

De retour dans un an...

Demi-Lune

390, 8° rue, 2° étage, Québec, G1L 2P1 418-522-4002

www.centredenuitdemilune.org

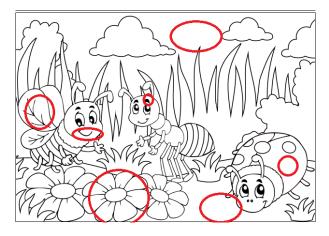
Facebook:

Centre de nuit Demi-Lune

Heures d'ouverture :

Jeudi au dimanche 22h00 à 6h00

Solution-jeux:



Si vous désirez vous impliquer dans le journal ou vous avez des idées de textes, ne vous gênez pas et contacter nous! Merci et bon été à tous!



Mot de la directrice

Tout départ est difficile à vivre. Mais tout départ n'est pas négatif en soit. En fait, tout départ est positif.

Que ça permette de cesser la souffrance physique en cas de maladie, ou encore la souffrance morale lors d'une relation malsaine. Que ce soit tout simplement pour passer à autre chose, menant à une évolution, comme par exemple monter d'un niveau de scolarité, terminer un stage, pour un nouvel emploi, ...

Cette fois-ci, on parle d'un départ précipité peut-être, mais peut-il y avoir un départ plus positif que celui de mettre un enfant au monde?

Et il ne faut pas oublier, que les départs amènent régulièrement des arrivées... Donc, au revoir Caroline L. et bienvenue dans notre équipe Gab!

Caroline Caron, directrice

Extra! Extra!

un gros merci particulier à Mme Geneviève Brisson qui a réalisé une levée de fond avec succès pour Demi-Lune. Vos contributions financière sont

Vos contributions financière son toujours les bienvenues!

Mercí également à M. Tremblay pour son aíde financíère

Venez encourager Demí-Lune et les 14 autres organísmes communautaires, tout en vous amusant une seule adresse : Bingo Jean-Talon.



26 août 2017, Vol.8, No.2

Table des matières

Page 2: Activités et anniversaires

Page 3: Témoignage

Page 5 : Poésie

Page 7: Chronique bonne chère

Page 11: Camping

Page 12: Escapade à Montréal

Page 14: Entrevue avec...

Page 16: Fun Putt

Page 18 : Recettes

Page 22 : Soirée botanique

Page 24: Mot de Carolíne L.

Page 25: Jeux

Page 26: La page à Boudha

Page 27: Le mot de sagesse de Boudha

Page 28: Solution-jeux



Activités à venir à Demi-Lune



- Jeudi le 7 septembre : Réouverture du centre après une semaine d'absence
- Vendredi le 8 septembre : Party de réouverture du centre. Bienvenue à tous !
- Jeudi le 26 octobre : Sculpture de citrouilles . Viens sculpter et décorer ta citrouille et cours la chance de gagner le prix de la plus belle citrouille!
- Samedi le 28 octobre: Party d' Halloween. Viens déguisé, plaisir et prix t'y attendront.
- Vendredi le 22 décembre : Réveillon de Noël. Au programme : repas traditionnel, jeux, prix de participation, cadeaux et émerveillement! Inscription obligatoire.

P.S.: Nous ne pouvons confirmer de dates précises pour le moment. Elles vous seront transmises en temps et lieu!

Francis L.



Un joyeux anniversaire à tous nos participants qui sont nés aux mois de mai, juin, juillet et août. Vous êtes tous invités à venir nous voir lors des activités des «fêtés du mois», à la fin de chaque mois.



Le mot de sagesse

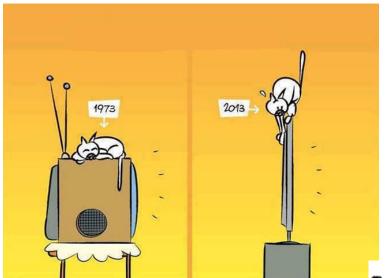
De Boudha

« La meilleure façon de réaliser ses rêves c'est de se réveiller. »

- Benicio Del Tora, dans le film « Coquine à l'excès »

« Le seul pouvoir que les gens ont sur nous est celui qu'on leur accorde. »
- Sergent Bissonnette « District 31 »

Certains regrettent les bonnes vieilles télévisions cathodiques...









La nouvelle institutrice a envie d'apprendre des notions de psychologie à ses élèves. Elle s'adresse à la classe en ces termes:

- Que celui qui a l'impression d'être stupide par moment se lève! Après une bonne dizaine de secondes, Toto se lève... de mauvaise arâce.

L'institutrice:

- Alors comme ca Toto, tu penses que de temps en temps tu peux être stupide ?
- Non m'dame, mais ça me faisait de la peine de vous voir toute seule debout.



Deux canards sont sur une rive, ils se regardent. L'un dit: " Coin Coin !!" L'autre dit: " Ben merde! J'allais dire la même chose!!"

C'est l'histoire de deux jumeaux, Robert et Richard. Robert était propriétaire d'une vieille barque. Par pure coïncidence, la femme de Richard est morte la même journée que la barque de Robert coula.



Quelques jours plus tard, une vieille dame voit Robert et le méprend pour son frère Richard et la conversation s'engage:

- Je suis terriblement désolé, j'ai entendu parler de votre perte. Vous devez être atterré. Robert pense que la veille dame parle de sa barque et dit:
- Je suis en fait content de m'en être enfin débarrassé. Elle était une veille chose pourrie déjà en partant. Elle avait le bas tout ratatiné et elle sentait le poisson mort. Elle perdait constamment son eau, elle avait un trou en arrière et aussi un gros trou en avant. À toutes les fois que je l'utilisais, son trou devenait de plus en plus grand et elle mouillait comme c'est pas possible. Je crois que ce qui l'a achevé, c'est quand je l'ai loué à ces quatre gars qui cherchaient quelque chose pour s'amuser. Je les avais avertis qu'elle n'était pas très bonne, mais ils voulaient s'en servir quand même. Les crétins ont essayés d'y monter tous en même temps et elle a fendu en plein milieu.

La veille femme perdit connaissance.









Bonjour ou plutôt bonne nuit à tous chers lecteurs,

Ceci étant dit, j'aimerais aussi vous parler de mon temps des fêtes pendant la fermeture de Demi-Lune. Pour commencer, j'ai fait le grand ménage de mon appartement de fond en comble. J'ai passé le balais, la vadrouille et fait tout le lavage de ma literie. Cela m'a vraiment fait du bien, car. il est très important pour moi de vivre dans un milieu de vie où la propreté règne. Ensuite, j'ai pris une semaine pour prendre soin de moi. Je suis resté seul à la maison pour me reposer, puisque j'étais fatiqué. J'ai beaucoup écouté la télévision et les nouvelles. Il y avait aussi de très bons films. Par la suite, j'ai recommencé à sortir un peu et à aller aux différents organismes que je fréquente dans la ville. J'ai commencé par aller à la bouchée généreuse. Ensuite, je suis allé faire mon petit tour à la croix blanche afin de faire mes vœux de bonne année à tous les gens qui y étaient présents. Je suis aussi allé au relais de l'espérance afin de voir quelques personnes qui y étaient présentes. J'ai aussi été voir mon ami Denis et nous avons pris un bon café ensemble en jasant de tout et de rien. Pendant la période des fêtes, j'ai aussi pis une décision importante à propos de ma santé. J'ai décidé de cesser de pelleter la neige puisque ma santé ne me le permet plus. Malgré tout, je reste heureux de voir la merveilleuse neige tomber sur la rue et sur mon balcon lorsqu'il en a.

Maintenant, venons-en aux vraies choses. J'aimerais vous donner mon opinion au sujet des médias. Dernièrement, j'ai pu remarquer que les mêmes nouvelles passaient en boucle toute la journée. J'ai trouvé cela un peu répétitif. Je comparerais cela à une cassette qui se répète en boucle toute la journée. J'en viendrais même à dire qu'à toutes les stations de télévision, nous y retrouvons toujours presque le même contenu. Il faudrait peut-être se diversifier un peu et y mettre un peu plus de personnalité dans les bulletins de nouvelles afin que chaque station ait sa propre couleur et son propre style de nouvelles. Je trouve aussi que les médias télévisés sont une source de mauvaises nouvelles.





J'ai remarqué que ceux-ci se basent essentiellement sur les évènements négatifs qui sont présents dans notre quotidien. Je comparerais un peu les médias comme étant un huissier qui vient cogner à votre porte afin de venir vous annoncer une ou des mauvaise(s) nouvelles. Selon moi, les médias vont un peu trop loin dans leurs histoires. Ils prennent un grain de sable sur une plage et le grossissent comme si c'était une immense roche. C'est le même principe que lorsqu'ils annoncent une nouvelle lors d'un reportage. Ils veulent la grossir afin qu'elle fasse fureur. Les journalistes ne font que prendre les informations qu'ils veulent entendre sur un sujet donné. Ils rejettent parfois du contenu très important qui nous permettrait de voir l'histoire sous un tout autre angle. Autrement dit, les médias grossissent la réalité afin qu'elle devienne sensationnelle, sanglante et tragique. Personnellement, cela me stresse et m'emplit d'émotions négatives. Cela me fait me poser plusieurs questions sur moi-même et sur les perceptions que les gens ont sur une situation quelconque qui s'est passé dans la journée. Je n'arrive pas à comprendre comment les gens font pour écouter les nouvelles puisqu'elles sont essentiellement négatives. La seule chose qui ait de positive dans le bulletin, c'est la bonne nouvelle TVA ou la chronique des arts et spectacle. Il serait temps qu'il y ait du changement au niveau des diffusions de bulletins de nouvelles dans notre société. Nous sommes tout de même en 2017 et non dans les années 1850! Sur cette critique, revenons-en aux bonnes choses. Je tiens à vous souhaiter une bonne et heureuse année 2017 remplie de joie, de bonheur et surtout de santé puisque c'est à la base de toutes choses. J'aimerais aussi vous souhaiter tout ce dont vous voulez pendant cette nouvelle année. N'oubliez surtout pas que le changement peut survenir à n'importe quel moment dans votre vie et qu'il peut toujours être positif malgré tout!



Jeannot F.



Jeux



Les 7 erreurs

Entoure les 7 différences entre les 2 dessins



Le mot de Caroline L.

C'est avec beaucoup de tristesse que je quitte mon poste à Demi-Lune pour la prochaine année. Je vais m'ennuyer de tous vos partages de nuit, de vous accompagner dans vos joies et dans vos peines, de nos fous rires et de nos douces folies, de votre authenticité, bref, vous allez me manquer. Au fil des ans, Demi-Lune est devenu plus qu'un emploi, mais une seconde famille. Je sais, cependant, que vous êtes entre bonnes mains entourées d'une équipe d'intervenants compétant et dévoués qui ont également Demi-Lune de tatoué sur le cœur.

Comme on dit, la tristesse côtoie souvent la joie. J'ai la chance incroyable de mettre au monde un petit être qui s'est fait attendre quelques années... Quand je vous retrouverai, je serai enfin maman, ce qui était un de mes rêves. Je vous invite donc à croire en vos rêves, même quand ceci vous semble impossibles, ne renoncez jamais.

Je passeraí vous voir pendant ma grossesse et je vous donneraí des nouvelles. Prenez bien soin de vous, j'ai déjà hâte de vous revoir... Ce n'est pas un adieu, juste un à la prochaine!

Tendresse,

Caroline L.

Page 24

POÉSTE

Dans la survie, nous partons de rien Il faut que l'on se débrouille avec ce que l'on a et il faut surtout avoir beaucoup d'énergie pour traverser les épreuves de la vie

> Nous sommes beaucoup en mode survie sur cette planète. Nous sommes forts et courageux

Nous nous débrouillons avec peu et nous sommes dans un endroit où il peut arriver n'importe quoi tout comme dans la vie.

C'est de l'organisation, je vous le dit, croyez-moi!

Dans les oois, la survie c'est difficile, mais nous finissons toujours par nous débrouiller par instinct.

Sí tu veux survivre dans la vie, il faut que tu écoutes ton instinct, que tu sois fort, que tu sois loyal et surtout constructif.

Il ne faut surtout pas perdre ses points de repères dans ce grand chemin qu'on nomme la vie, sinon tu te perdras dans les bois et tu finiras en mode survie.

Notre chemín, dans les boís, nous pouvons toujours le retrouver en sommant des pierres derrière nous.

Notre chemín, dans la víe, nous pouvons le retrouver grâce à nos accomplissements et notre entourage que nous avons sommé, car qui somme quelque chose finit par le récolter, donc finit par retrouver son chemín.

Nous devons parfois courir seul pour retrouver notre chemin, mais Nous pouvons aussi courir tous ensemble pour passer au travers. Ce chemin est parfois parsemé de petites et de grosses roches, un peu comme les épreuves que la vie nous envoie.

POÉSTE-___

Les épreuves de la vie, c'est comme la survie, il faut que tu restes positif pour passer au travers.

Il faut que nous restions forts et que nous nous relevions pour être ainsi plus fort par la suite De nos jours, plusieurs gens sont en mode survie.

Certains l'ont facile et virent débile, et d'autres vivent en mode survie et finissent par s'en sortir un jour ou l'autre en se relevant.



Joul Mc Cool





Page 6

Chronique botanique

Où doit-on installer son aloès?

Plante très résistante, particulièrement à la chaleur. Elle sera aussi bien en extérieur l'été au'à l'intérieur de votre maison l'hiver.

Exposition:

L'aloès vera réclame **une bonne lumière** mais redoute le soleil direct qui favorise l'assèchement de la plante.

Une exposition trop ensoleillée pourrait en effet assécher rapidement le feuillage et le faire jaunir de manière durable.

Choisissez donc de l'installer **près d'une fenêtre** qui laisse passer le maximum de lumière mais évitez qu'elle soit soumise aux rayons du soleil.

Température :

La température d'une maison ou d'un appartement est l'idéal, car elle doit être comprise entre **18 et 21° toute l'année**.

De **mai à septembre**, vous pourrez sortir la plante sans aucun problème, mais n'hésitez pas à la rentrer le soir si les nuits sont fraîches.

Au plaisir de vous voir nombreux lors de la prochaine chronique!



L'équipe de Demi-Lune

Chronique botanique

Le 14 juillet ainsi que le 12 août ont eu lieu la chronique botanique de Demi-Lune. Qu'est que ça mange en hiver? Bonne question! En fait, nous avons transplanté des boutures d'Aloès Vera. Chaque participant a eu la chance de repartir avec sa plante dans un petit pot.

L'Aloès est une plante reconnue pour ses diverses propriétés. Le gel de l'Aloès est très efficace pour traiter les problèmes reliés à la peau comme l'eczéma, les infections, les lésions et inflammations du derme. Elle aide aussi à guérir les brûlures mineures ainsi que les coups de soleil.

Voici quelques règles à retenir pour garder son Aloès en santé:

Arrosage au printemps et en été

Il doit être **régulier mais modéré**, 1 fois par semaine environ. L'idéal étant d'arroser lorsque le sol est sec en surface.

N'attendez pas trop longtemps, surtout lorsqu'il fait chaud, car la plante pourrait en souffrir.

Si l'eau du robinet est trop dure, choisissez une eau de source quelconque ou récoltez l'eau de pluie pour arroser.

Préférez une eau à température ambiante plutôt que trop fraîche car la différence de température peut provoquer un **stress important** pour votre aloès vera.

Arrosage à l'automne et en hiver

Réduisez légèrement les arrosages durant la période de repos végétatif.

Attendez que le sol soit sec sur quelques centimètres pour arroser de nouveau et avec une eau à température ambiante.

Vous reprendrez l'arrosage au printemps lorsque la plante retrouvera de la croissance.

Engrais :

Il est inutile de mettre de l'engrais à votre aloès vera.

<u>La Bonne Chère</u>





En cette première chronique bonne chère, je vous présente un endroit que j'affectionne tout particulièrement, tant pour les saveurs qu'on y déguste, que pour une multitude de raisons que vous découvrirez dans ces lignes...

Commençons par un peu d'histoire...

Le restaurant Apsara est plus qu'un restaurant, c'est une famille. La famille Khuong. M. Beng An Khuong et son épouse, accompagnés de 12 de leurs 16 enfants, ainsi que quelques proches, fuirent le Cambodge qui était alors au prise avec le régime communiste des Khmers rouges, au milieu des années 70. Laissant derrière eux 4 autres enfants. Ce n'est que quelques années plus tard que la famille se retrouva dans son ensemble.

Une fois à Québec, M. Khuong ouvrit d'abord le restaurant Apsara en 1977, près du Grand Théâtre, afin d'offrir un travail à sa famille. Pour les résidents de Québec, c'était une découverte culinaire, offrant de la nourriture cambodgienne, vietnamienne et thaïlandaise.

Peu de temps après son ouverture, sous la proie des flammes, le restaurant n'a d'autre choix que de déménager. C'est donc en 1980 qu'il prit adresse dans les lieux qu'il occupe toujours, soit dans le haut de la rue D'Auteuil, adoptant par le fait même l'Auberge la Chouette, qui occupait déjà l'endroit. Depuis, la famille Khuong offre l'une des meilleures, si non la meilleure table d'Asie, à Québec. Et ce, sous la supervision de leur frère aîné, Bun Tean, le réservé Bun Té et les deux chaleureuses sœurs Sin Bou et Sin Béng qui sont les piliers du restaurant. Depuis, se sont joint les maris, dont le sympathique Boun Iv et la jeune relève qui a découlée de ces unions.

Apsara, c'est quoi, ou plutôt, c'est qui? À prime à bord, selon la légende et la culture Cambodgienne les Apsaras sont des déesses qui émergent de l'eau afin de séduire la gente masculine. Elles représentent, donc la tentation et symbolisent l'excès sous toutes ses formes, dont la bonne chère... De nos jours, Apsara est reconnue comme étant la déesse de la danse.

Dès que nous franchissons la porte du restaurant, nous nous sentons transporté à cent-milles lieux de Québec. Dès cet instant, quand bien même qu'il fait tempête à l'extérieur, l'accueil chaleureux, le décor exotique avec ses statuettes asiatiques ici et là, ainsi que le parfum culinaire qui y règne, balaie du revers de la main toute intempérie qu'il peut y avoir. Nous plongeant dans un autre monde. Un monde où il fait bon vivre et où les conversations tournent couramment autour d'un voyage passé ou futur. Évoquant souvenirs, projet à venir, ou tout



simplement partage d'un rêve. C'est dans une atmosphère de dépaysement que l'on nous propose les différents mets aux mille saveurs. Bien que je côtoie l'Apsara depuis plus de 35 ans, je n'ai pas la prétention de connaître tous les plats. Cependant, je peux vous présenter entre autre la fameuse assiette Apsara:

Page 8

Recette 2

(Réalisée lors de la Chronique « bouffe »d'août)

Cari de crevettes

Ingrédients

- 1 gros oignon, haché
- 1 c. à thé de margarine
- 4 gousses d'ail, hachées finement
- 2c. à thé de gingembre frais, hachés finement
- 4 tomates italiennes sans pépins et coupées en dés
- 1 boite de lait de coco
- 1c. à thé de sel
- 2 lbs de crevettes
- Le jus d'une lime
- 1 pincée de piments broyés
- Feuilles de coriandre fraîche pour garnir.

Préparation

- Dans une poêle faire revenir l'oignon. Ajouter l'ail et le gingembre. Ajouter les tomates, le lait de coco, les piments et le sel. Laisser mijoter à feu doux 10 minutes.
- Ajouter les crevettes. Porter à ébullition. Réduire et laisser mijoter 3 à 5 minutes. Ajouter le jus de lime et parsemer de feuilles de coriandre.

Francis L.

Page 21





(Réalisée lors de la chronique « bouffe » de juillet)

Salade de melon d'eau, fêta et concombres

Ingrédients

Vinaigrette:

- 2 cuillères à table de miel
- 2 cuillères à table de jus de lime
- 1 cuillère à table d'huile d'olive
- Une pincée de sel



Salade:

- 1,5 livres de melon d'eau coupé en dés
- 1 concombre anglais coupé en dés (environ 2 tasses pleines)
- 15 feuilles de menthe fraîches
- 15 feuilles de basilic fraîches
- ½ tasse de fromage fêta émietté (selon le goût)

Préparation

Page 20

- 1. Dans un bol séparé, mélanger le miel, le jus de lime, l'huile d'olive et la pincée de sel. Mettre de côté.
- 2. Dans un grand bol, mélanger le melon d'eau, le concombre et les herbes fraîches.
- 3. Verser la vinaigrette sur le dessus de la salade de melon d'eau.
- 4. Mettre le fromage fêta et servir.

Jade C.



Offrant d'abord un choix de trois soupes : la Khémara (faite de vermicelles transparents, de poulet et de champignons), la Vietnamienne (constituée de bœuf, nouilles et riz) ou la Tom Yam (un bouillon épicé, avec poulet et légumes).

Suivie d'une entrée de Mini Lat de Sangker, des croustillants petits rouleaux impériaux

au porc et des Mou Satí, des brochettes de filet de porc, accompagnées d'une sauce Satí (au beurre de peanuts) et de concombres marinés.

Passant ensuite au repas principal, qui comprend les fameuses Crevettes d'Annam, des crevettes légèrement panées accompagné d'une somptueuse sauce aux légumes vietnamienne. Et le savoureux Boeuf Khémara, des brochettes de boeuf aux épices cambodgiennes. Le tout, accompagné d'un excellent riz Khémara, un riz sauté aux légumes.

Terminant par un choix parmi les incontournables desserts asiatiques, préparé à leur façon unique, soit : le tapioca, les beignets, ou les sorbets, accompagnés d'un thé au Jasmin ou d'un café.

Que ce soit le repas du Plaisirs à deux, celui du Tridara, du Seda, ou encore de la Tournée Asiatique, il est certain que vous ne serez déçu. Vous pouvez également choisir à la carte et monter votre menu selon vos préférences. Les végétariens ne sont pas laissés en reste.

Il ne faut pas oublier les incontournables, tels que la savoureuse Fleur de Pailin une délicieuse et rafraichissante entrée qui est un rouleau de printemps au porc et aux crevettes, servie avec la sauce Apsara; également en entrée, les Mi Siam, qui sont des crevettes épicés; parmi les plats principaux, que ce soit le poulet de Bangkok, un émincé de blanc de poulet sauté aux épices Thaï et poivrons verts; le délicieux poulet Phuket, qui est également un émincé de blanc de poulet, accompagné de

légumes relevé d'une sauce Thaï au laît de coco et de basílic; ou encore le poulet Sorya, composé d'exquis morceaux de blanc de poulet légèrement panés servis dans une sauce aux légumes; sans oublier les savoureuses crevettes de Bangkok, des crevettes sautées aux épices Thaï et poivrons verts; et les délicieuses crevettes sautées à la Cambodgienne, qui sont une spécialité feu la grand-maman Khuong.

Le personnel, à la fois professionnel et amical, se fera un plaisir de vous guider dans vos choix, pouvant même ajuster les repas à vos besoins.

Les repas, pour deux ou quatre, mentionnés ci-haut, varient entre 28\$ à 40\$ par personne en soirée, incluant ou non une bouteille de vin. Au dîner, des repas y sont aussi offert, à moindre coût. À cette heure, le restaurant ce trouvant à quelques pas du parlement, il n'est pas rare d'y croiser un ou deux politiciens.



Lorsque j'ai commencé à fréquenter Apsara je n'avais que 7 ans. J'ai vu la famille Khuong vieillir, ils m'ont vu grandir, puis vieillir. En près de 40 ans, autant la famille ont été témoin de différents passages de ma vie, autant je l'ai été dans la leur. Je me sens privilégiée de connaître non seulement cet excellent restaurant qu'est Apsara, mais également la chaleureuse famille Khuong.

À vous de les découvrir, le seul regret que vous pourriez avoir, serais de ne pas y avoir été plus tôt.

- 71 Rue d'Auteuil -

Caroline Caron -



(Réalisée lors de la chronique « bouffe » de juin)

Pokébol au saumon

Ingrédients

- 400 g de saumon frais sans arrêtes et sans peau
- 2 avocats mûrs coupés en tranches
- 1 concombre coupé en dés
- 2 grosses tomates coupées en dés
- 1 cuillérée à table de câpres
- 1 tasse d'édamame écossés surgelés, blanchis 2 minutes et refroidis
- ½ tasse de riz cuit et refroidit
- Graines de sésame au goût
- Sel et poivre au goût

Vinaigrette:

- 1/2tasse d'huile végétale
- 2 cuillères à soupe de jus de lime
- 4 cuillères à thé de sauce soya
- 2 cuillères à soupe de gingembre frais pelé et haché finement

Préparation

- Couper le saumon en cube
- Mettre le riz dans le fond du bol, déposer les tranches d'avocats, les dés de tomate, de concombre, les édanames et les câpres.
- Ajouter le saumon sur le dessus
- Ajouter les ingrédients de la vinaigrette et verser sur le tout
- Ajouter sel, poivre et graines de sésame au goût

Caroline L



(Réalisée lors de la chronique « bouffe » de mai)

Salade de fraise et de brocconcinis

Ingrédients:

- 500 ml (2 tasses) de fraises fraîches
- 30 ml (2 c. à soupe) de menthe fraîche hachée finement
- 250 ml (1 tasse) de bocconcinis de taille cocktail
- 30 ml (2 c. à soupe) de sirop d'érable
- 5 ml (1 c. à thé) de poivre rose concassé

Préparation:

- Équeuter et couper les fraises.
- Hacher finement la menthe.
- Dans un bol, mélanger tous les ingrédients



BONNE DÉGUSTATION ©





Une aventure Montréalaise

Comme vous le savez tous, j'aime bien partir à l'aventure, découvrir et me promener. Ceci m'amène à vous parler de mon dernier voyage que j'ai fait dans la plus grande ville du Québec. Cette ville se nomme Montréal. Je suis parti de Québec avec un transport amigo express et je me suis rendu jusque dans la grande Métropole. Ouf! Au début, cette ville me paraissait si grosse que je ne savais pas trop où me diriger, mais j'ai fini par m'y habituer et par l'apprivoiser.

Pour commencer, j'ai dû composer avec les multiples lignes de métro qui se dirigent dans différents endroits de la ville. Je trouvais ça compliqué et je me sentais vraiment perdu, car il y a plusieurs stations et différentes lignes qui passent. J'ai demandé plusieurs fois aux gens dans le métro si j'étais dans la bonne direction, puisque je n'étais pas vraiment certain d'être au bon endroit. Les gens étaient très gentils et à chaque fois que je leur demandais mon chemin, ils me répondaient poliment en me disant comment me rendre à ma destination.

Lorsque j'étais à Montréal, je logeais dans la ville de Verdun. Je suis tout de suite tombé en amour avec cette ville. Il y a plusieurs petits restaurants, plusieurs petits commerces et plein de commodités pratiques qui ne sont jamais loin d'où tu es. Dans cette ville, j'ai adoré aller au restaurant le ''New Verdun''. C'est un peu la même chose que le buffet des continents à Québec, mais en plus petit. J'ai souvent mangé à ce restaurant pendant mon séjour à Montréal. Ce qui m'a vraiment marqué dans le menu de ce restaurant, ce

sont les rouleaux de printemps qui sont immensément gros. Je vous le dit, ils ne se mangent pas en deux bouchées comme ici. J'ai aussi mangé du général Tao. Il était excellent ! Il y a aussi une autre chose qui m'a vraiment marqué à Verdun. Il y a encore un « Dunkin Donuts ». J'ai donc pu déguster de bons beignes et un bon café de chez « Dunkin ». J'étais vraiment nostalgique.





FUN PUTT



Il y avait l'équipe: «Les Win» qui ont terminé avec une moyenne de 35,5 et l'équipe gagnante: «Les girls power» composé de Caroline, Josée et moimême qui ont terminé avec une moyenne de 25 points! Merci à tous les participants et on se reprend l'an prochain pour une autre partie enlevante!



Mancy L.





FUN PUTT



Can Stock Photo

Le 8 juillet dernier, malgré la température incertaine que dame nature nous a offerte toute la journée, c'est avec grand plaisirs que moi et quelques autres personnes de Pemi-Lune nous nous sommes rendu au Fun-Putt.





Nous n'étions malheureusement pas très nombreux, mais ce n'est

pas ez qui nous a empêchés d'avoir beaucoup de plaisirs! C'est sous un beau ciel parsemé de quelques nuages (et d'une magnifique lune) et avec notre bonne humeur que nous avons fait les différents trous et jeux bonnis.

Nous étions trois équipes fortes et prêtes à remporter la victoire, mais c'est sous un climat d'amusement plus que de compétition, que nous avons avancé dans la partie. Je vous présente les trois équipes de ce soir-là avec leur pointage. Il y avait l'équipe: «Les Pikachoux» qui ont terminé avec une moyenne de 43.



Escapade à Montréal :---

Par la suite, je suis allé me promener avec des amis sur l'île de Montréal. Nous avons fait une grande marche sur la rue Sainte-Catherine. J'ai remarqué qu'il y a beaucoup de magasins sur cette rue. C'est l'une des rues les plus fréquentées du centre-ville de Montréal. Il y a vraiment beaucoup de gens qui y circulent à pied. C'est impressionnant de voir à quel point cette ville peut contenir un nombre si élevé de population. Je me suis donc promené dans plusieurs magasins et j'ai découvert plein de nouvelles boutiques que je ne connaissais pas. C'était vraiment une belle marche qui m'a permis de me situer dans le centre-ville. Tout en marchant sur cette grande rue, je suis tombé sur le quartier de ''China Town'. J'étais stupéfait de voir à quel point un simple quartier peut nous transporter dans un autre pays. Tout ce qui était écrit dans le village était en chinois. Il y a aussi plusieurs restaurants avec plein de spécialités chinoises. Plus tard dans la journée, je suis passé devant la place des arts. Place où il y a plusieurs artistes et spectacles qui se produisent. Ce qui m'a le plus étonné dans le paysage de la place des arts, c'est la fontaine géante qui se situe en plein milieu de la place. C'était de toute beauté à contempler.

Durant ce voyage, j'ai aussi pu voir plusieurs monuments desquels on parle souvent à la télévision ou dans les médias sociaux. J'ai pu voir le stade Olympique au moins une dizaines de fois et, à chaque fois, j'étais ébahi par la grandeur de ce stade ainsi que par cette fameuse tour que nous pouvons reconnaître de loin dans la ville. Je suis aussi passé devant ou plutôt au-dessus du site du parc d'amusement et de montagnes russes La Ronde. WOW! C'est si grand et les manèges sont si beaux. J'ai aussi vu le stade 'BELL''. Là où l'équipe du Canadien de Montréal jouent. J'ai trouvé cela un peu décevant puisque cela avait l'air d'une bâtisse normale.

Pour conclure le tout, je peux dire que j'ai passé un très beau voyage à Montréal malgré tout. J'ai pu découvrir plusieurs endroits et plusieurs paysages qui ne m'étaient pas familiers. De plus, cela m'a fait du bien de changer d'air et de partir à l'aventure. Si vous avez d'autres conseils à me demander sur la ville de Montréal, n'hésitez pas à venir me voir. Il me fera plaisir de vous en parler et de vous aider.

Yannick P. *Page 13*

Entrevue avec... &

Dans cet article, je vous parlerai de Jade. Jade est venue faire un programme Carrière-Été à Demi-Lune. Laissez-moi vous la faire découvrir.

<u>Josée</u>: Pourquoi as-tu décidé des faire tes études en service social?

<u>Jade</u>: J'ai réalisé que j'aime entrer en contact avec le monde et que j'aimerais pouvoir aider les personnes qui en ont besoin. Le service social me permet cela.

Josée : Qu'est qui t'a amené à faire un programme Carrière-Été à Demi-Lune?

<u>Jade</u>: Cet été, j'avais envie d'un nouveau défi, puisque je n'avais jamais travaillé dans un organisme communautaire. J'ai choisi Demi-Lune parce que lors des Portes-Ouvertes, j'avais apprécié l'ambiance et la diversité de la clientèle.

<u>Josée</u> : On sait que dernièrement tu as fait un voyage en Allemagne, pourquoi avoir choisi ce pays?

<u>Jade</u>: L'Allemagne est un pays avec une lourde histoire qui m'a toujours intéressé. Donc, en me rendant là-bas, j'avais pour objectif d'en apprendre davantage. Je me suis alors rendue à Berlin pour 10 jours et j'ai visité plusieurs sites historiques comme des souterrains et un camp de concentration allemand.

<u>Josée</u> : Qu'as-tu aimé le plus de ton voyage en Allemagne?

<u>Jade</u>: Ce que j'ai le plus aimé dans mon voyage, c'est la rencontre magnifique que j'ai faite. J'ai rencontré 5 personnes avec qui le courant a immédiatement passé. D'ailleurs, je suis encore en contact avec eux. Après les avoir rencontré, mon voyage a été très différent et plus joyeux.

<u>Josée :</u> Qu'as-tu le moins aimé lors de ton voyage en Allemagne?

<u>Jade</u>: Je n'ai pas aimé me perdre dans le métro de Berlin. Une fois, je suis sorti et re-rentré au moins 5 fois. Je n'arrivais pas à trouver où j'étais et la bonne station où sortir. C'était difficile, puisque les métros n'ont pas d'écran et que la voix qui nomme le nom de la station est en allemand.

<u>Josée</u> : Quels sont tes passe-temps?

<u>Jade</u>: Dans mes temps libres, je lis beaucoup de romans. Présentement, je suis rendue au troisième Harry Potter (Prisonnier d'Azkaban). J'aime aussi cuisiner de nouvelles recettes. Je fais aussi du sport lorsque j'ai le temps.

Josée : As-tu des animaux?

<u>Jade</u>: Je n'ai jamais adopté d'animaux. Par contre, ma colocataire a deux adorables petits chats âgés de trois ans. Ils sont frère et sœur. Leurs noms sont Baileys et Inox.

Page 14

Entrevue avec... &

<u>Josée</u> : Comment trouves-tu ça travailler de nuit?

<u>Jade</u>: J'aime bien travailler de nuit. C'est plus difficile certain jour lorsque je ne fais pas de siestes! La dynamique entre les personnes est différente la nuit et cela me plait. En gros, travailler de nuit n'est pas très difficile. Il faut surtout un temps d'adaptation. Par contre, ce n'est pas fait pour tout le monde.

<u>Josée</u>: Qu'est-ce que Demi-Lune a apporté à ta vie cet été? Que retires-tu de cette nouvelle expérience? <u>Jade</u>: Demi-Lune m'a apporté de l'expérience et m'a permis de devenir une meilleure intervenante. L'organisme m'a aussi permis de découvrir ce que j'aime faire et dans quoi j'avais de la difficulté. Je retiens de mon expérience que j'aime faire de l'écoute téléphonique. J'ai aussi découvert que j'étais capable d'animer.

<u>Josée</u>: Quels sont tes mets préférés?

<u>Jade</u>: Mon met préféré est la poutine végétalienne fait maison. C'est le repas le plus réconfortant que je connaisse, même une soupe ou un potage n'ont pas le même effet.

<u>Josée</u>: En tant que future intervenante, qu'aimes-tu le plus de ce métier?

<u>Jade</u>: J'aime le contact humain et personnalisé que l'on peut avoir avec le monde. J'aime aussi la diversité des milieux de travail et la multitude d'interventions que l'on peut faire. J'aime aussi l'authenticité avec laquelle je dois travailler autant envers moi-même qu'envers autrui.

<u>Josée</u>: En tant que future intervenante, que trouves-tu le plus difficile dans ce métier?

<u>Jade</u>: Ce que je trouve le plus difficile, c'est d'être capable de ne porter aucun jugement. En effet, malgré une grande ouverture d'esprit, il est impossible de ne porter aucun jugement. Un défi dans le métier est de savoir imposer ses limites aux autres. Je crois que c'est quelques choses que je dois apprendre et travailler.

Merci Jade pour cette entrevue et bonne continuité pour tes études!

Josée C. Écrit en collaboration avec Jade C.

Page 15