

La MAISONNÉE

Journal de la Maison de la famille de la MRC de L'Islet



maison
DE LA FAMILLE
de la MRC de L'Islet

Pleins feux sur :

Enfin un journal pour
vous ! ----- 1

À nos Petits Bedons ! --- 1

Demander de l'aide,
oui mais... ----- 2

Les haltes-garderies, un
franc succès ! ----- 2

Dîner reconnaissance du
20 Juin 2014 ----- 3

Un nouveau logo pour la
MdF ! ----- 3

A propos de notre
organisme----- 4

Enfin un journal pour vous!

Il y a déjà quelques temps que l'idée d'offrir un petit journal aux membres de la Maison de la Famille planait dans l'air. Pour nous, en cette belle saison, c'est une occasion de plus « d'ouvrir nos fenêtres », question d'être encore plus transparents envers vous, nos membres ! Le but du journal est de vous tenir au courant de ce que nous projetons pour l'avenir, de ce qui survient à l'intérieur de notre organisme, de nos

activités et services, de vous donner des trucs et outils utiles en lien avec le mieux-être des familles et des personnes seules. Nous voulons aussi faire participer les employées et toutes personnes impliquées de près dans le bien-être de la Maison de la Famille. Si vous avez des idées d'articles, des propositions de sujets intéressants qui pourraient être développés ici, n'hésitez pas à me contacter. Le journal sortira 3 ou 4 fois par

année!

En espérant que ce journal vous sera utile et que vous aimerez votre lecture ! Pour me joindre à propos du journal :

Ariane Lacasse,
intervenante MdF et
responsable du Dépano-
Meubles :

arilacasse@gmail.com

418-710-0274 (cellulaire
professionnel)

À NOS « PETITS BEDONS »!

Madame Cuisine, vous connaissez ? C'est avec plaisir que j'ai pris la relève de la batterie mobile « Cuisinons entre petits bedons » en février dernier. Depuis, je roule des sushis, des rouleaux de printemps et même de la lasagne! Blague à part, mon auto aussi roule beaucoup!

C'est avec fierté que je parcoure les nombreux kilomètres qui séparent les 11 écoles de la MRC de L'Islet, afin de propager de saines habitudes alimentaires et la découverte de nouveaux aliments.

Dans chacune des écoles c'est plus du tiers des enfants qui participent aux ateliers. Ainsi, petits et grands enfants ont la chance de partager de bonnes habitudes de vie avec leurs amis et famille puisqu'ils rentrent à la maison avec les recettes.

Parfois, on oublie à quel point c'est facile et peu coûteux de préparer nous-mêmes une soupe poulet et nouilles, un pouding, une pizza, des barres tendres ou une salade César maison ! En plus d'être nourrissantes et économiques ces recettes sont aimées des enfants,

car en les cuisinant eux-mêmes, ils se les approprient! La réputation grandissante des ateliers a fait que cet été, Madame Cuisine sera au Camp Trois-Saumons !

Bon été à tous et au plaisir de se voir!

*Jessee-Ève Vaillancourt,
animatrice-chargée de
projet pour les ateliers de
cuisine « Cuisinons entre
petits bedons »*



"On ne juge pas une personne sur le nombre de fois qu'elle tombe, mais sur le nombre de fois qu'elle se relève."

Un parent : « Je trouve que ma fille se développe plus rapidement depuis qu'elle va aux répits; elle a appris à mettre toute seule ses vêtements d'hiver et à faire des casse-tête! »



Demander de l'aide...MOI?!

Voici le témoignage d'une mère monoparentale que je nommerai madame X : « Personnellement, j'ai peur de demander de l'aide parce que je ne veux déranger personne. J'aurais l'impression de prendre à quelqu'un qui en aurait plus besoin que moi! Souvent, je me prive pour mon enfant; elle aura toujours de la nourriture sur la table, quitte à ne pas manger moi-même! »

Le fait de laisser passer tout le monde avant soi et de croire que pour demander de l'aide il faut avoir touché le fond du baril, est une pensée qu'il serait bien de tenter de changer. Comme dit le proverbe : « charité bien ordonnée commence par soi-même »

Madame X continue en disant : « J'ai l'impression que si je demande de l'aide, c'est comme si j'avais échoué dans mon

rôle, échoué une partie de ma vie. Une personne, un jour, m'a dit : « C'est de ta faute ce qui t'arrive, tu n'avais qu'à ne pas te séparer. »

Les personnes autour de nous ont chacune leur manière de voir les choses et, parfois, ils ne comprennent pas tous les enjeux et ils n'ont pas toutes les cartes en mains lorsqu'ils expriment leurs pensées.

« Aimer signifie écouter sans conditions les besoins et apprécier la valeur de l'autre sans préjugés. »

Lorsqu'une personne aurait besoin d'aide mais s'obstine à rester seule avec son problème, une détresse psychologique peut survenir et à ce moment, les risques sont plus grands de voir apparaître un problème de

santé mentale comme la dépression ou l'anxiété, par exemple.

Comme nous soignons nos blessures physiques, prenons le temps d'accorder aussi un peu d'attention à nos pensées et à nos états d'âmes.

La maison de la famille offre un service d'accueil et d'écoute ainsi qu'un service de dépannage alimentaire.

N'attendez pas d'avoir touché le fond pour venir nous voir!

Les haltes-garderies de la Maison de la Famille, un **franc succès!**

Dernièrement, nous avons demandé aux parents des enfants qui fréquentent les haltes-garderies de la maison de la famille comment ils trouvent les services offerts ? Les résultats ont tous été très positifs! 100% des parents conseillent le répit pour tous les parents. Les deux animatrices, Catherine

Langlois et Raymonde Bourgault, savent amuser vos petits de 18 mois à 5 ans ! Elles leur font vivre des activités instructives et originales ! Visite des pompiers, des policiers, d'une hygiéniste dentaire, visite de la bibliothèque sont des exemples pour la partie « instructive ». Pour la partie « amusante et

originale », c'est une foule d'idées de bricolages, de chansons, et de jeux extérieurs qui font en sorte que les enfants reviennent à la maison avec des souvenirs impérissables !

Merci aux éducatrices et bravo !

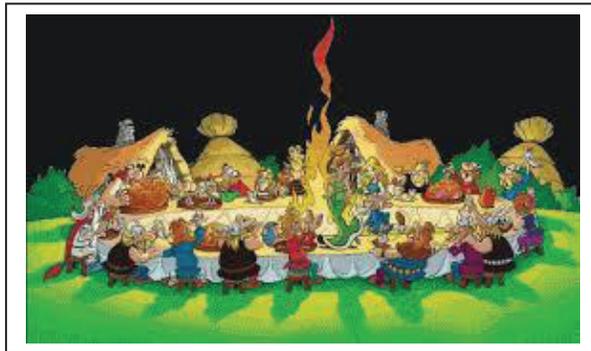
Dîner reconnaissance du 20 Juin 2014

Afin de souligner l'excellent travail des employés, bénévoles réguliers et membres du conseil d'administration, un dîner au restaurant Porto Bellissimo de St-Jean-Port-Joli aura lieu le vendredi, 20 Juin, à 12h30 !

Ce sera l'occasion idéale d'enfin tous se réunir pour partager un moment agréable et se récompenser en détentes, rires et avec un excellent repas avant de se quitter pour la saison estivale car tous les services prennent une pause, sauf le Dépano et les dépannages !

Quelques surprises seront au programme !

À très bientôt !



Un nouveau « look » pour la MdF!

C'est avec une grande fierté et une joyeuse fébrilité que nous vous présentons la nouvelle image de la *Maison de la Famille*! Il y a quelques temps déjà que l'idée d'un rafraîchissement se faisait sentir. Nous voulions que l'image soit claire et se décote bien de loin, qu'elle soit petite ou grande, en noir et blanc, ou en couleur!

Le "coup d'œil général" est rafraîchissant et sympathique.

Les idées évoquées à travers le logo sont l'entraide, l'enfance et un sentiment de protection propre au mandat général de la *Maison de la Famille*. En tant qu'organisme de charité, l'aide aux personnes en difficulté est notre premier

mandat. Le type d'aide que nous apportons à toutes ces personnes est vaste et le logo ne met l'emphase sur aucun type spécifique, ce qui laisse une grande ouverture.

Un **grand MERCI** à Cyril Berthou, graphiste, pour la conception de ce magnifique logo!



« Les idées évoquées à travers le logo sont l'entraide, l'enfance et un sentiment de protection propre au mandat général de la *Maison de la Famille*. »



LA MAISON DE LA FAMILLE DE LA MRC DE L'ISLET

Siège social :

Centre communautaire
Noël Anctil
21, rue Principale
Saint-Pamphile
Téléphone : 418-356-3737
Télécopieur : 418-356-3112

Autre point de service :

77-B, avenue de Gaspé Est
Saint-Jean-Port-Joli
Téléphone : 418-598-2012
Télécopieur : 418-356-3112

Nous sommes sur le
Web !

Retrouvez-nous, à l'adresse :

www.maisonfamillemrclislet.com/

Impression:
Gracieuseté de *Impressions Soleil*
www.lesimpressionssoleil.com

MAISON DE LA FAMILLE

de la MRC de L'Islet

À propos de *Votre organisme !*

La *Maison de la Famille de la MRC de L'Islet* est un organisme démocratique et à but non lucratif. Sa mission principale est :

« Promouvoir le mieux-être des familles, couples et individus en mettant à leur disposition des programmes et des activités qui les soutiennent dans leurs tâches, leur développement et leurs responsabilités. »

Les familles défavorisées du territoire composent sa clientèle principale et la *MdF* est reconnue comme organisme de charité.

À quelques jours seulement de la fermeture estivale de la majorité des services de la MdF, je tiens à remercier sincèrement les membres du conseil d'administration pour leur soutien, leur implication et leur disponibilité, mes collègues de travail pour leur bonne humeur, leur enthousiasme, leur compréhension et leur confiance en moi et les nombreux bénévoles qui donnent de leur temps pour une cause qui leur tient à cœur. Merci à tous, vous êtes une équipe extraordinaire qui fait de la Maison de la Famille de la MRC de L'Islet, un organisme dynamique, présent dans le milieu et apprécié de la population! MERCI!

Isabelle Bourgault, coordonnatrice