

Souper des associations 2019

par Cynthia Garand

Encore une fois cette année, les associations francophones du comté de Renfrew se sont rassemblées pour célébrer le temps des Fêtes et, fidèle à son habitude, l'évènement fut un grand succès. Fière de ses quatre-vingt-cinq invités, de ses bénévoles, de son comité organisateur, la communauté francophone nous prouve encore une fois que l'esprit des Fêtes et la langue française sont bien vivants. Nous remercions, par le fait même, la Paroisse Saint-Jean-Baptiste de nous avoir, encore une fois cette année, fourni l'emplacement pour l'évènement et de nous avoir accueillis à bras grands ouverts dans la salle Sainte-Croix.



Nous avons aussi eu la chance d'avoir le **Duo Option: Trad**, un duo folklorique francophone qui nous a fait



danser au rythme des rigodons traditionnels. Nous pouvons dire avec certitude que nos aîné.e.s francophones ont encore bien des réserves d'énergie, de quoi donner un bel exemple aux plus jeunes.

Nous avons aussi eu le tirage d'une chaise berçante et de billets de loterie qui a eu lieu lors de la soirée. La gagnante de ce tirage est madame Kim Blais. Les profits de ce tirage serviront à organiser des activités pour les aînés francophones du Centre Lajoie de Pembroke.

Encore une fois, nous remercions tous ceux et celles qui ont participé de près ou de loin à faire en sorte que la soirée soit un succès et nous espérons avoir l'heureuse chance de vous y voir encore tous et toutes l'an prochain.



Toutes les photos du souper: Johanne Charbonneau

Des solutions locales pour l'avenir économique des collectivités



Société d'aide au
développement des collectivités
du comté de Renfrew

Joyeux Noël !
Bonne et heureuse année !

1035, rue O'Brien, Bureau 6, Renfrew, Ont. K7V 0B3 | 613-431-3951 | www.rccfdc.org | info@rccfdc.org

Pour recevoir ce journal en copie papier ou par courriel, contactez l'ACFO-Champlain au 613-732-3336 ou à info@acfo-champlain.org

Déjeuner-réseautage

Le 14 novembre, l'ACFO-Champlain a tenu son déjeuner-réseautage. Malgré le mauvais temps qui prévalait, nous avons eu le privilège d'accueillir plusieurs personnes du comté de Renfrew et même d'Ottawa et de ses environs! Il y a eu 24 personnes qui sont venues faire du réseautage et en profiter pour rencontrer des gens œuvrant au sein de divers organismes ou entreprises offrant des services ou encore des programmes en français. Le déjeuner qui a lieu deux ou trois fois par année offre une excellente occasion d'échanger en français, de présenter ses initiatives et de tisser de nouveaux liens d'affaires! Que de belles découvertes nous avons faites encore une fois! Ce fut un plaisir de vous y voir tous et toutes!

Ce mois-ci, vous pourrez en apprendre davantage, vous aussi, grâce aux articles qui ont été soumis: M. Jean-François Parent nous renseigne sur le programme de bénévolat chez les jeunes tandis que Mme Patricia Lacroix nous informe des ressources disponibles en français en matière de santé sexuelle dans la région.

Notre prochain rendez-vous sera le jeudi 6 février 2020 à 8 h 30, inscrivez-le à vos agendas! On vous y attend en grand nombre!



K. Reeves

Le journal de l'ACFO-Champlain, votre média d'information francophone pour le comté de Renfrew

303, rue James, Pembroke (Ontario) K8A 4V1 • 613-732-3336
info@acfo-champlain.org • www.acfo-champlain.org • www.facebook.com/acfo.champlain

Agente de développement Katherine M. Bond
Graphiste Anne-Édith Rioux
Révision/correction Francine Thuler, Johanne Charbonneau,
..... Vicky Charbonneau, Alexie Brosseau
Impression Labine Printers, Pembroke
Collaborateurs organismes, écoles et entreprises du comté de Renfrew
Tirage 300 copies papier (60 points de distribution) + diffusion électronique

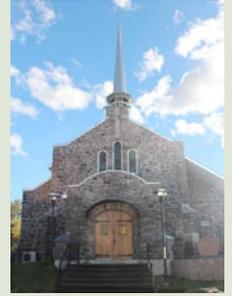
L'ACFO-Champlain ne fait que diffuser l'information provenant des organismes de la région et ne prend nullement position sur les sujets qui y sont abordés

La publication de ce journal est rendue possible grâce à la contribution financière de nos précieux annonceurs et du gouvernement du Canada

Horaire des messes pour les Fêtes 2019

Église Saint-Jean-Baptiste de Pembroke (messes en français)

le mardi 24 décembre : 18 h messe des enfants
le mardi 24 décembre : 21 h
le mercredi 25 décembre : 10 h 30
le jeudi 26 décembre : 9 h
le vendredi 27 décembre : 9 h
le samedi 28 décembre : 17 h
le dimanche 29 décembre : 10 h 30
le lundi 30 décembre : 9 h
le mardi 31 décembre : 17 h
le mercredi 1^{er} janvier : 10 h 30 messe du Jour de l'An



Chapelle Saint-François-d'Assise de Petawawa (messes bilingues)

le mardi 24 décembre : 19 h messe des enfants
le mardi 24 décembre : 23 h messe de minuit
le mercredi 25 décembre : 10 h 30
le dimanche 29 décembre : 9 h 30
le mercredi 1^{er} janvier : 10 h 30 messe du Jour de l'An



Mot de la présidente

TJ Holowaychuk/Unsplash

Le temps des Fêtes nous offre une occasion unique de nous rapprocher des personnes avec qui nous partageons des valeurs, des affinités ou des amitiés. Toute l'équipe de l'ACFO-Champlain se joint à moi pour vous souhaiter, à vous ainsi qu'à votre famille, de profiter de ce temps précieux pour vivre pleinement ces doux moments!

Nous sommes conscients et heureux des relations de confiance que nous entretenons avec nos précieux collaborateurs ainsi qu'avec nos partenaires et nous en profitons pour vous dire un gros merci! Que la nouvelle année vous apporte bonheur et réussite aussi bien professionnellement que personnellement!

Joyeux Noël et Bonne Année à tou.te.s!

Nathalie, et toute l'équipe de l'ACFO-Champlain



Église Saint-Jean-Baptiste

**Célébrations : le samedi à 17h
et le dimanche à 10h30**

500, rue Isabella, Pembroke
Téléphone : 613-735-6566

Facebook:
www.facebook.com/stjeanbaptistepembroke
Courriel: stjeanbaptistepembroke@gmail.com

Osez parler de sexualité... en français !

Vous avez des préoccupations ou des questions au sujet de votre santé sexuelle? Saviez-vous qu'il est possible d'en discuter avec un professionnel de la santé et ce, en français!

Clinique de santé sexuelle SANS rendez-vous

Renfrew County and District Health Unit (RCDHU) offre des cliniques de santé sexuelle SANS rendez-vous à divers emplacements dans le comté, dont une clinique à Pembroke qui est menée par une infirmière bilingue. Ce service est gratuit, confidentiel et ne requiert pas de rendez-vous. Les services suivants sont offerts sur place:

- dépistage et traitement des infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS);
- bon différé pour contraceptif hormonal avec ordonnance;
- information sur la sexualité, les relations amoureuses et les comportements sécuritaires en termes de santé sexuelle;
- test de grossesse et aide à la prise de décision;
- préservatifs gratuits;
- injection de *DepoProvera* avec ordonnance.

Pour être accompagné.e et recevoir des conseils sur la santé sexuelle en français, veuillez vous présenter au *Algonquin College* (1, College Way, Pembroke, salle 127), le mercredi après-midi de 14 h à 16 h.

Besoin de voir un médecin ?

RCDHU, en partenariat avec un médecin de famille BILINGUE situé à Pembroke, offre également des cliniques de santé sexuelle AVEC rendez-vous. Ce service est utile pour les personnes ayant besoin des services suivants:

- ordonnance pour contraception hormonale;
- dépistage de ITSS;

Centre ON y va

Le *Centre ON y va* a ouvert ses portes le 18 novembre dernier. Nous sommes heureux de voir croître le nombre de participants à chacune de nos diverses activités.

Merci à toutes les familles qui sont venues au centre le samedi 23 novembre pour célébrer avec nous! Les enfants ont pu monter à bord d'un camion de pompiers en plus de partager un petit-déjeuner tous ensemble. Grâce à vous, le centre était rempli à pleine capacité!

Notre programme *Je passe du temps avec toi*, offert le jeudi 19 décembre sera le dernier avant le congé des fêtes. Le centre reprendra ses activités le lundi 6 janvier avec le groupe de jeux *Viens t'amuser avec nous*.



- test Pap;
- autres préoccupations reliées à la santé sexuelle.

Pour en savoir davantage

Pour obtenir de plus amples renseignements au sujet des cliniques de santé sexuelle AVEC ou SANS rendez-vous offertes par le RCDHU, veuillez consulter le www.rcdhu.com, section *Clinics & Classes*, onglet *SexualHealthClinics*. Vous pouvez également communiquer avec Patricia Lacroix, infirmière en santé publique, au 613-735-8654, poste 592 ou encore envoyer un courriel à placroix@rcdhu.com.

Le sexe et moi – une ressource à ne pas manquer !

«Le sexe et moi» est un site consacré à la diffusion d'information pertinente, objective et d'actualité en matière de santé sexuelle et reproductive. Initiée par la *Société des obstétriciens et gynécologues du Canada*, ce site bilingue offre des ressources et aborde les sujets suivants: votre corps, activité sexuelle, LGBTTQ+, ITSS, contraception, grossesse et consentement. Pour accéder au site, veuillez consulter le www.sexandu.ca/fr



Renfrew County and District Health Unit
"Optimal Health for All in Renfrew County and District"

Voici un clin d'œil sur la programmation de janvier 2020:

- conte pour enfants à la bibliothèque de Pembroke;
- groupe du mercredi: journée spéciale à la ferme;
- groupe des 0-12 mois: film avec maman ou papa.



Entrevue du mois : Blanche Ducey de « Got You in Mind »

Pierrette Phillion

L'entreprise choisie pour le mois de décembre est totalement différente de celles qui ont déjà été présentées dans notre journal précédemment. C'est aussi par pur hasard qu'aujourd'hui, avec l'arrivée de Noël qui nous encourage à aimer, à partager, à vivre dans la paix que j'aimerais vous présenter une personne d'exception, Madame Blanche Ducey. Son parcours de vie m'a tellement émue que je désire partager avec vous son histoire.

Mme Ducey a eu à combattre l'anxiété, la dépression et un trouble de bipolarité pendant plusieurs années. Tous ces problèmes l'ont conduite au seuil du suicide à quatre reprises. Mme Blanche s'en est sortie grâce à l'aide de sa communauté et de sa foi inébranlable. Voulant redonner à la société pour l'aide qu'elle a reçue, c'est en 2013, qu'elle a créé la friperie **Got You in Mind**, située au centre-ville de Pembroke au 216, rue Hincks. En 2017, suite à un incendie, elle a tout perdu. Mais après avoir traversé tant d'épreuves, Blanche savait qu'elle pouvait surmonter ce nouveau revers de fortune. Elle a trouvé un nouveau local sur la rue Hincks et est repartie, à zéro.

Pourquoi avoir choisi le nom Got You in Mind?

Je voulais un nom qui décrivait mon but dans la vie, soit celui d'aider les autres, mais c'est surtout lors du décès de mon frère, que je garderai toujours dans mon cœur, que l'idée du nom m'est venue.

Que pouvons-nous trouver dans votre friperie?

Tout ce que vous pouvez imaginer: des vêtements pour femmes, hommes et enfants, des meubles, des livres, de vieux disques, des bijoux, un peu de tout quoi! Tout ce qu'il y a ici me fut donné par des gens de diverses communautés. Mon

but, c'est de leur donner une seconde vie, mais à prix modique. Venez voir, vous pourrez peut-être y trouver quelque chose. Ici, il n'y a pas de classes sociales, que vous soyez riche ou pauvre, j'accueille tout le monde sur le même pied d'égalité.

Qu'est-ce qui vous a poussée à ouvrir une friperie?

J'aime aider les gens, je veux redonner à ma communauté en raison de l'aide qu'elle m'a apportée antérieurement. Plusieurs personnes n'ont pas toujours les moyens de se payer non seulement des vêtements, mais aussi des meubles ou des articles dont ils ont besoin. Ici, ils se sentent à l'aise sachant que les prix sont en fonction de leur budget personnel. Il est important qu'ils sachent qu'à la friperie **Got You In Mind**, ils peuvent recevoir de l'aide et se sentir chez eux.

J'aimerais aussi mentionner que les profits générés par la friperie restent dans la communauté et sont versés à la **Fondation Robbie Dean** pour venir en aide aux gens qui souffrent de maladies mentales.

Quels sont les défis que vous avez à relever?

Mon plus gros défi est de pouvoir gérer mon entreprise sans avoir à dépendre de l'aide de l'extérieur. Parfois, je suis inquiète de ne pouvoir boucler mes fins de mois, mais surtout payer le loyer avec seulement l'argent des ventes de la friperie. Chaque sou compte pour une entreprise comme la mienne et tous les 5 sous



ou 25 sous donnés veulent dire beaucoup. Heureusement, jusqu'à maintenant je suis chanceuse d'avoir eu les fonds nécessaires pour garder les portes ouvertes.

Qui vous aide à gérer votre entreprise?

Les personnes qui m'aident sont toutes des bénévoles qui ont le même but que moi, soit d'aider la communauté.

Qu'est-ce que votre entreprise vous apporte comme satisfaction?

Je suis fière de ma petite boutique. De ce que mon passé était à ce que vous voyez aujourd'hui, je suis la femme la plus riche au monde! Ce n'est pas le profit qui me motive mais bien le sentiment d'aider les plus démunis. Je veux leur donner ce sens de sécurité et leur laisser savoir que je suis là pour les aider.

Que pouvons-nous faire pour vous aider?

Continuez à nous donner des vêtements, venez acheter des articles que, parfois, vous ne trouverez pas ailleurs. Nous acceptons aussi les dons en argent qui nous aident à défrayer les dépenses de la friperie. Le surplus d'argent est remis à la **fondation Robbie Dean**: www.robbedeancentre.com

Madame Blanche est une femme au grand cœur qui croit fermement que, parfois, les choses arrivent pour une raison. Son passé l'a conduite à ouvrir sa petite friperie pour aider les gens qui, comme elle, ont besoin d'aide. Venez lui rendre visite, en plus, elle se fera un plaisir de pratiquer son français avec vous!



André L'Écuyer, CHA
Conseiller hypothécaire accrédité
CFSD M08001412

3436, boul. Petawawa
Petawawa (Ontario)
K8H 1X5

Tél.: 613.687.8002
Sans frais: 1.888.728.3081
Téloc.: 613.687.8224
Courriel: andre@ndlc.ca

www.andrethemortgageman.ca

D'où viennent nos expressions populaires ?

Pierrette Phillion



Être mis à pied

L'origine de cette expression qui remonte au XV^e siècle signifiait « être privé de son cheval ». Lorsqu'un cavalier commettait une faute grave ou désobéissait aux attentes de la cavalerie, il se voyait privé de son cheval pendant plusieurs jours, même plusieurs semaines et il était alors « mis à pied ». En plus d'être privé de son cheval, il devait effectuer les tâches les plus basses dans les écuries et il était retourné à l'infanterie parmi les fantassins mal équipés qui devaient effectuer des tâches ingrates. L'expression « être mis à pied », prend la signification que nous connaissons aujourd'hui au cours du XIX^e siècle. C'est surtout dans le domaine du travail que s'applique le plus souvent cette expression. Lorsqu'un employé est renvoyé pendant une période déterminée ou définitivement, on dit qu'il est « mis à pied ».

Vider son sac

D'où nous vient cette expression? On nous dit qu'autrefois, dans les tribunaux, les dossiers étaient de simples feuilles de papier que l'on enroulait sur elles-mêmes. Pour les transporter plus facilement, il fallait utiliser des sacs et chaque avocat avait le sien. Lorsqu'il se présentait devant le juge, il sortait un à un les rouleaux de son sac et lisait chacun des arguments de sa plaidoirie. Autrement dit, il « vidait son sac ».

Aujourd'hui, nous entendons encore cette vieille expression pour exprimer ouvertement des frustrations ou des déceptions que l'on gardait pour soi. Tout comme on peut « vider son sac », on peut aussi « se vider le cœur ». En bout de ligne, le résultat reste le même...

Date de tombée pour la prochaine parution :
21 janvier 2020

Veuillez faire parvenir vos articles à : info@acfo-champlain.org

Prochaine parution : 4 février 2020

les recettes de nos grand-mères

Grand-pères (glissantes)

Mme Blanche Ducey a bien voulu partager une recette que sa grand-mère Jolicœur préparait lorsqu'elle était jeune. Écrit par Pierrette Phillion

Ingrédients

- 2 tasses de farine
- ½ cuil. à thé de sel
- ½ cuil. à thé de bicarbonate de soude
- 1 œuf
- ½ tasse de lait
- 1 petit oignon finement haché
- Bouillon de son choix. Elle préfère le bouillon de poulet.

Préparation

1. Dans un grand bol, mélanger la farine, le bicarbonate de soude et le sel.
2. Dans un autre bol mélanger le lait, l'œuf et l'oignon.
3. Ajouter aux ingrédients secs.
4. Mélanger rapidement à la fourchette, juste assez pour humecter.
5. Laisser tomber la pâte par petites cuillerées dans le bouillon bouillant, en espaçant bien les cuillerées.
6. Couvrir et laisser mijoter à feu moyen, sans jamais lever le couvercle, pendant 15 minutes. Servir immédiatement. Donne de 6 à 8 portions.

Custom Draperies

Stores, literie et décoration

Eileen et Noella

Conseillères en décoration
intérieure depuis plus de 37 ans

«On adore embellir vos fenêtres!»

www.theblindexperts.ca

613-735-0370



76, rue Pembroke Ouest, Pembroke (Ontario) K8A 5M6



Fem'aide
1 877 336-2433

Ligne de soutien pour femmes touchées par la violence

www.femaide.ca
ats 1 866 860-7082


Centre des ressources de l'Est d'Ottawa

Neville

Funeral Home

Maison
funéraire



491, rue Isabella, Pembroke
Tél.: 613-732-7481 • Téléc.: 613-732-8723
neville@sympatico.ca • www.nevillefuneralhome.ca

Le temps des Fêtes qui changea ma vie

par Katherine M. Bond

J'adore avoir de la visite. J'aime que l'énergie change systématiquement dès que mes invités entrent dans la pièce. La vague d'amour qui s'échange est plus forte que tout. Je suis reconnaissante qu'ils viennent passer du bon temps avec nous. Mes enfants sont si heureux quand la maison grouille de vie. Cette fois-là, par contre, j'attendais mes invités et je voulais pleurer.

Tout est prêt pour les recevoir. La planification est à son meilleur, j'ai pensé à tout!

Les voici enfin qui arrivent.

Puis, ce qui devait arriver arriva. Je suis incapable de suivre la conversation, les mots vont trop vite, ma tête ne suit pas la cadence. Je n'enchaîne pas les services lors du souper, je suis figée sur place à me chercher. Confuse, je me rattrape comme je peux avec humour comme à l'accoutumée. J'ai l'impression de les regarder de loin, incapable de partager leur univers qui se veut festif, nous sommes dans le temps des Fêtes après tout.

Je passe une nuit de plus à écouter la maisonnée ronronner. J'ai l'impression qu'on me joue un bien mauvais tour et je voudrais bien que tout arrête de tourner frénétiquement.

Le lendemain matin, je peine à regarder mes invités dans les yeux, je ne suis plus moi-même. Je partage mon être avec cette «maudite bestiole» qui bousille mes réserves d'énergie et de joies de vivre.



Caroline Hernandez/Unsplash

Mon être entier bourdonne, je souffre.

L'arrêt de tout est inévitable.

Je prends le peu d'énergie qu'il me reste pour finalement parler de mon essoufflement général à mon homme. Son oreille est si douce et compréhensive. C'est alors que nous prenons une décision qui nous demanda beaucoup plus de courage que nous le pensions... tout annuler notre horaire du temps des Fêtes. Le calendrier des deux semaines de congé passe donc de «bien rempli de soupers et de dîners à n'en plus finir» à... «RIEN du tout»!

Voyant la liberté que nous nous offrons, je suis soudainement assommée d'une grande fatigue. Elle est partout, si franche, harcelante par moments. Je décide de ne plus lui résister, je l'embrasserai dorénavant.

À chaque réveil, je suis là pour vrai, ça fait si longtemps que je ne suis que mon ombre. Je recommence également à rêver. Je ne me souvenais plus comment rêver paisiblement. Je comprends que ma bestiole, elle, s'endort à son tour et disparaît un peu plus à tous mes réveils. Je prends la décision de ne plus prendre de décisions et de simplement «être» pour quelque temps.

Le véritable changement commence à ce moment. Tranquillement, je redécouvre la magie de mes enfants. J'embrasse leur spontanéité, les matins doux à leur faire des crêpes alors que notre forêt dort encore. Je me laisse bercer par l'amour de mon mari et moi, je chéris cet amour en retour. L'état de survie dans lequel j'étais depuis trop longtemps, fait place à une sérénité. Je comprends que mon épuisement prendra des mois à disparaître, mais le premier pas était fait. Celui d'écouter ma limite et de revenir à la base de mon bonheur, du temps avec les miens.

Qu'est-ce qui est arrivé à ma bestiole? Elle est toujours là mais j'ai compris qu'elle n'est ni moche ni une menace. En effet, elle est ma petite fée qui me guette afin que je ne me perde plus.

Que ce temps des Fêtes soit doux pour vous et les vôtres!

déjeuner- réseautage

organismes
communautaires



Le jeudi 6 février 2020 à 8h30

au Centre culturel francophone, 303, rue James, Pembroke

Une excellente occasion de mieux connaître
les ressources francophones du comté!

C'est un rendez-vous matinal qui permet à chaque participant d'échanger en français, de présenter ses initiatives, de partager ses idées et d'élargir son réseau de contacts en français!



Veuillez confirmer votre présence au 613-732-3336
ou par courriel à info@acfo-champlain.org

Programme des jeunes ambassadeurs de l'économie collective

par Jean-François Parent, bureau de l'Est - Conseil de la coopération de l'Ontario (Ottawa)

Mettre le bénévolat, l'économie sociale et l'engagement communautaire au cœur des priorités de la jeunesse

Au début du mois de décembre, des jeunes entrepreneurs engagés d'un peu partout en Ontario ont convergé vers Ottawa pour prendre part à un programme unique en son genre soit le *Programme des jeunes ambassadeurs de l'économie collective de l'Ontario*.

Cet évènement a réuni plus d'une quinzaine de participants autour d'enjeux de sociétés plus intéressants les uns que les autres. On y a discuté du défi de l'engagement de la jeunesse dans notre société civique, de la participation active à des occasions de bénévolat, de l'économie sociale et coopérative

pour ne mentionner que quelques-uns des thèmes abordés. Tous les participants ont eu

l'occasion d'en apprendre davantage sur les façons de s'impliquer dans notre communauté de façon proactive et comment devenir des citoyens exemplaires.

Ce programme a été inspiré notamment par différentes initiatives similaires telles que le programme *Katimavik* dans les années 1980. À travers des occasions d'échanges, de collaboration et de partages d'idées, les jeunes ont pu

repartir avec plein d'idées afin d'améliorer leurs collectivités respectives et de s'engager davantage dans la création d'un avenir meilleur. Jean-François Parent, agent principal et organisateur de l'évènement, avait ces quelques mots à dire sur le sujet: «Il s'agit d'une occasion unique en soi, de pouvoir faire converger les savoirs pratiques, les expériences et les aspirations d'autant de jeunes en un seul endroit et de faire route ensemble vers un seul but unique: stimuler l'engagement de la jeunesse dans nos communautés et faire revivre l'esprit de collaboration et d'entraide. Nous sommes fiers d'avoir pu offrir un évènement de cette ampleur.»

L'évènement était organisé par le *Conseil de la coopération de l'Ontario (CCO)*, l'organisme de représentation du secteur des coopératives et des entreprises sociales francophones et bilingues de la province. Le programme est financé grâce à l'appui d'*Emploi et Développement Social Canada* à travers l'initiative *Service Jeunesse Canada*.



Chronique sur les finances présentée par la SADC du comté de Renfrew

Le saviez-vous ?

Magasinage des Fêtes

Les Canadiens prévoient dépenser 792 \$ pour la période des Fêtes, soit sensiblement le même montant que l'année dernière. Ce sont les Québécois qui dépenseront le moins. Visiblement, le même scénario se répétera étant donné que les Québécois avaient aussi dépensé moins que l'ensemble des Canadiens en 2018. Ils dépenseront environ 503 \$ selon un sondage *Léger Marketing* pour le compte du *Conseil canadien du commerce de détail (CCCD)*.



Selon ce sondage fait en ligne, 65% des Canadiens prévoient garder un budget assez strict pour les dépenses. Les consommateurs canadiens entendent profiter des aubaines du *Vendredi fou* à 43% et de ceux du *Cyber*

lundi à 32%. Les Canadiens aiment encore faire leurs achats dans les magasins et ils y resteraient encore plus longtemps lorsqu'il y a de la musique de Noël. En effet, la plus grande part du budget sera dépensée dans les magasins, soit 72%, alors que 20% du budget sera dépensé en ligne et 8% sur appareils mobiles.

On dit également que les deux tiers des gens perdent le contrôle concernant leurs dépenses durant le temps des Fêtes. De plus, 59% des gens font leurs achats avec une carte de crédit. Attention, quand on se paye un Noël à crédit, ça peut coûter cher! Et, vous ne voudriez sûrement pas payer les Fêtes de cette année... jusqu'à Noël 2020! Bon magasinage!

(Le sondage de *Léger marketing* de dix minutes a été réalisé en ligne sur un échantillon de 2507 participants. Il a été effectué du 7 au 21 octobre 2019. La marge d'erreur de plus ou moins 2%, 19 fois sur 20).



CONSEIL DE LA
COOPÉRATION
DE L'ONTARIO



COOPERATION
COUNCIL OF
ONTARIO

L'ACFO-Champlain, ça vous appartient !

Vous aimeriez partager vos talents?

Vous avez une activité en tête?

Soumettez-nous vos idées!

TRUE CENTRE
AUTO SERVICE



Silencieux • Mises au point • Huiles et lubrifiants
Fabrication de tuyaux d'échappement sur mesure
Réservoirs d'essence • Service de freins • Réparation de suspension
Alignement de roues • Centre d'inspection de véhicules motorisés

1275, rue Pembroke Ouest, Pembroke (Ontario) K8A 5R3
613-735-0186 • truecentreautoservice@hotmail.com

www.truecentremuffler.com

ÉCOLE ÉLÉMENTAIRE ET SECONDAIRE PUBLIQUE L'ÉQUINOXE

Championnes de volleyball

Volleyball féminin

L'automne 2019 passera à l'histoire en ce qui concerne les performances de nos deux équipes féminines de volleyball de 7^e et 8^e année. En effet, lors du tournoi des équipes de 8^e année qui avait lieu à l'école *Valour*, L'Équinoxe a remporté la finale contre l'équipe de l'école *Bishop Gold*. Les six membres de l'équipe sont revenues à la maison avec la bannière bleue tant convoitée. Les filles jouent avec confiance et détermination. Elles sont très inspirantes à voir jouer!



Trois jours plus tard avait lieu le tournoi des filles de 7^e année au CSC *Jeanne-Lajoie*. Les *Patriotes* ont joué d'une façon tout à fait surprenante, si bien qu'elles se sont rendues en finale sans avoir perdu une seule partie. Elles ont fait preuve d'un esprit d'équipe hors du commun.

L'Équinoxe a affronté l'équipe de l'école *Champlain Discovery* et elles ont gagné la finale en trois manches. La finale a été tout à fait enlevante! Bravo à nos équipes championnes! On est tous fiers de vous!

Mme Marie-Josée Boucher, entraîneuse

Volleyball masculin

Le tournoi de volleyball était un bon tournoi. Il y a eu beaucoup de compétition au niveau technique et la qualité des équipes adverses était incroyable. On a perdu deux joueurs, mais on a continué de jouer en restant concentrés pendant toutes nos joutes. Dans le tournoi régional, on a fini en 3^e place. On s'est donc qualifié pour aller aux tournois des champions. Nous n'avons perdu les matchs joués que par quelques points et les équipes avaient de la difficulté à nous battre. Notre entraîneur était fier de notre esprit d'équipe et de notre persévérance toute la saison.

Carson, élève de 7^e année



Beetlejuice

Le mardi 19 novembre, les élèves de notre troupe de théâtre du secondaire *La Patrio* ont présenté une pièce de théâtre portant sur le film *Beetlejuice*. Les élèves ont eu bien peu de temps pour se préparer. Le spectacle a été bien apprécié par nos élèves de la 2^e à la 12^e année.



Nos élèves nous surprennent toujours par leurs talents sur scène. Maintenant, notre troupe va commencer un nouveau projet qui vous sera dévoilé sous peu. Notre prochaine production aura lieu au mois d'avril, serez-vous au rendez-vous?

Parade de Noël

Le samedi 24 novembre, l'école a participé à la parade des lumières de *Pembroke*. Il y avait plus de 100 chars allégoriques! Les élèves de la classe de Mme Michelle G-C ont rassemblé des crayons à mine avec le logo de l'école pour distribuer aux enfants qui regardaient la parade. Nous sommes très fiers de nos élèves qui se sont présentés et qui ont distribué des cadeaux à la foule. Pour l'occasion, un autobus nous a généreusement été prêté par *Valley Transportation*. Celui-ci a été transformé en cheminée par le Conseil des parents et des élèves. Nous avons aussi été très chanceux d'avoir la mascotte Léo du CEPEO parmi nous. Nous avons même vu plusieurs élèves et membres du personnel dans la foule!



Représentante de la FESFO

par Lori-Cloé Lévesque

Il y a quelques semaines, j'ai eu l'occasion de représenter la communauté francophone de notre école à *Embrun* avec la *FESFO*. J'ai passé une fin de semaine avec des *PéCos* (personnes contacts) qui venaient de toutes les écoles francophones de l'Est de l'Ontario.



J'ai bien aimé apprendre comment animer une activité ou un groupe, comment avoir des conversations importantes dans notre école et comment partager des solutions avec les élèves. Au début du voyage, lorsqu'on a ramassé d'autres élèves dans l'autobus en chemin, on ne se parlait presque pas, mais lors du retour à la maison, c'était difficile de les voir partir. Aujourd'hui, je suis en contact avec deux personnes qui étaient dans mon groupe. On a eu des discussions sur le syndrome de la médaille d'or. Nous avons réalisé que ce syndrome affecte souvent les jeunes à cause des réseaux sociaux qui encouragent les jeunes à se comparer aux autres. On a aussi parlé de comment bien animer une activité et comment on a appris nous-mêmes à organiser un jeu COOP qui est un jeu qui nous permet d'apprendre le nom des autres personnes, se dégourdir et briser la glace entre les joueurs. En tant que représentante des 9^e année et de *PéCos* pour la *FESFO*, cette fin de semaine m'a permis d'apprendre comment bien m'organiser et de bien m'investir dans mes engagements futurs. Un grand merci à la *Société Saint-Jean-Baptiste de Pembroke* qui a participé à la réalisation de cette sortie.

CENTRE SCOLAIRE CATHOLIQUE JEANNE-LAJOIE

Journée de l'enfant

Le 20 novembre dernier, les élèves de la 4^e à la 8^e année ont assisté au spectacle du groupe *LGS, Swing* et ont fêté la Journée de l'enfant en grand! Le Festival Hall était rempli à pleine capacité, accueillant un heureux mélange de spectateurs provenant des écoles de Pembroke, d'Otter Lake, de Fort-Coulonge, de Campbell's Bay, de Chapeau et de l'île du Grand-Calumet.



L'ambiance était électrique et vibrante. Les élèves n'ont pas tardé à se lever et à se déhancher. *LGS* est le groupe autrefois connu sous le nom de *Swing*. Il a été créé par

Michel Bénac en 1999 et Jean-Philippe Goulet s'est joint à la formation peu après. Le groupe transforme des chansons traditionnelles folkloriques et en y ajoutant des saveurs de *hip hop* américain. Ce fut une très belle expérience culturelle. Nous étions plus de 600 à taper du pied sur des chansons francophones. Un merci tout à fait sincère à la *Société Saint-Jean-Baptiste de Pembroke* pour cette activité.

Célébration de l'Avent

Il est déjà venu le temps de se préparer pour la grande fête de Noël! À l'école, le Père Smith et l'aumônier Maria accompagnés de Mme Marie-Ève étaient au rendez-vous pour la première célébration de l'Avent.



Dès la première semaine de l'Avent, nous sommes invités à préparer nos cœurs à la grande fête de la Nativité qui souligne l'arrivée de Jésus. Les élèves se recueillent en écoutant la parole de Dieu. L'Avent comporte plusieurs rituels, comme celui de la couronne qui permet de rythmer l'attente à la fête de Noël. On y allume une bougie nouvelle à chaque célébration. Les bougies représentent *pardon, foi, joie et paix*. Merci au comité pour cette célébration!



Cartes de Noël

À l'approche du temps des Fêtes, les petits ont fabriqué des cartes pour les militaires qui seront encore déployés à Noël. Il est primordial de souligner l'engagement et la bravoure de notre armée canadienne. Sachez que les élèves de Jeanne-Lajoie ne vous oublient pas! (projet de Mme Annie et Mme Agnès)



Collecte de vêtements

Merci à tous ceux qui ont fait preuve de générosité en donnant des vêtements pour aider les membres de notre communauté. La collecte a duré un mois à l'élémentaire. La quantité de vêtements reçus a grandement dépassé nos attentes. Grâce à vous et au comité du Développement durable, la maison *Bernadette McCann* et *Opération Habit de Neige* pourront se réapprovisionner et remplir leurs entrepôts!



Jour du Souvenir

Le 11 novembre, le pavillon élémentaire a souligné le *jour du Souvenir*. Lors de ce rassemblement, 96 militaires et vétérans se sont joints aux élèves et aux parents afin d'honorer ceux et celles qui ont servi dans les *Forces armées canadiennes (FAC)* ou qui servent présentement.

Père Smith a béni nos familles militaires et les classes ont partagé des bricolages, des chants, des poèmes et des prières dans le but de rendre hommage à nos militaires. La chorale a chanté le chant *merci* dont les paroles furent écrites par les membres de la chorale en pensant à nos soldats.



Le vétéran *George R Phillips*, qui a servi 42 ans dans les *FAC*, était aussi présent. Le voici avec son petit-fils *Patrick*

litaires ont pris la parole afin de se présenter et de nommer le nom de leurs enfants. À ce moment-là, on a pu ressentir la fierté qui règne chez les enfants! Merci à nos militaires!





613-735-6821
 PEMBROKE.CA
 FACEBOOK.COM/THECITYOFPEMBROKE
 @PEMBROKECDEV
 @CITYOFPEMBROKE

CENTRE EDUCATIF ELEMENTAIRE SECONDAIRE



Votre **ÉCOLE
PUBLIQUE** de choix
à **PEMBROKE**

EQUINOXE.CEPEO.ON.CA



Réseau des services
de santé en français
de l'Est de l'Ontario

**Ensemble pour des services
en français accessibles**



Devenez membre du Réseau,
c'est simple et gratuit!



rssfe.on.ca/membres

f t @rssfe



RONA

RONA PETAWAWA
 3025, BOUL. PETAWAWA
 613-506-RONA (7662)
 WWW.RONA.CA



CENTURY 21

Aspire Realty Ltd.
BROKERAGE

3025-A, boul. Petawawa
Petawawa (Ontario) K8H 1X9

NADIA PARDY
courtière immobilière

Cell.: 613-401-2308
Bur.: 613-687-1687 poste 42
Télec.: 613-687-0435

nadia@nadiapardy.com
www.makemymove.ca



2016-2018

SERVICE BILINGUE



PIÈCES D'AUTO

635, rue Nelson, Pembroke On
613-732-2839



Ashley

HOMESTORE *select*

VISITEZ NOTRE NOUVEL ENTREPÔT DU MATELAS

Mobilier de qualité à prix abordable

Tessa Malette

10, avenue Matthews, Pembroke Ontario K8A 8A4

www.AshleyHomestoreSelect.ca

613-629-5464



HYUNDAI™ PEMBROKE

des véhicules fiables et abordables

1945, boul. Petawawa, Pembroke

613-735-5636 613-281-5846

gslaughter@hyundaipembroke.ca

Une entreprise familiale
Venez vous joindre à la Famille Hyundai

On parle français au Service aux véhicules aussi!

GRIFF SLAUGHTER
Ventes professionnelles



HYUNDAIPEMBROKE.CA



Nous reconnaissons l'appui financier
du gouvernement du Canada