

Volume 18, n° 2, octobre 2017

campus 3



Votre journal l'Étincelle

**196, rue Notre-Dame Gatineau (Québec) J8P 0E6
(819) 663-3305
cag@videotron.ca
www.campus3.ca**

Dans ce document le masculin est utilisé pour désigner également les femmes et les hommes.

Activités socioculturelles

FOIRE ARTISANALE

Samedi 4 novembre 2017 de 9 h à 16 h

Une bonne occasion pour dénicher le cadeau de Noël idéal.

Artisanat, tricot, petites gâteries, tableaux, aquarelles, broderie, meubles, articles de la menuiserie, etc.

Plus de 50 exposants vous attendent.

Bienvenue à tous !

Pour les tables vous pouvez réserver à partir du 25 septembre au 20 octobre à l'accueil du Campus3

MEMBRES : 20 \$/table ou 3 tables/50 \$

3-6 grillages d'exposition 2'x 7'/20 \$

SOUPER DE NOËL

8 décembre 2017

Soirée dansante avec RÉJEAN DESJARDINS

Accueil à 17 h

Souper traditionnel servi dès 18 h

Prix de présence, tirage 50/50 (profits remis à Centraide), bar payant

MEMBRES : 25 \$

NON-MEMBRES : 30 \$

En vente à l'accueil du 13 novembre au 1er décembre 2017

ATTENTION

Le CLUB DE RAQUETTES débutera ses activités dès que les conditions hivernales seront favorables. Aussitôt qu'il y aura de la neige nous chausserons nos raquettes.

En attendant et pour garder la forme, le CLUB invite ses membres à des randonnées pédestres au lac Beauchamp.

Rendez-vous dans le premier stationnement situé à droite sur le chemin du lac tous les mardis à 9:30.

Cette activité est gratuite mais vous devrez vous inscrire à la session d'hiver.

BONNES RANDONNÉES

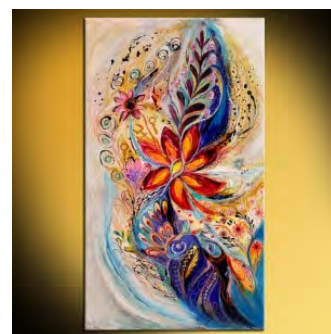
Le Club de raquettes du Campus 3.

FOIRE ARTISANALE DE NOËL

LE SAMEDI 4 NOVEMBRE 2017

De 9 h à 16 h au **campus 3**

196, rue Notre-Dame (anciennement l'église
St-Jean-Marie Vianney)



**Tout est
main!**



fait



à la

**Toiles, cartes de souhaits,
meubles et objets en bois, tricots, produits
naturels et alimentaires, bijoux, etc.**

Plus de 50 artisans vous attendent!

Information : 819-663-3305, poste 200

COMMANDITÉE PAR



— SOIRÉE- BÉNÉFICE VINS ET FROMAGES



Le vendredi 13 octobre de 17:00 - 21:00

17 h Accueil et 19 h Dégustation

Coût du billet : 80 \$

Lieu: CAMPUS3 au 196, rue Notre-Dame, Gatineau

Venez rencontrer Véronique Rivest, maître sommelière de réputation internationale, chroniqueuse vin à La Presse et à Radio-Canada et découvrir les bons vins du monde et les meilleurs fromages du terroir.

Véronique Rivest a remporté plusieurs titres prestigieux sur les scènes nationales et internationales : Meilleur sommelier au Canada en 2006 et 2012. Femme du vin 2007 à Paris. Meilleure sommelier des Amériques en 2012 et lauréate du 2^o rang au Concours du meilleur sommelier au monde à Tokyo en 2013.

Dernièrement, elle a été choisie par Air Canada comme sommelière chargée d'élaborer la carte des meilleurs vins canadiens, d'Europe et d'Amérique en accord avec les mets préparés par le chef David Hawksworth, de Colombie-Britannique qui seront proposés aux passagers à bord des vols d'Air Canada.



Des nouvelles de votre Ville



Bonjour à vous!

En ce début d'octobre, une pensée toute spéciale pour tous les aînés à l'occasion de la Journée internationale des personnes âgées qui est célébrée chaque année le 1^{er} octobre. Cette journée est l'occasion de lutter contre la discrimination envers les personnes âgées et de souligner leur apport à la société. Comme vous le savez, la Ville de Gatineau a souligné cette journée le 17 septembre en organisant le RVZ avec les aînés.

Environ 1 000 personnes ont bravé la chaleur accablante, exceptionnelle pour la mi-septembre. Un grand merci à celles et ceux qui ont participé à cet événement intergénérationnel! Cette année, la conférence sur une communauté intergénérationnelle a été très appréciée des participants. Les kiosques des organismes communautaires, installés sous un chapiteau à la Place de la Cité, ont également reçu de nombreux visiteurs en quête d'information. Les échanges ont été riches et fructueux.

Un nouveau programme de soutien financier visant le développement des communautés est disponible pour les organismes à but non lucratif de la Ville de Gatineau. Les cercles de loisirs aînés peuvent bénéficier de plusieurs subventions dans le cadre de ce programme et les activités de rapprochement intergénérationnel sont également admissibles. Les inscriptions se font via le portail <http://swinternet1.gatineau.ca/CadreSoutien/> et la date limite d'appel de projets est le 10 octobre 2017 à 16h30.

Quelques événements à signaler également au mois d'octobre.... Le dimanche 1^{er} octobre, de 11h à 15h, se sera la Fête des couleurs au Lac Beauchamp. Au rendez-vous : décoration des citrouilles, excursions en rabaska et Zumba en plein air. C'est une belle occasion de découvrir les 15 kilomètres de sentiers de randonnée pédestre du Centre de plein air Hélène Larochelle. Soulignons également le spectacle tant attendu «Cléopâtre», qui aura lieu les 20 et 21 octobre à la salle Odysée, à la Maison de la culture. Cette comédie musicale met en scène la vie de la plus grande reine d'Égypte ainsi que la musique de la chanteuse Lara Fabian. Pour plus de détails, vous pouvez contacter la billetterie au 819 243-2525. Enfin, n'oublions pas les Journées de la culture qui se dérouleront dans plusieurs sites de la Ville de Gatineau du 29 septembre au 1^{er} octobre. Pour la programmation complète, consultez notre site web : www.gatineau.ca.

En vous souhaitant un automne coloré.

Florina Gaborean, agente au programme familles et aînés
819 243-2345, poste 2117



COMMUNIQUÉ POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

SEMAINE QUÉBÉCOISE DES CENTRES COMMUNAUTAIRES POUR ÂÎNÉS

MON CENTRE COMMUNAUTAIRE POUR ÂÎNÉS : UN MILIEU DE VIE À MON IMAGE!



Montréal, le jeudi 28 septembre 2017 – Créés par, pour et avec les aînés, les centres communautaires pour aînés sont à l'image des gens qui s'y impliquent : inspirants, dynamiques et bienveillants!

À l'occasion de la Semaine québécoise des centres communautaires pour aînés, qui se déroule du 1^{er} au 7 octobre 2017, plus de soixante (60) organismes dans quatorze (14) régions du Québec uniront leur voix pour faire rayonner leurs actions qui contribuent principalement à promouvoir une image positive des aînés, favoriser leur participation sociale et aider à maintenir leur autonomie physique et intellectuelle.

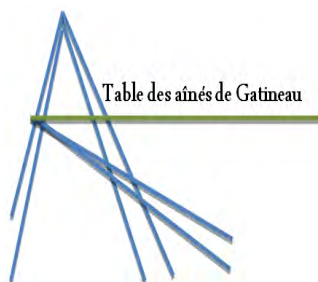
« Les centres communautaires pour aînés sont à l'image des aînés qui les fréquentent. Ce sont eux qui sont à l'origine de bons nombres de services et d'activités mis en place selon leurs besoins et talents! » mentionne monsieur André Guérard, directeur général de l'Association québécoise des centres communautaires pour aînés.

Ainsi, les centres communautaires pour aînés laissent place aux nombreuses connaissances, habiletés et compétences des aînés. Ils encouragent leur implication sociale afin de concrétiser leurs aspirations et ce, dans le but d'améliorer leur qualité de vie tout en brisant leur isolement et en favoriser leur maintien dans la communauté.

Du 1^{er} au 7 octobre 2017, soyez curieux et aller à la découverte du centre communautaire pour aînés de votre communauté. Vous y rencontrerez des gens sympathiques aux mille intérêts qui pourront assurément répondre à un de vos besoins ou encore, à celui d'un de vos proches. Vous trouverez le centre communautaire pour aînés le plus près de chez-vous en consultant le répertoire des membres sur le site Internet de l'AQCCA à l'adresse suivante www.aqcca.org.

L'Association québécoise des centres communautaires pour aînés (AQCCA) est un organisme sans but lucratif regroupant soixante (60) organismes qui lui sont affiliés rejoignant plus de 75 000 aînés situés dans 14 régions du Québec. Elle est l'unique regroupement de ce genre au Québec et assume ainsi un rôle important de soutien et de promotion pour ses membres.

Personne contact :
André Guérard
Directeur général
Association québécoise des centres communautaires pour aînés
438 386-9944 poste 105
1 844 672-7222 poste 105
514 912-7840
direction@aqcca.org
www.aqcca.org



Projet «Entoure-toit»

Une initiative de la Table des aînés de Gatineau

Financée par :

Le programme *Québec ami des aînés* du gouvernement québécois

La Ville de Gatineau

Nous sommes à la recherche de bénévoles!

Entoure-toit, c'est un projet qui permet d'effectuer des visites du milieu de vie des personnes âgées afin d'en évaluer l'aspect sécuritaire.

Entoure-toit, c'est également la remise d'une «trousse de sécurité» composée d'articles de sécurité primaires tels une lampe de poche, un détecteur de fumée, des piles, etc. ainsi que des feuillets d'information sur les ressources et les activités du territoire à la disposition des personnes âgées.

Entoure-toit, c'est surtout le moyen qui permettra aux personnes âgées de rester chez elles plus longtemps, et ce dans la meilleure sécurité qui soit.

SES OBJECTIFS :

Améliorer la connaissance sur la sécurité des personnes âgées, au moyen des informations fournies dans la *Trousse Entoure-toit* concernant différentes causes de blessures accidentelles : chutes, incendies, médicaments, empoisonnements, violence et sécurité routière;

Augmenter la prise de conscience des risques de blessures accidentelles spécifiques à l'âge des personnes âgées;

Promouvoir les actions correctives à ces risques;

Assurer la vérification et le suivi des corrections suggérées lors de la première visite;

Faire la promotion de milieux de vie sécuritaires pour les aînés.

La Table des aînés de Gatineau est à la recherche de bénévoles qui épauleront l'équipe dans la conduite des visites de personnes âgées et de leur logement.

Les visites débuteront en octobre 2017.

Vous souhaitez vous joindre à cette importante initiative ?

Pierre Gendron

819-771-6576, poste 201

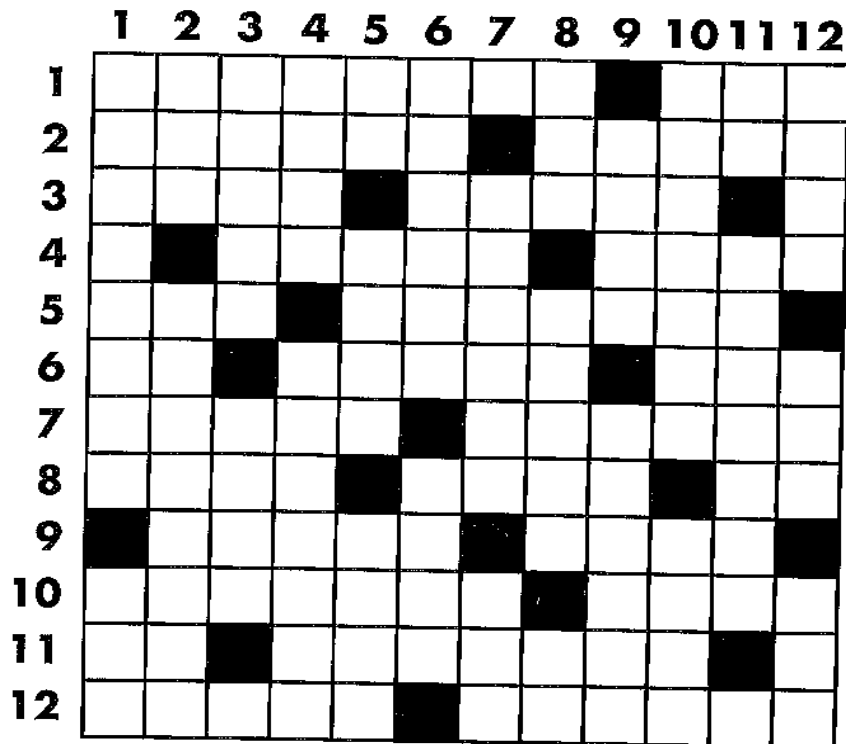
MOMENT DE DÉTENTE

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



MOMENT DE DÉTENTE

Jeu 339 MOTS CROISÉS



☐ Horizontalement ☐

1. Jeune bovin — Vaste étendue d'eau salée.
2. Marquer de traits — Verbale.
3. Rivière de Suisse — Démanteler.
4. Envol — Tête de rocher.
5. Tendu — Cloportes d'eau douce.
6. Sert à lier — Poinçon servant à percer le cuir — Terme de tennis.
7. Singe d'Amérique — Glaçure.
8. Vase — Hosto — Largeur d'une étoffe.
9. Cheminées — Semblable.
10. Petits fragments — Chose agréable.
11. Astute — Inexact.
12. Dép. de la Région Rhône-Alpes — Narine de certains animaux.

☐ Verticalement ☐

1. Mammifère carnivore — Mois.
2. Aber — Charmes.
3. Personnes voraces — Greffon.
4. Pronom indéfini (pl.) — Avertir.
5. Ferrure — Immonde — Type.
6. Mouille — Tenter.
7. Anciens amphithéâtres romains — Adjectif possessif.
8. Partie du corps de l'homme — Lambine — Sodium.
9. Véritable — Croyances.
10. Pièce d'horlogerie — Souple.
11. Article espagnol — Balance.
12. Réactionnaire — Saison — Unité monétaire roumaine.



LES TRICOTEUSES DU CAMPUS 3

Bonjour Octobre! Depuis la rentrée, notre groupe a eu le plaisir d'accueillir plusieurs nouvelles tricoteuses; encore un chaleureux bienvenu!!! Prenez votre place... Posez des questions... Un conseil de vos nouvelles amies: il est normal de tout recommencer à la maison le travail accompli les mardis matins... Les anecdotes des mamies, les rires, etc. interfèrent «un peu» avec la concentration... C'est comme ça! Et tant mieux!!!

Et maintenant un peu d'histoire. Il y a au Québec un groupe de tricoteuses qui tricotent à l'ancienne. Leur mission est: "Faire revivre d'anciennes machines à tricoter de type circulaire. Sauvegardons et restaurons ces tricoteuses qui dorment encore de nos jours au fond de nos greniers. Ayons une bonne pensée pour toutes ces femmes et familles d'autrefois qui les ont utilisées, entre autres comme gagne-pain..." Pour plus d'information <https://tricoteusesantiquesquebec.wordpress.com/>



Saviez-vous que..

Vous êtes mariées à une tricoteuse
«sérieuse» lorsque vous trouvez un/des
bout(s) de laine dans votre lit!

Au plaisir de vous voir!

Le :G♯haeur du Temps

À la chorale, l'automne est réservé pour la pratique de chants de Noël en vue de notre concert de décembre.

Mais pour qui chanter Noël?

Plusieurs diront que Noël n'est plus qu'une fête commerciale. La nostalgie des Noëls d'antan vient hanter les plus romantiques.

D'autres se désolent en voyant les perrons d'églises, autrefois rayonnants de rires contagieux et de franches accolades après la messe de minuit, maintenant désertés rapidement par des individus pressés de rentrer chez eux.

Certains sentent qu'il faut faire semblant d'être heureux à Noël pour ne pas diluer la magie des autres. La solitude et la maladie pèsent encore plus lourd en ce temps de rassemblements et de festivités.

Les sans-abris se sentent encore plus transis à la vue des maisons illuminées toute la nuit où la chaleur semble si réconfortante.

Les gens démunis auront vite fait d'avaler les quelques miettes sur leurs tables dénudées. Leurs enfants emprunteront les récits des autres pour mettre un peu de magie dans leur nuit de Noël. La pauvreté est encore plus criante à Noël.

Les guerres et les exils creusent une tranchée profonde dans le cœur des combattants et des exilés séparés de leurs familles et de leur pays.

Alors, pourquoi chanter Noël?

Parce que le chant est la musique de l'âme. Il s'offre à tout le monde...

Quoi qu'on en pense, les chants de Noël renouvellent leur message d'année en année. Ils font vibrer en nous des cordes différentes selon ce que nous avons vécu depuis les douze derniers mois. Ils résonnent autrement, mais ils parviennent souvent à réconforter l'âme...

Certains chants de Noël, véritables tableaux d'artistes, font grand bien à qui a le goût de laisser défiler dans sa tête les images de son enfance.

Et que dire des chants de Noël traditionnels qui attisent l'entrain et la gaieté et font danser et fredonner ceux et celles qui se rencontrent pour festoyer?

Les chants de Noël à travers le monde sont des particules d'humanité qu'il fait bon partager. À titre d'exemple, profitons du témoignage d'un soldat présent dans les tranchées en 1914, lors de la Première Guerre mondiale, pendant la nuit de Noël. Il dit avoir ressenti un scintillement de fraternité et de paix lorsque les soldats britanniques et allemands se sont levés dans leurs tranchées respectives pour entonner « Sainte Nuit ».

Ô Nuit de paix! Dans le ciel l'astre luit. Ô Nuit de foi! Ô Nuit d'amour! Ô Nuit d'espoir! L'espérance a relui...

Ouvrir juste un peu la porte de son cœur. Écouter... Chanter... Se laisser bercer... Profiter du moment... Rétablir le courant de lumière. Le temps d'un chant de Noël...

***"Un chant de joie, chant d'amour, de tendresse
Soudain surgissent des confins de la terre en remous.
La paix naît au Cœur des humains qui chantent avec nous :
Que la paix soit sur le monde pour les cent mille ans qui viennent
Donnez-nous mille colombes à tous les soleils levants.
Donnez-nous mille colombes et des milliers d'hirondelles!
Faites, un jour, que tous les hommes redeviennent des enfants."
Voilà pourquoi nous chantons Noël!***

Marie-Marthe Champagne Astrologue



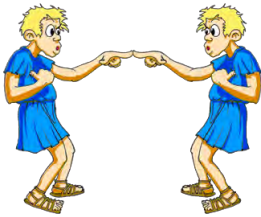
Bélier

On sent un climat de confusion, prenez soin de votre santé. Si vous gardez la tête froide vous passerez à travers. Le cœur a des raisons d'aimer mais aucune de détester.



Taureau

Ne cherchez pas à tout contrôler ce n'est pas possible. Quand on est jeune, les années passent lentement, en vieillissant, elles passent en courant.



Gémeau

Vous savez que le temps est votre allier. Vous menez vos projets à terme. La jeunesse c'est merveilleux mais on le sait que quand on est plus vieux.



Cancer

Des changements s'imposent, mais vous n'osez pas, soyez à l'écoute cela viendra. La vie est un beau chemin où l'on avance sans savoir où en est la fin.



Lion

Vous semblez sur vos gardes et cela nuit à votre vie sociale. On aurait aimé rester jeune, pour croire aux fées et au prince charmant.



Vierge

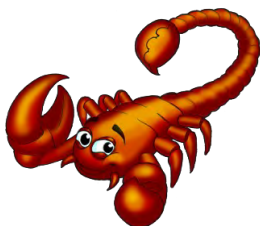
Vous avez de bonnes idées mais vous allez dans toutes les directions. Faites attention à votre santé, c'est le plus beau trésor que vous avez.

HOROSCOPE (SUITE)



Balance

Votre souplesse et votre ingéniosité vous permettront de régler ce qui cloche. Belles rencontres. La vie n'est pas ailleurs elle est là. Vivante dans la palpitation du présent dans l'élan du moment.



Scorpion

Vous prenez la vie du bon côté et ça vous sert. Vous avez du flair en affaire. Il faut des oreilles pour voir ce que les yeux entendent et rien ne peut remplacer l'écoute d'une main.



Sagittaire

Vous êtes perfectionniste et les résultats sont éloquents. Ne soyez pas naïf en affaires. L'avenir est un présent à venir où l'on devra, comme maintenant, saisir l'instant qui passe.



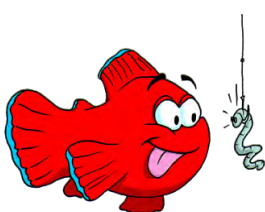
Capricorne

Tout va bien pour vous mais la nouvelle lune rend tout le monde nerveux autour de vous. L'existence ? Il faut bien reconnaître avec émerveillement, la vie a ses dignités, ses plaisirs et ses joies. On atteint la perfection inespérée d'une existence pleine.



Verseau

Vous êtes en pleine possessions de vos moyens. Vous arrivez à régler les problèmes. On peut longtemps pleurer sur son sort, mais on doit un jour l'accepter et faire tous les efforts pour en tirer le meilleur.



Poisson

Vous savez vous adaptez aux circonstances et vous faites preuve d'une grande ingéniosité. Dites oui à la vie et agissez en conséquence, faites l'effort de surmonter la difficulté de vivre, pour jouir d'un bonheur vaillant.



L'ATELIER DE MENUISERIE

Marquez vos agendas! **Campus3 tiendra sa Foire artisanale de Noël le 4 novembre** et la menuiserie est de la partie. Comme chaque année, vous pourrez vous procurer des belles pièces de bois faites à la main par nos artisans. Par la même occasion, profitez-en pour visiter notre salle d'exposition qui est remplie d'idées cadeaux à prix très raisonnable. Je tiens à vous rappeler que nous prenons des commandes spéciales selon vos plans.

Les tirages de la menuiserie sont toujours couronnés de succès. Il nous fait donc plaisir de vous offrir le très populaire **BANC DE QUÊTEUX** qui s'agence à tous les styles de décors. N'oubliez pas de vous procurer vos billets à la menuiserie ou à l'accueil de Campus3. Le **tirage** aura lieu lors du souper de Noël du Campus3, le **8 décembre prochain**. Les billets sont : 1\$ chacun, 3 pour 2\$ et 9 pour 5\$.

Vous pouvez vous procurer des retailles de bois pour vos foyers. La menuiserie se fera un plaisir de vous offrir des sacs bien remplis pour seulement 3 \$ par sac.

Venez rencontrer le responsable Gérard Charbonneau, il se fera un plaisir de vous informer.



SOLUTIONS DES JEUX DES PAGES 8 ET 9

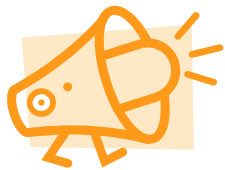


Jeu 339

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	B	R	O	U	T	A	R	D		M	E	R
2	L	I	G	N	E	R		O	R	A	L	E
3	A	A	R	E		R	A	S	E	R		A
4	I		E	S	S	O	R		E	T	O	C
5	R	A	S		A	S	E	L	L	E	S	
6	E	T		A	L	E	N	E		A	C	E
7	A	T	E	L	E		E	N	D	U	I	T
8	U	R	N	E		O	S	T	O		L	E
9		A	T	R	E	S		E	G	A	L	
10	M	I	E	T	T	E	S		M	I	E	L
11	A	T		E	R	R	O	N	E	S		E
12	I	S	E	R	E		N	A	S	E	A	U

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





LES PETITES ANNONCES



DONS DE NYLON, LAINE ET PHENTEX RECHERCHÉS

Pour permettre aux tricoteuses de poursuivre leur excellent travail toute l'année !

Venez voir leurs magnifiques tricots à l'accueil du Campus 3
Plein de bonnes idées cadeaux !

Réservations fudge ou sucre à la crème

Francine Giroux : (819) 439-6731

Service de transport et d'accompagnement.

Amène directement à la porte.

Prêt à attendre pendant votre rendez-vous.

Pourrais monter vos commissions chez-vous.

Jean-Pierre Chabot (613) 606-4838

BELLES PLANTES EN SANTÉ :

POTHOS & SCHEFFLERAS.

Beaux cadeaux en tout temps. Pots, céramique ou plastique, diverses grandeurs.

Prix variants entre 10 \$ et 25 \$.

Contactez Nicole au (819) 246-5325

Meuble en bois d'érable pour télévision 24
pouces.

Prix à discuter

(819) 931-4108

Demander Louise

RAPPEL DES ACTIVITÉS DU MOIS D'OCTOBRE 2017

1 au 7	Semaine québécoise des Centres communautaires pour aînés
9	Le Centre sera fermé
13	Vin et fromages avec Véronique Rivet
4 novembre	Foire artisanale de Noël du Campus3