le batteur n'a pas de point d'appui fixe au niveau des jambes et doit travailler sa position sur le siège pour maintenir son équilibre et ne pas



Instrument de musique (la batterie)

Une batterie est un ensemble d'instruments de percussion (de type fûts et cymbales) disposé pour être joué par une seule personne, la plupart du temps à l'aide de baguettes et de pédales. Une batterie est généralement composée d'une grosse caisse, d'une caisse claire, d'une charleston, de toms et de cymbales.



Accessoires: Les accessoires sont généralement constitués d'un siège de batterie, une pédale de grosse caisse, une pédale de charleston, un pied de caisse claire et des pieds de cymbale.

Certaines batteries très complexes peuvent comporter de nombreux toms et cymbales supplémentaires ainsi que plusieurs grosses caisses. Pour soutenir le tout, une armature tubulaire (rack) peut être employée. Cette armature minutieusement inventée par le batteur Jeff Porcaro peut être particulièrement impressionnante, comme celle de Terry Bozzio. Le "rack" procure en outre un son plus riche, du fait que les instruments sont solidaires et sonnent par sympathie.

La grosse caisse est posée à quelques centimètres au-dessus du sol. Il existe des sur-élévateurs de grosse caisse pour les fûts de petites dimensions (ex : batteries de type « jasette » avec grosse caisse de diamètre 18 pouces comme le modèle Manu Katché de chez Yamaha). Deux pieds latéraux la tiennent en équilibre sur trois points d'appui.

Liste des Membres du Conseil d'Administration

Présidente
Madame Yolande Gauthier

Vice-Président
Monsieur Luc Larouche

Administrateurs-Administratrices

Monsieur Alain Gagnon
Madame Chantale Roberge
Madame Christine Duchesne
Monsieur Mario Villeneuve
Monsieur Karl Bouchard
Monsieur Steeve Verreault

**Liste
Des Membres du Comité
Du journal interne
De l'Association
(Le Survol)**

**Madame Yolande Gauthier
Madame Christine Duchesne
Monsieur Luc Larouche
Monsieur Mario Villeneuve**

NB : Chacun des membres de l'association peut contribuer à la rédaction du journal, en faisant parvenir au Bureau; vos articles, vos chroniques, ou vos jeux., etc...

Merci

Saumon laqué à l'érable

Ingrédients:

4 filets de saumon (environ 115 g chacun)
¼ de tasse de sirop d'érable
2 c. à soupe de sauce soja
1 c. à thé de moutarde de Dijon
1 gousse d'ail émincée



Préparation du saumon laqué à l'érable:

Préchauffer le four à 400 °F (200 °C).
Recouvrir un plat de cuisson peu profond de papier parchemin ou d'aluminium (cette étape est optionnelle, mais facilite le nettoyage!)
Dans un petit bol, fouetter le sirop d'érable, la sauce soja, la moutarde de Dijon et l'ail.
Disposer les filets de saumon dans le plat de cuisson.
Verser le mélange de sirop d'érable sur le saumon et laisser mariner pendant 10 minutes. Ensuite, retourner le poisson et laisser mariner à nouveau pendant 10 minutes.
Cuire le saumon dans le four préchauffé de 15 à 20 minutes.
Servir avec un féculent de votre choix et une salade ou des légumes.

Donne 4 portions.

Les points à relier



Le mot du Ex- Directeur général (Mandataire Bénévole)

Bonjour

J'espère que vous passé une très bel Été, que vous avez réalisé des projets, passé du bon temps et même fait quelques beaux voyages!

Pour la session des cours d'Art donné par Mme Huguette Hudon, Artiste-Peintre cela va débiter le Mardi 8 Septembre et celle des cours d'Alphabétisation avec Mme Aurore Jacquin, Titulaire du Centre 'Le Tracé' de Roberval, ce sera le Mercredi 23 Septembre jusqu'à la période des Fêtes

*Je tiens à rappeler que depuis le 30 Juin, je ne suis plus à la Direction de l'Association, cependant, j'ai un Mandat de Bénévole, signé conjointement avec tous les Membres du Conseil d'Administration pour finaliser certain dossiers durant l'Année fiscale qui se terminera le 31 Décembre 2026

Aussi, ce journal sera notre dernière publication et vas couvrir les Mois de Septembre, Octobre, Novembre et Décembre, vous y trouverez les calendriers des activités offertes pour cet Automne, des informations pertinentes, de belles pensées, des jeux, des histoires et bien des divertissements

En vous remerciant, je vous souhaite comme toujours de la Santé, du bonheur et de la joie à chaque jour

Merci

Harry Houdini

Harry Houdini, nom de scène d'Ehrich Weisz, né le 24 mars 1874 à Budapest alors en Autriche-Hongrie et mort le 31 octobre 1926 à Détroit aux États-Unis, est un illusionniste américain d'origine hongroise.

Il émigre avec sa famille aux États-Unis le 3 juillet 1878, à l'âge de 4 ans, sur le SS Fresia avec sa mère, alors enceinte, et ses quatre frères, rejoignant le père qui s'y est installé deux ans auparavant.

Il fait ses premières apparitions publiques dès l'âge de 9 ans, en tant que trapéziste, se surnommant lui-même « Ehrich, le prince des airs ». Il devient magicien professionnel et commence à se faire appeler « Harry Houdini », nom choisi parce qu'il admire le magicien français Jean-Eugène Robert-Houdin.

Carrière: Il commence sa carrière comme magicien dans les foires, accompagné de son frère Théodore, dont le nom d'artiste est Théo Hardeen.

En 1893, il rencontre sa femme Wilhelmina Béatrice Rahner (Bess Raymond) (1876-1943), qu'il surnomme Bessie. Elle rejoint le duo Houdini et ils se marient la même année.

Harry Houdini acquiert une grande notoriété médiatique en 1898 lorsqu'il lance un défi à la police de Chicago, affirmant qu'il pourrait se libérer d'une cellule de leur prison en moins de 30 minutes.

Citations et Proverbes

"L'homme en colère sera convaincu par la douceur, le méchant par la bonté, l'avare par la générosité, et le menteur par la vérité. Sois donc doux, bon, généreux et vrai."

-Mahabharatam

"Il ne faut pas attendre que les gens tombent pour les relever, il faut les épauler pour qu'ils ne tombent pas."

-Habib Benramdane

"Il est peut-être absurde d'avoir confiance en tout le monde, mais bien plus absurde de n'avoir confiance en personne."

-Siegfried Sterner

"Il n'y a pas de meilleure gomme à effacer qu'une bonne nuit de sommeil."

-Citation populaire

"Une pomme est une fleur qui a connu l'amour."

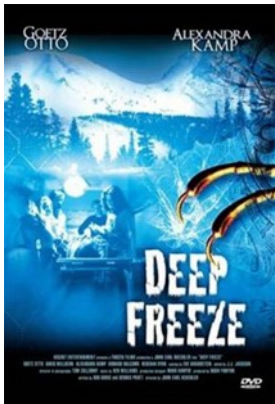
-Félix Leclerc

Critique de film

Réveil fatal (Deep Freeze). Horreur. États-Unis, 2003.
Durée: 1 heure 20. Avec: Götz Otto et Alexandra Kamp.

Résumé: Un groupe de jeunes chercheurs recrutés est aux prises avec un monstre crustacé préhistorique qui les élimine un à un, sur un lieu de forage de pétrole illégal, dans l'Antarctique.

Critique: C'est dans une ambiance inquiétante que vit une équipe d'ouvriers et de stagiaires dans le domaine du pétrole. La trame musicale amplifie encore plus l'effet de peur. Les acteurs sont convaincants. C'est un film assez court, et l'histoire va assez vite, donc peu facile à suivre, mais intéressant. Bref, il se passe beaucoup d'événements en 80 minutes. À regarder lors d'une soirée... d'octobre!



Il y parvient en trois minutes grâce à un passe-partout dissimulé dans son œsophage, technique qu'il avait apprise d'un avaleur de sabre rencontré sur les foires.

Ses meilleurs tours consistent à s'évader d'une malle remplie d'eau, fermée et enchaînée, ou d'un bidon en métal.

Cette activité de démystification des médiums lui permet d'accroître sa notoriété. Il garde secrètes ses meilleures astuces mais prend soin de montrer qu'il y a toujours un truc dans ses tours, accessibles au commun des mortels, tout en recommandant au public non entraîné de ne pas les tenter, vu le danger qu'ils représentent.



Mort: Le 22 octobre 1926, au Princess

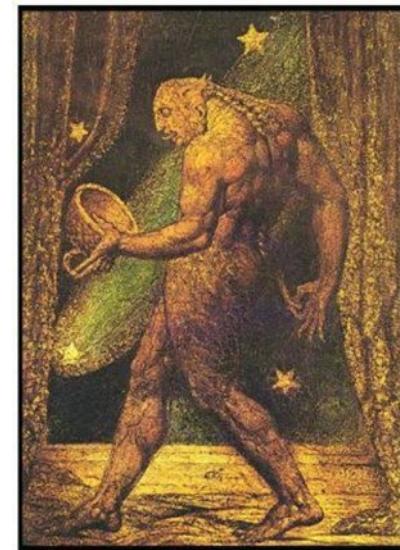
Théâtre de Montréal, Houdini, alors en train de se faire peindre par un jeune artiste, reçoit la visite de l'étudiant de l'Université McGill Joselyn Gordon Whitehead. Houdini avait l'habitude de demander à quelqu'un dans le public de lui infliger un coup de poing dans le ventre, pour prouver qu'il était invincible. Whitehead lui demande alors s'il pouvait effectivement endurer des coups au ventre, ce à quoi Houdini aurait répondu par l'affirmative. L'étudiant se précipite alors sur Houdini et le frappe violemment, sans avertissement, à de multiples reprises au bas-ventre. Dès l'après-midi, le magicien se plaint de douleurs.

Quelques jours plus tard, dans sa loge à Détroit, peu avant une de ses représentations, son médecin l'examine et mesure une fièvre à 40 °C. Houdini refuse toutefois d'annuler sa représentation qu'il effectue non sans difficultés. Le jour d'Halloween, Houdini meurt d'une péritonite consécutive à une rupture de l'appendice.



Son style: Blake était passionné de l'inconnu et du mystère. Aussi, il illustrait des écrits bibliques. C'est ce qui le distinguait des autres artistes. Il ajoutait son originalité puissante et violente. "Dante et Virgile" et "Élie sur son char de feu" (1895) illustrent bien cela. Pour lui, cela signifiait un moyen d'évasion et d'expression, de même dans sa poésie et ses aquarelles. La plupart de ses œuvres sont à la Tate Gallery et la Tate Britain, à Londres.

Fantôme d'une puce (1820)



Bio du peintre William Blake (1757-1827)

William Blake naît à Londres, en Angleterre, dans une famille riche. Dès ses 10 ans, il commence à dessiner assidument, après avoir vu des anges scintillants dans une boutique. Suite à ça, il s'intéresse, très jeune aux lectures mystiques et ésotériques. Or, la poésie et le dessin le passionnent. Dans sa formation artistique, il apprend la gravure ainsi que sa technique. Il se marie en 1782 avec Catherine Boucher, une fille de maraîcher sans instruction mais, qui devient sa fidèle collaboratrice dans sa carrière. Il préfère la gravure et l'aquarelle. En 1783, il publie "Poetical Sketches", dont est question l'anticonformisme. En 1789, il publie "Champs d'innocence"; cette année-là il faillit se faire arrêter lors de la Révolution Française, pour avoir défendu des idées révolutionnaires avec un soldat. En 1794, il sort un autre recueil "Champs d'expérience" duquel il explique la rébellion des lois morales. La même année, il publie une série de livres sur le sujet d'allégories. Son exposition de 1809 s'avère un échec cuisant, qui le plonge dans un état de dépression dont il met des années pour s'en sortir; son état végétatif le bloque, en tout et pour tout. Il meurt en 1827, avec un tombeau sans inscription, aux côtés de sa femme et de deux mendiants, au cimetière de Londres.

Dragon d'eau d'Australie

Morphologie et apparence:

Le dragon d'eau australien est un agame massif, qui possède de longs membres munis de doigts terminés de puissantes griffes, une longue queue aplatie latéralement et une tête triangulaire épaisse. Il possède une longue crête épineuse qui part de la tête et va jusqu'à la queue en se rétrécissant. On reconnaît le mâle de la femelle par sa tête plus imposante et sa plus grande corpulence.



A l'âge adulte, le mâle est plus foncé que la femelle. Leurs écailles sont grises ou olivâtres, avec des bandes gris foncé à noires plus ou moins marquées selon l'individu. Sa gorge peut arborer des colorations jaunes, rouges ou bleues selon la sous-espèce. Les juvéniles possèdent eux une robe plus uniforme.

Taille: Chez *du dragon d'eau australien* la longueur totale atteint environ 60 cm chez la femelle et de 70 à 90 cm chez le mâle, la queue représentant près des deux tiers de la longueur du corps.

Poids: Chez *du dragon d'eau australien* le poids tourne autour de **1 kg** à l'âge adulte.

Apnée: Excellent nageur, le dragon d'eau Australien peut rester jusqu'à 30 minutes sous l'eau.

Aire de répartition: Le dragon d'eau australien est endémique d'Australie (Queensland, Victoria et Nouvelle-Galles-du-Sud), en Océanie.

Habitat: Le dragon d'eau australien vit principalement dans les forêts tropicales humides, proche de points d'eau à faible débit (lacs, rivières). On le trouve aussi en ville.

Régime alimentaire: Essentiellement carnivore et insectivore.

Nourriture et proies: Le dragon d'eau australien juvénile se nourrit principalement d'insectes (sauterelles, chenilles, fourmis) et d'autres invertébrés (araignées). Les adultes se tournent quant à eux vers de plus grosses proies comme les petits mammifères.

Comportement social: Le dragon d'eau australien est un animal assez sociable, qui vit souvent en groupe composé d'un mâle et de plusieurs femelles. Les jeunes forment aussi des groupes entre eux, pour s'entraider et éviter la concurrence avec les adultes. En effet, les mâles sont territoriaux et n'hésitent pas à se battre à coups de griffes/queue. Ces lézards communiquent entre eux avec des mouvements de tête.

Activité et rythme: Le dragon d'eau australien est un animal diurne et arboricole, qui passe le plus clair de son temps dans les arbres. Le jour, ils se prélassent au soleil et interagissent avec leurs congénères. En cas de danger, il se laisse tomber dans l'eau depuis sa branche et s'immerge ou nage pour éviter le prédateur.

Communication et vocalisations: En effet, les mâles sont territoriaux et n'hésitent pas à se battre à coups de griffes/queue. Ces lézards communiquent entre eux avec des mouvements de tête.

Prédateurs et stratégie de défense: Le dragon d'eau adulte est la proie des rapaces et des serpents, ainsi que d'animaux introduits (chiens, renards, chats).

Leur jour férié est le 25 janvier, jour de la fondation de ville en 1554 et leur sport est le football (soccer). Et la pizza est leur plat préféré!



Un aspect de São Paulo



Plage de Morro

Autour du monde : São Paulo

São Paulo est la plus grande ville du Brésil. Elle est située dans le Sud-Est du pays, dans la Serra do Mar, une chaîne de montagnes du Brésil.; la ville se trouve à 360 km de Rio de Janeiro, et au sud de Brasília. On y parle le portugais et on y compte 12 millions de gens, nommés les paulistes. Ricardo Nunes en est le maire depuis 2021. C'est la capitale de São Paulo, où le coût de la vie est le plus cher au monde. La cité est fondée depuis 1554, dès l'arrivée des missionnaires jésuites, afin de convertir les indiens au catholicisme. En 1709, le village est baptisé au nom de l'apôtre Saint-Paul, et venait d'être désigné capitale de São Paulo e minas de oro (Saint-Paul et les mines d'or). Capitale économique du Brésil, elle est le premier centre commercial et industriel du pays. Or, vers 1850, elle est maîtresse en culture du café et de la canne à sucre. De nos jours, ce sont les services financiers et technologiques qui gèrent cette fortune. Par contre, de nombreux problèmes sont à régler telle la pollution élevée et la violence dus à la pauvreté car, de 2014 à 2017 São Paulo fait face à une crise économique. La circulation en ville est intense. Le climat de l'endroit est de type subtropical et humide; dans le mois de février, en été, il fait 22 degrés Celsius en moyenne. Il y a de fortes pluies et juillet est le mois le plus froid: le mercure frôle le 0 degré Celsius. Les touristes peuvent visiter des places et des monuments intéressants comme le musée d'Arts, le jardin botanique, le zoo et les plages.

Les œufs et les juvéniles sont eux la proie des plus petits oiseaux carnivores et de certains petits mammifères. En cas de danger, il se laisse tomber dans l'eau depuis sa branche et s'immerge ou nage pour éviter le prédateur.

Longévité du dragon d'eau d'australien: L'espérance de vie du dragon d'eau australien est de 20 ans à l'état sauvage.

Système reproducteur : Chez le dragon d'eau australien, la reproduction suit un cycle saisonnier marqué. La période de ponte a lieu au printemps, principalement au mois d'octobre, lorsque les conditions environnementales sont favorables au développement des œufs.

Comportement reproductif: Le dragon d'eau australien présente un système d'accouplement polygame. Un même individu peut ainsi se reproduire avec plusieurs partenaires au cours de la saison de reproduction.

<

Développement et soins parentaux: Le dragon d'eau australien est un lézard ovipare. La femelle creuse dans le sol un terrier assez exposé au soleil, profond d'environ 10 à 15 cm, où elle dépose ses œufs avant de les recouvrir. Chaque ponte compte généralement de 6 à 20 œufs.

Après la ponte, les œufs incubent dans le sol pendant environ 70 à 120 jours, jusqu'à l'éclosion des jeunes. Le dragon d'eau australien atteint la maturité sexuelle vers 4 à 5



La ciboulette et ses bienfaits santé

La ciboulette est une herbe aromatique que l'on retrouve dans plusieurs plats et sauces de la gastronomie française. On la reconnaît grâce à sa saveur douce et fraîche. On la trouve sous forme de petite botte sur nos étals mais il est également facile d'en faire pousser chez soi.

Caractéristiques de la ciboulette:

Peu calorique ;

Source d'antioxydants ;

Source de vitamine K ;

Source de vitamine C ;

Permet de lutter contre l'apparition de certains cancers.



Les bienfaits de la ciboulette : pourquoi en manger ?

La ciboulette est intéressante sur le plan nutritionnel même si elle est consommée en petites quantités.

Riche en antioxydants: Les antioxydants sont des composés qui réduisent les dommages causés par les radicaux libres dans le corps. Ces derniers sont des molécules très réactives qui seraient impliquées dans l'apparition des maladies cardiovasculaires, de certains cancers et d'autres maladies liées au vieillissement.

Quelques chercheurs ont évalué la capacité antioxydante des fines herbes et tous s'entendent pour dire que les fines herbes fraîches ont une capacité antioxydante non négligeable, parfois même plus élevée que celle de certains fruits et légumes. Cela démontre qu'effectivement, l'ajout de fines herbes de façon régulière dans l'alimentation contribue à l'apport en antioxydants. Plus spécifiquement, l'activité anti-oxydante de la ciboulette pourrait être attribuable à son modeste contenu en vitamine C et en caroténoïdes, mais surtout à la présence de flavonoïdes.

Pensée





5 Septembre	Réjeanne Bélanger
20 Septembre	Karen Naud
21 Septembre	Yolande Gauthier
29 Septembre	Paul Boutin
14 Octobre	Simon-Paul Asselin
18 Octobre	Sylvie Larouche
13 Novembre	Sylvie Doucet
17 Novembre	Dolorès Asselin
19 Novembre	Nicole Verreault
14 Décembre	Anabelle Perron



Prévention de certains cancers: Une étude épidémiologique démontre que la consommation de légumes de la famille des alliacées (incluant la ciboulette, l'ail et l'oignon) pourrait prévenir les cancers de l'estomac et de l'œsophage. En effet, à la lumière de ces résultats, les personnes consommant de la ciboulette chinoise d'une à trois fois par mois auraient de 64% à 74% moins de risque de souffrir d'un cancer de l'œsophage ou de l'estomac que les personnes qui en consommeraient moins d'une fois par mois. Comme mécanismes d'actions, les auteurs proposent les propriétés antibactériennes et antifongiques des légumes de la famille des alliacées.

Source de vitamine K: La ciboulette fraîche est une source de vitamine K. Cette dernière est nécessaire pour la synthèse de protéines impliquées dans la coagulation du sang (autant dans la stimulation que l'inhibition de la coagulation sanguine). Elle joue aussi un rôle dans la formation des os. En plus de se trouver dans l'alimentation, la vitamine K est fabriquée par les bactéries présentes dans l'intestin, d'où la rareté des carences en cette vitamine.



Bien la conserver: Au réfrigérateur : les feuilles des deux types de ciboulette se conservent une semaine. L'idéal est de les mettre dans un linge humide que l'on rince chaque jour. Elles se dessèchent moins de cette manière. Les bulbes étroits, sans leurs feuilles, se conservent quelques semaines ;

Kakuro

								24	24
	12	12			24		24		
					12				24
			24	24	12				
					12				
					24				
	12								
24									
	12								
21				12		12			
29			24	12					

Un homme rencontre un ami d'humeur triste :

" Qu'est-ce qui se passe ? lui demande-t-il ;

- Je vais être papa ;

- Mais c'est fantastique ! Super ! Pourquoi tu tires cette tête ?

- Ben... je ne sais pas comment l'annoncer à ma femme... "

- Tiens, je reviens d'aller voir le médecin. Il m'a dit que si je n'arrêtais pas de boire je ne pourrais plus travailler... alors j'ai arrêté.

- De boire ??

- Non! De travailler.

Un homme en félicite un autre dont la femme vient d'accoucher d'une fille :

- Bravo ! Et alors, comment s'appelle votre enfant ?

- Moustache de souris.

- Moustache de souris !? Mais c'est un nom ridicule ! Elle ne peut s'appeler comme ça !

- Et alors ! Votre fille s'appelle bien Barbara (Barbe à rat)

Une femme monte dans un bus avec son bébé.

Le chauffeur lui dit : "Je n'ai jamais vu de bébé aussi laid de ma vie."

La femme, furieuse, va s'asseoir au fond du bus et se tourne vers son voisin : "Le chauffeur vient de m'insulter!"

Le voisin lui répond "Allez tout de suite vous défendre, allez-y, je vous garde votre singe."

Blagues

Au cours d'un dîner entre 2 couples d'une cinquantaine d'année, l'un des maris n'a de cesse d'appeler sa femme par de petits surnoms "ma chérie, mon amour, ma puce..."

A la fin du repas, l'autre mari, étonné, lui demande en privé: "Dis donc, comment tu fais, toi, au bout de 30 ans de mariage, pour continuer à appeler ta femme comme ça?!"

Et l'autre de répondre:

"Et bien, en fait, c'est parce que je n'ose pas lui dire, mais... j'ai oublié son prénom!"

Avant le mariage:

Elle : Salut !

Lui : Ah, depuis le temps que j'attends ça !

Elle : Tu veux que je parte ?

Lui : NON. Je n'ose même pas y penser

Elle : Tu m'aimes ?

Lui : Bien sûr ! Énormément !

Elle : Tu m'as déjà trompée ?

Lui : NON ! Pourquoi demandes-tu ça ?

Elle : Tu veux m'embrasser ?

Lui : Chaque fois que j'en aurai l'occasion

Elle : Tu me battras un jour ?

Lui : Tu es folle ?

Elle : Je peux te faire confiance ?

Lui : Oui

Elle : Chéri !

Après le mariage... lire de bas en haut!

Jacassements

Un rappel de la morte saison

Attire les oiseaux jaseurs

Qui séduisent par leurs chansons,

Au fin fond du sentier des chasseurs.

Même les oiseaux migrants

S'y mettent de la partie, avec leurs cancanèrent;

La cacophonie tisse des sons

Qui chatouillent l'oreille par leurs vibrations.

Puis, un corbeau beau parleur

Rejoint le groupe, traversant d'ailleurs

La forêt, vers les lointains monts!

Des hirondelles suivent les chanteurs,

Mangeant les quelques grains encore bons,

Afin de profiter des dernières chaleurs...

Dessin à colorier



© favoreads.club

Mot caché

Thème :
L'ITALIE
6 lettres

A	C	GÈNES	MONZA	POUILLES	TERNI
ABRUZZES	CAGLIARI	I	N	PARME	TOSCANE
ANCÔNE	CAMPANIE	IMOLA	NAPLES	PRATO	TRIESTE
ANDRIA	CAMPOBASSO	L	O	R	TURIN
ANZIO	CATANÈ	LATUM	OLBIA	RAVENNE	U
ASTI	CÔME	LECCE	P	RIMINI	UDINE
B	F	LIGURIE	PADOUE	ROME	V
BARI	FANO	LIVOURNE	PALERME	S	VÉNÉTIE
BARLETTA	FERRARE	LOMBARDIE	PAVIE	SALERNE	VENISE
BASILICATE	FLORENCE	M	PÉROUSE	SARDAIGNE	VÉRONE
BERGAME	FOGGIA	MARSALA	PESARO	SASSARI	VICENCE
BOLOGNE	FORLÌ	MESSINE	PESCARA	SIENNE	
BRESCIA	G	MILAN	PIÉMONT	T	
	GELA	MODÈNE	PISE	TARENTE	

O	E	I	D	R	A	B	M	O	L	V	S	E	C	E	B	E	P	S	E
S	L	E	A	N	D	R	I	A	E	I	N	A	M	O	I	O	E	A	M
S	I	M	E	C	C	E	L	N	E	O	T	R	L	N	U	N	L	E	O
A	V	A	B	T	U	R	I	N	R	A	E	O	A	I	A	A	R	S	R
B	O	G	A	I	M	S	N	E	N	L	G	P	L	C	S	E	I	U	N
O	U	R	R	T	E	E	V	E	A	N	M	L	S	R	B	N	M	O	A
P	R	E	I	N	E	A	S	P	E	A	E	O	A	I	R	G	I	R	L
M	N	B	E	A	O	R	I	S	C	S	T	M	L	L	E	I	N	E	I
A	E	D	N	R	A	E	N	G	I	A	U	C	O	R	S	A	I	P	M
C	O	Z	A	N	I	P	A	I	G	N	Z	D	M	O	C	D	P	E	E
M	I	S	C	R	I	R	C	E	N	O	E	N	I	F	I	R	A	U	T
O	E	O	U	E	A	A	B	I	T	A	F	A	O	N	A	A	R	O	S
P	N	G	M	C	G	A	G	E	L	A	P	E	B	M	E	S	M	D	E
E	I	O	S	L	R	S	E	N	E	G	C	L	C	R	O	P	E	A	I
L	N	E	I	L	S	A	L	E	R	N	E	I	E	N	U	T	I	P	R
T	P	A	E	E	I	V	A	P	O	N	A	F	L	S	E	Z	A	S	T
L	R	T	A	R	E	N	T	E	O	L	B	I	A	I	A	R	Z	R	E
I	T	E	C	N	E	C	I	V	M	U	I	T	A	L	S	S	O	E	P
A	I	R	A	S	S	A	S	E	N	N	E	V	A	R	E	A	T	L	S
F	E	R	R	A	R	E	V	E	N	E	T	I	E	M	O	C	B	I	F

SOLUTION DE CE MOT CACHÉ : SICILE

Citation amérindienne



Pensée



Calendrier Mois Septembre 2026

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi
		1 Centre de jour fermé	2 Centre de jour fermé	3 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activité libre	4 Centre de jour fermé	5
6	7 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	8 Bureau ouvert PM et Début des cours d'Art et Créativité	9 Centre de jour fermé	10 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	11 Centre de jour fermé	12
13	14 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	15 Centre de jour, cour d'Art et Créativité	16 Centre de jour fermé	17 Centre de jour, jeu de cartes Wizard ou activités libre	18 Centre de jour fermé	19
20	21 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	22 Centre de jour, cour d'Art et Créativité	23 Bureau ouvert et Début des cours d'Alphabétisation	24 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	25 Centre de jour fermé	26
27	28 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	29 Centre de jour, cour d'Art et Créativité	30 Bureau ouvert AM et centre de jour cour d'Alphabétisation			

*Le Bureau de l'Association sera ouvert en Après-Midi, le 8 et le 23 pour la reprise des cours en Groupe ainsi que le 30 en Avant-Midi pour la gestion de fin du Mois de l'immeuble du 1255 rue des Mélézes Saint-Félicien

*L'activité jeu de carte Wizard ou autres divertissements seront maintenu dans le local du 'Centre de jour', tous les Lundi et Jeudi en Après-Midi grâce à l'Animation faite par Mme Yolande Gauthier, tel : 581-674-8716

*Les cours d'Art avec Mme Hudon, Artiste-Peintre, reprendrons le Mardi 8 Septembre jusqu'au Mardi 8 Décembre, ainsi que la session des cours d'Alphabétisation avec Mme Jacquin du Centre 'Le Tracé' de Roberval, du Mercredi 23 Septembre jusqu'au Milieu du Mois de Décembre

Trouver les différentes



FIND 10 DIFFERENCES



JEU SUDOKU

							9	
5			7		1		6	
		9			2	3		1
8		2		1	9			
	6			2		4	8	
	5		4	8	6			2
	3	4	1					
						1		
9				4	5	7		6

Calendrier Mois Octobre 2026

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
4	5 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	6 Centre de jour, cours d'Art et Créativité	7 Centre de jour, cours d'Alphabétisation	8 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	9 Centre de jour fermé	10 Centre de jour fermé
11	12 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	13 Centre de jour, cours d'Art et Créativité	14 Centre de jour, cours d'Alphabétisation	15 Centre de jour, jeu de cartes Wizard ou activités libre	16 Centre de jour fermé	17 Centre de jour fermé
18	19 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	20 Centre de jour, cours d'Art et Créativité	21 Centre de jour, cours d'Alphabétisation	22 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	23 Centre de jour fermé	24 Centre de jour fermé
25	26 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	27 Centre de jour, cours d'Art et Créativité	28 Centre de jour, cours d'Alphabétisation	29 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	30 Bureau ouvert et centre de jour fermé	31 Centre de jour fermé

*À titre de Mandataire Bénévole, M. Bouchard aura accès au Bureau d'affaires de l'Association, à un ordinateur, à un cellulaire et autres équipements nécessaires pour la gestion des fins de Mois et le suivi des dossiers concernant notre OSBL d'Habitation, immeuble de logements adapté situé au 1255 rue des Mélézes Saint-Félicien tout au long de l'exercice financier qui se terminera le 31 Décembre 2026

Calendrier Mois Novembre 2026

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi
1	2 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	3 Centre de jour, cours d'Art et Créativité	4 Centre de jour, cour d'Alphabétisation	5 Centre de jour jeu de carte Wizard ou activité libre	6 Centre de jour fermé	7
8	9 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	10 Centre de jour, cour d'Art et Créativité	11 Centre de jour, cour d'Alphabétisation	12 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	13 Centre de jour fermé	14
15	16 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	17 Centre de jour, cour d'Art et Créativité	18 Centre de jour, cour d'Alphabétisation	19 Centre de jour, jeu de cartes Wizard ou activités libre	20 Centre de jour fermé	21
22	23 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	24 Centre de jour, cours d'Art et Créativité	25 Centre de jour, cour d'Alphabétisation	26 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	27 Centre de jour fermé	28
29	30 Bureau ouvert AM Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre					

* Concernant la supervision des cours d'Art et d'Alphabétisation cela se fera de manière occasionnelle ou sur rendez-vous planifier par appel cellulaire avec Mme Hudon et Mme Jacquin, aussi, en temps et lieux, une réunion sera convoqué par la Présidente Mme Yolande Gauthier et se sera tenu dans le local du 'Centre de jour', avec les Membres du Conseil pour des compte-rendu verbaux, les signatures, les paiements, les travaux de rénovation, dépôt de documents et autres affaires judiciaires ou légales

Calendrier Mois de Décembre 2026

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi
1		1 Centre de jour, cours d'Art et Créativité	2 Centre de jour, cour d'Alphabétisation	3 Centre de jour jeu de carte Wizard ou activité libre	4 Centre de jour fermé	5
6	7 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	8 <u>Fin session des cours d'Art et Créativité</u>	9 Centre de jour, cour d'Alphabétisation	10 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	11 Centre de jour fermé	12
13	14 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	15 Centre de jour fermé	16 <u>Fin session des cours d'Alphabétisation</u>	17 Centre de jour, jeu de cartes Wizard ou activités libre	18 Centre de jour fermé	19
20	21 Centre de jour, jeu de carte Wizard ou activités libre	22 Centre de jour fermé	23	24 <u>Veille de NOËL</u>	25 NOËL	26 <u>Lendemain de NOËL</u>
27	28	29	30	31		

* La session d'Automne des cours d'Art et Créativité se terminera le Mardi 8 Décembre et va reprendre pour une session de Printemps à la fin du Mois de Janvier 2027 (Attention horaire à confirmer!?)

* La session de cours d'Alphabétisation devrais se terminer soit le 9 ou 16 Décembre et va reprendre au Milieu ou à la fin de Janvier 2027 (Horaire aussi à confirmer!?)

* Bien sûr, mes remerciements aux Membres du Conseil d'Administration, aux Membres du Comité du Journal, aux Locataires de l'immeuble, aux Familles, aux Proches Aidants, aux Ami-es, aux Bénévoles ainsi qu'à tous Ceux et Celles qui ont à cœur l'Association, aussi, je vous souhaite, la plus Joyeuse périodes des Fêtes et une très bonne Année 2027!!