



Concert'Express

Jeudi 28 septembre 2017

Concertation Anjou

6937, avenue Baldwin
Anjou, Montréal
(Québec) H1K 3C6

Tél. : (514) 351-4173

info@concertationanjou.ca
www.concertationanjou.ca



Concertation Anjou

DANS CE
NUMÉRO :

Un déjeuner fort couru!	2
De la belle visite pour les portes ouvertes de l'Agora	2
Mme De Martino se retire provisoirement du conseil d'administration	3
Bienvenue Laurent!	3
Une assemblée électorale citoyenne, ce 11 octobre	3
Une belle plateforme !	3
Mobilisons Montréal vient se présenter à nos membres	4
Le 21 octobre, venez vous amuser avec nous!	4
Papa un jour, papa toujours!	4
Occasion de bénévolat à la Halte spirituelle des Galeries d'Anjou	5
Dates des conférences Triple P à retenir	5
Les nouvelles d'Anjou en Santé	6 - 7

L'équipe :
Daniel, Kheira, Nureyla et Sarah.

Des rendez-vous d'octobre à ne pas rater!

Décidément l'automne continue de nous occuper de belle façon et Concertation Anjou vous lance plusieurs invitations automnales que nous vous détaillerons dans les prochaines pages. Ainsi le dimanche **1er octobre**, on célèbre ensemble la **Journée internationale des aînés** alors que le jeudi **5 octobre**, on vous invite au **Salon des aînés de la Pointe-de-l'Île**.

Le mercredi **11 octobre** se tiendra **l'assemblée citoyenne dans le cadre des élections municipales** alors que le mardi **17 octobre**, on marquera la **Journée internationale pour l'élimination de la pauvreté**. Et pour nous faire plaisir, on vous invite à **une soirée-casino** bénéfice le **21 octobre**. Qui a dit qu'avec les feuilles qui tombent, on se préparait à hiberner?

Dimanche prochain: les aînés d'Anjou célèbrent leur journée!



Le dimanche 1er octobre
de 13 h à 16 h

Journée internationale

A Î N É S

C'est à compter de **13 h ce dimanche 1er octobre** qu'aînés et amis d'Anjou sont conviés au Centre communautaire Anjou pour un bel après-midi de festivités à l'occasion de la Journée internationale des aînés. Art, culture et douceurs sont au rendez-vous. On vous promet de bons desserts d'antan, d'entraînantes chansons de l'Ensemble vocal du SAC, du théâtre, de l'humour, des jeux, des prix de présence et même des bonbons aux patates. Comme dans le temps! Passez nous voir!

Et si vous aimeriez nous donner un coup de main dans l'organisation de la journée, faites-nous signe. On est preneurs!

Tout un Salon des aînés de la Pointe-de-l'Île ce 5 octobre!

Nos bons amis de l'AQDR (Association québécoise des droits des retraités) de la Pointe-de-l'Île (qui couvre donc Anjou) vous invite à participer au **Salon des Aînés de la Pointe-de-l'Île** ce **jeudi 5 octobre de 10 h à 16 h** au Centre récréatif de Rivière-des-Prairies (7650, boul. Maurice-Duplessis). La programmation complète se trouve sur le site <http://aqdr-pointedelile.org>

Faites-vous plaisir et aller profiter de ces dizaines de kiosques et de conférences. Et pensez à amener un voisin avec vous.



Un déjeuner fort couru!

C'est plus d'une **soixantaine de personnes** qui se sont retrouvées ce 14 septembre dernier pour le traditionnel Déjeuner de la Rentrée de Concertation Anjou. Bien installés dans la cour gazonnée de l'Agora Anjou, citoyens, intervenants, élus ont ainsi pu réseauter et discuter allègrement en prenant un bon café. Une occasion de tisser des liens d'autant que près d'une dizaine de participants étaient des "nouveaux".



Une communauté solidaire, c'est une communauté qui se connaît et qui bâtit ses complicités et c'est exactement ce que veulent faire ces Déjeuner-réseautage. Et, à ce niveau, Concertation Anjou a résolument pris le train de la convivialité. Les vieilles chicanes peuvent toujours rester sur le quai: nous on avance avec vous!



De la belle visite pour les portes ouvertes de l'Agora

Les 3 organismes co-locataires de l'Agora Anjou ont uni leurs forces ce 20 septembre dernier pour organiser une activité portes ouvertes à l'intention des riverains et des voisins de la maison. Une soixantaine de personnes ont répondu à notre appel. En plus de connaître les services et activités de la Maison de Jeunes, d'Opération Surveillance Anjou et de Concertation Anjou, les participants ont pu gagner de beaux prix et les sourires étaient nombreux comme le démontrent les photos ci-jointes.

Encore trop de gens ignorent ce qui se fait dans notre bâtisse alors les efforts de promotion sont encore à mener. On prévoit d'ailleurs reprendre la formule l'an prochain avec possiblement un kiosque sur la Place Chaumont pour mieux "attraper" les gens qui y circulent et les convaincre de faire quelques pas vers le nord en direction de l'Agora. Nous gagnons tellement à être découverts!



Mme De Martino se retire provisoirement du conseil d'administration

Mme **Julie De Martino**, vice-présidente du conseil d'administration de Concertation Anjou a informé le Président qu'elle se retirait complètement des délibérations, discussions et rencontres du conseil d'administration de Concertation Anjou jusqu'au 6 novembre prochain. Cette décision est conforme au code d'éthique des administrateurs de Concertation Anjou.

On rappelle que Mme De Martino brigue un siège de conseillère d'arrondissement dans le cadre des élections municipales du 5 novembre prochain.



Bienvenue Laurent!



Un nouveau coéquipier s'est joint à l'équipe d'intervenants jeunesse à Anjou. **Laurent Weill** prend ainsi la relève de Chrislaine Lucien au sein du projet TOXICO présent à l'École secondaire Anjou. Ce projet qui est porté par le YMCA du Québec est partiellement financé par le budget Écoles et milieux en santé (9 000 \$) qui est dévolu à Anjou. Bienvenue parmi nous Laurent!

Une assemblée électorale citoyenne, ce 11 octobre

Notez bien la date du **mercredi 11 octobre** alors que se tiendra au Centre communautaire Anjou l'**assemblée publique de Concertation Anjou dans le cadre de la présente campagne électorale municipale**.

La parole sera prioritairement donnée aux citoyens et citoyennes à cette occasion. Les candidatEs au poste de maire/maresse

d'arrondissement ainsi qu'au poste de conseiller/conseillère de ville y sont conviés.

Les premières confirmations de présences ont été reçues. On vous promet une belle soirée! L'accueil et le café sont à 18 h 30; l'assemblée à 19 h. Pour plus d'information, veuillez composer le **514 351-4173**



Une belle plateforme !

C'est un solide ensemble de **57 actions et mesures** que les **membres de Concertation Anjou** ont mis de l'avant dans le cadre de la présente **campagne électorale**. Adoptée par les membres à l'occasion de la dernière assemblée régulière, cette plateforme veut susciter des discussions, entraîner des débats, favoriser l'action. On aime Anjou et on veut le meilleur pour notre arrondissement!

Cette plateforme a été présentée aux

différents candidatEs. Dans une édition spéciale du Concert'Express de la mi-octobre, nous vous présenterons leurs réactions. D'ici là, vous pouvez retrouver cette plateforme via ce lien <http://concertationanjou.ca/wp-content/uploads/2017/09/Plateforme-%C3%A9lectorale-%C3%A9lections-municipales-Anjou-2017.pdf> ou encore aller sur notre site Internet.

**elections
2017**

Mobilisons Montréal vient se présenter à nos membres



À l'occasion de l'assemblée régulière des membres du 21 septembre dernier, M. **Rachad Lawani**, directeur est venu présenter cette nouvelle dynamique de mobilisation citoyenne qu'est Mobilisons Montréal. Nous vous en parlerons davantage dans le prochain numéro du Concert'Express mais d'ici là, pourquoi ne pas aller fureter du côté de www.mobilisonsmontreal.org. Vous allez voir, cela donne plein de bonnes idées!

Le 21 octobre, venez vous amuser avec nous!

Dans le cadre d'une belle campagne de financement associée à **OSBEQ**, Concertation Anjou vous invite à **une Soirée Casino le samedi 21 octobre** prochain en la salle Ste-Germaine Cousin de Pointe-aux-Trembles. Pour seulement 30 \$ (dont plus de 10 \$ par billet est remis à Concertation Anjou), vous aurez droit à une soirée de jeux et de plaisirs en toute légalité en plus d'aider concrètement notre organisme. Appelez-nous pour commander vos billets.



Papa un jour, papa toujours!



Service d'aide communautaire Anjou inc.



Vous êtes un père? Vous cherchez un endroit pour socialiser? Nos ateliers sont pour vous.

Venez partager vos expériences et compétences. Tout cela dans le plaisir, la valorisation et la découverte.

Pour qui : Les pères et futurs pères **Quand :** lundi 9h30—Jeudi 9h30
Où : La maison de la famille du Sac Anjou (6956 avenue des Ormeaux Anjou, Qc H1K 2X6 (514) 355-4689 infopapa@sacanjou.org



Un mot à la fois

Aventurez-vous à travers

le monde merveilleux des livres.

Lundi 13h30
6956 avenue des Ormeaux
Parents et enfants 0-5 ans



Inscription et information: 514 354.6526

Imaginaire et bricolage seront
à l'honneur pour créer votre livre!

Vendredi 9h30
6956 avenue des Ormeaux
Parents et enfants 0-5 ans



Inscription et information: 514 354.6526



Service d'aide communautaire Anjou

Occasion de bénévolat à la Halte spirituelle des Galeries d'Anjou

Mme **Élisabeth Peres**, citoyenne qui participe régulièrement aux activités de Concertation Anjou est grandement impliquée à la Halte spirituelle des Galeries d'Anjou. Elle nous présente ici ce qu'est la Halte et nous parle de leurs besoins en bénévolat.

Si vous aimez le silence et le recueillement, voici une occasion de partager cet intérêt avec d'autres personnes : joignez-vous à l'équipe de bénévoles qui travaillent à la « Boutique du Silence ».

La Halte spirituelle des Galeries d'Anjou offre aux visiteurs du centre d'achats des choses qu'on ne trouve pas ailleurs, c'est-à-dire :

un lieu calme où se reposer de l'agitation ambiante;
un endroit tranquille où se retrouver seul à seul avec soi-même;
une occasion de contempler plus grand que soi dans la prière et la méditation;
une personne sympathique à qui se confier.

La Halte spirituelle est située au 2^e étage du centre d'achats et est accessible par un ascenseur; son entrée se trouve au milieu de l'allée Sears-Simons; elle est ouverte entre 11 h et 15 h, du lundi au vendredi.

La Halte spirituelle des Galeries d'Anjou est soutenue par l'Église catholique de Montréal.

Si vous souhaitez consacrer quelques heures par semaine à une activité bénévole simple et paisible, mais surtout enrichissante pour vous et vos semblables, venez nous rencontrer. Il nous fera plaisir de faire votre connaissance.

Les responsables de la Halte spirituelle,
Louis Bonneville (450) 665-1884
René Guindon (514) 384-5849

www.haltespirituellegalleriesdanjou.com

Vous pouvez nous suivre sur facebook

Dates des conférences Triple P à retenir!

Conférence sur l'estime de soi 0-12 mois
... dimanche 22 octobre Bibliothèque du Haut-Anjou 9h30-11h00

Conférence Puissance des pratiques parentales positives ... mardi 7 novembre école St-Joseph de 19h00-21h00

Conférence Gestion des émotions ... dimanche 19 novembre Bibliothèque du haut-Anjou 9h30-11h00

Conférence sur l'estime de soi 0-12 mois... jeudi 23 novembre 19h00-21h00 École Des Rosaies

Conférence Gestion des émotions ... mercredi 6 décembre de 19h00-21h00 à l'école Cardinal-léger

Groupe de Formation

Samedi 14 oct- 2 déc. École St-Joseph de 9h00-11h00

Plus d'informations ou dates les parents peuvent contacter **Nancy St-Pierre** au **438 386-3095**. Aucune réservation requise.

LE CARROUSEL
du petit monde d'Anjou
activités parents-enfants 0-5 ans





Anjou en Santé

Chronique de la chargée de projet, Sarah Guilbault

Les acteurs que j'ai croisés depuis mon entrée en poste m'ont introduit à leurs activités et visions des saines habitudes de vie. J'ai rapidement pu observer que la notion d'équilibre est au cœur des intentions angevines et ainsi, les préoccupations partagées sont le moteur des actions collectives qui optimisent notre « vie de quartier ». Il est évident que je n'ai pas encore eu le temps de tous vous rencontrer et que j'ai bien hâte d'en découvrir plus ! En attendant, j'ai déniché ce mois-ci quelques idées ou initiatives intéressantes :

Pour bouger

Exercice

Il y a une petite salle d'exercice au **Carrefour des Femmes d'Anjou**. Les lundis en après-midi il y a un entraînement animé par **Lyne Bordeleau** et pour les autres moments, c'est possible d'utiliser la salle pour s'y entraîner, accompagné d'une amie.



Contactez le Carrefour des femmes pour plus de détails au **514 351-7974**



Pour respirer

Marcher

Assurer un équilibre signifie parfois simplement de prendre du temps pour soi afin de s'aérer l'esprit, ainsi, marcher est un des moyens les plus accessibles et efficace pour libérer nos pensées en bougeant. Un matin, en montant la rue Des Ormeaux, j'ai croisé un groupe de marcheurs qui se rendait au parc Thomas-Chapais. J'ai ainsi découvert qu'il est possible de se constituer des clubs de marche. Voici le lien de Rando Québec à cet effet.

<https://randoquebec.ca/fr/clubs-de-marche?gclid=Cj0KcQjw9afOBRDWARIsAJW4nvwGLxMZni4uN0hpiOl-CImhMZeANgSLDjw7ZHFJn JSuVBwfl0HxH58aAq bEALw wcb>

Donc, si vous avez envie de marcher en groupe, n'hésitez pas créer votre propre groupe ou communiquer avec moi et les organismes du quartier pour en trouver un.



Pour mieux s'alimenter

Cuisines collectives –

Plusieurs organismes offrent des activités de cuisine collective : Cuisiner en groupe c'est toujours plus amusant ! Ce mois-ci, j'ai découvert les cuisines collectives de la Maison de Jeunes et celles du Carrefour des Femmes d'Anjou. Si vous souhaitez plus de détails, n'hésitez pas à communiquer avec les organismes ou moi.

Fines herbes en pot –

Un citoyen que j'ai rencontré aux portes ouvertes de l'Agora me soulignait qu'il cuisinait avec des herbes fraîches car cela lui donnait envie de cuisiner des plats plus santé, surtout en hiver! Il m'a suggéré de débiter la culture de mes fines herbes à l'intérieur, ce que je pense entamer sous peu. Si vous vous y connaissez, n'hésitez pas à me partager quelques-uns de vos trucs et si vous avez envie d'essayer, l'information est facile à trouver sur internet ! Voici donc quelques liens que j'ai trouvés pour débiter :

<http://www.coupdepouce.com/maison/jardinage/article/des-fines-herbes-toute-l-annee>

<http://www.canalvie.com/recettes/savoir-cuisiner/techniques-et-conseils/cultivez-vos-fines-herbes-a-l-interieur-1.780431>

<http://www.canalvie.com/maison/cour-et-jardin/articles-cour-et-jardin/5-fines-herbes-a-cultiver-a-l-interieur-1.1200863>

Sarah Guilbault, chargée de projet Anjou en Santé
anjouensante@concertationanjou.ca



Carrefour jeunesse-emploi
 ANJOU SAINT-JUSTIN

Vous trouverez en pièce jointe les détails de cet atelier.

Mes finances, mes choix

Ateliers d'éducation financière animés par L'ACEF de l'est



BUDGET : Des chiffres qui parlent

Apprendre à utiliser un budget
 Mardi 10 octobre à 10h00

CRÉDIT : C'est dans mon intérêt d'y voir

Comprendre le fonctionnement du crédit
 Mardi 17 octobre à 10h00

MARCHE DU TRAVAIL : Mes droits et responsabilités

Règles, normes, droits et responsabilités des employés/employeurs
 Mercredi 18 octobre à 18h00

SURENDETTEMENT : Des solutions pour s'en sortir

Signes du surendettement et solutions
 Mardi 24 octobre à 10h00

Brunch des Chevaliers de Colomb
conseil 9821 St-Conrad



au profit des organismes suivants




OPÉRATION SURVEILLANCE ANJOU
LA MAISON DE JEUNES LE CHEMIN FAISANT

Dimanche le 1 octobre 2017

On vous y attend entre 9h00 et 12h00

au sous-sol de l'église St-Conrad,
6950 Des Ormeaux (Angle Chaumont), Anjou

Procurez-vous les billets au coût de 7 \$
auprès des organismes ou à l'entrée le jour même

Un bol pour la cause
Achats de financement au profit du Centre Blanc
programme de la C. Anjou

Festival de la soupe

Vendredi 13 octobre
11h30 à 13h
Centre Roger Rousseau
7501, av. Rondeau, Anjou

En collaboration avec la Caisse Desjardins d'Anjou-Tétreaultville

Le festival de la soupe c'est :
12 soupes à volonté
Convivialité
Plaisir
Rencontres
Dégustations
Ambiance festive

Billet au coût de 20,00\$ en vente maintenant au SAC Anjou
6497, avenue Azilda 514 354-4299

MERCI Desjardins
Caisse d'Anjou-Tétreaultville

Fier partenaire de l'Emploievement Anjou



Calendrier des prochaines semaines

- **Manifestation Québec pour un meilleur financement du communautaire**: mercredi 27 septembre
- **Portes ouvertes Cercle des Fermières Anjou** : samedi 30 septembre à 10 h, au Centre communautaire Anjou
- **Brunch des Chevaliers de Colomb** : dimanche 1er octobre à 9h, au sous-sol de l'église St-Conrad
- **Journée internationale des Aînés** : dimanche 1er octobre à 13h, au Centre communautaire Anjou
- **Concertation Jeunesse** : mardi 3 octobre à 13h30, à l'Agora Anjou
- **Concertation Familles** : jeudi 5 octobre à 13h, à l'Agora Anjou
- **Salon des Aînés de la Pointe-de-l'Île**: jeudi 5 octobre de 10h à 16h, au Centre récréatif Rivière des Prairies (7650, Maurice Duplessis)
- **Assemblée électorale citoyenne** : mercredi 11 octobre à 19 h, au Centre Communautaire Anjou
- **Festival de la soupe du SAC Anjou**: vendredi 13 octobre à 11h30, au Centre Roger-Rousseau
- **Journée internationale contre la pauvreté**: mardi 17 octobre

Prochaine parution : 10 octobre

Vous pouvez consulter notre bulletin **Concert 'Express** sur notre site web : www.concertationanjou.ca
Suivez-nous aussi sur Facebook : [Concertation Anjou](#)

Nos partenaires financiers



Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

Québec



AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

