



Vers l'Autonomie

Hiver 2009

LE CENTRE DE RESSOURCE VIE AUTONOME
RÉGION PÉNINSULE ACADIENNE INC.



**Super
Rallye
Tropical**

**Centre
Communautaire
de Benoit
13 février**

**Au profit des
personnes
handicapées
de la
Péninsule
acadienne!**

**Inscriptions :
19:45 à 21:00
Coût : 30,00\$
par équipe
(6 pers. max.)**

Dans ce numéro :

Rallye	1
Mot de la directrice	2
Mot du président	3
Web pour tous	4
Conseillers à l'emploi	5
Noël au CRVA-PA	6
Un peu de tout	7
Page détente	8

Courriels :

- Émilie Haché, Directrice
crvapa.eh@nb.aibn.com
- Patrice Ferron, Conseiller à
l'emploi et à la formation
crvapa.pf@nb.aibn.com
- Karen Lanteigne, Conseillère à
l'emploi et à la formation
crvapa.kl@nb.aibn.com
- Rachel Savoie, Comptabilité
crvapa.rs@nb.aibn.com
- Julie Haché, Coordinatrice en
Alimentation
crvapa.jh@nb.aibn.com
- Émilie Godin, Animatrice Web
pour tous crva-
pa@nb.aibn.com

Prix à gagner et jeux intéressants— Cantine sur place

Pour plus d'information, veuillez joindre Emilie Godin au 336-1300

Mot de la directrice



Émilie Haché
Directrice

En ce début d'année, le Conseil d'administration et le personnel se joignent à moi pour vous souhaiter une Bonne et Heureuse Année 2009. Que vos rêves les plus chers se réalisent!

Même si on est en février, je tiens à vous remercier de votre présence au Souper de Noël qui fut un succès grâce à votre présence. Il faudrait surtout remercier le pilier de cette activité soit Jean-Marc Savoie de St-Simon à qui nous disons un GROS MERCI de la part de tous les membres!

Tout d'abord, dans ce bulletin, j'aimerais vous inviter à participer au Rallye Tropical le 13 février prochain étant donné que c'est une levée de fonds afin de faire l'achat d'ordinateurs pour les membres au Centre.

Comme vous savez, Emilie Godin est toujours présente pour donner un coup de main aux membres qui désirent apprendre l'informatique. Cette année, une nouvelle technologie, soit la « reconnaissance vocale », est très innovatrice et intéressante. Donnez un coup de fil à Émilie au 336-1300.

Sans oublier nos conseillers à l'emploi et à la formation qui sont à votre disposition afin de vous aider dans votre recherche d'emploi ou un retour aux études. N'hésitez pas à passer rencontrer Patrice ou Karen.

Il y a également le projet en Alimentation avec Julie qui continue sa route. De belles activités éducatives ont été organisées mêlées de petites surprises. Julie partage régulièrement ses trucs santé avec vous dans les bulletins, car la santé des membres nous tient à cœur.

Soyez assurés que nous continuons à travailler fort à l'avancement du mouvement de la Vie autonome dans la Péninsule acadienne et en espérant que l'hiver 2009 soit, pour vous et votre famille, sécuritaire et pas trop froid!



Profil: François Lanteigne, administrateur du CA



Originaire de Haut-Lamèque, François habite toujours son petit coin de pays. François est présentement employé au Ministère des Transports comme opérateur de chasse-neige et occasionnellement pour Trans Provincial de Lamèque.

Il est membre de l'APHPA pendant plus de 10 ans, bénévole pendant la Neuvaine de la Sainte-Anne et administrateur au Conseil d'administration du CRVA-PA depuis son ouverture.

François aime faire du bénévolat, participe annuellement à l'opération Nez Rouge et il est fier de faire partie du Conseil d'administration du CRVA-PA.

Mot du président, Arisma Losier



Arisma Losier

Président

« Se libérer du regard de l'autre »

Nous sommes en février après un long de mois janvier rigoureux avec ses vagues de froid et ses tempêtes. Malgré ses intempéries, l'hiver fera place aux printemps, aux perce-neiges, aux jonquilles et aux tulipes. *Au bout de l'hiver..., il y a le printemps!*

Mon propos en ce début de l'année 2009, portera d'abord sur le bilan de la première année de fonctionnement par rapport à notre planification stratégique. Je préciserai, par la suite, le titre de mon message : « Se libérer du regard de l'autre ».

On peut dire que la planification stratégique est une planification générale facilitant la bonne gestion d'un processus et permettant de répondre, entre autres, aux deux questions suivantes : Quelle différence essayons-nous de faire? À quoi devrions-nous allouer nos ressources? Quelles devraient être nos priorités. Après une année de fonctionnement avec notre Plan stratégique 2008-2012, il s'agissait d'utiliser la planification 2008 comme activité d'évaluation du travail accompli. Je veux féliciter notre directrice, Émilie Haché, d'avoir organisé cette soirée « remue-méninges » du 3 février, avec les membres du comité du plan stratégique, le Conseil d'administration et le personnel du CRVA-PA, afin de vérifier dans quelle mesure cette première étape du plan va nous permettre d'atteindre la cible de notre vision 2012. Je tiens aussi à remercier Vie Autonome Canada qui, reconnaissant la valeur de notre Plan stratégique, en a fait la traduction récemment afin de partager sa thématique et ses axes stratégiques de développement avec l'ensemble des centres Vie autonome du Canada.

Je termine avec le texte d'Alexandre Jollien, intitulé, *Un autre regard sur le handicap*. Le thème développé concerne les jugements qui nous constituent : « Mon parcours de personne handicapée physique m'a appris que nous sommes constitués par le regard de l'autre ». Il nous invite d'abord à nous libérer du regard de l'autre : « *Ne te laisse pas déterminer par le regard de l'autre* ». Soulignant le besoin de l'autre pour se construire, il nous invite, en terminant son texte, à faire d'abord un travail sur soi : « C'est clair que je me construis grâce à l'autre. On ne choisit pas de prendre ça d'une personne, mais on se laisse imprégner par l'autre. *Il faut se dépouiller face au jugement*. Je pense que pour se laisser imprégner par l'autre, il faut réaliser un travail sur soi. Ce n'est pas en allant vers l'autre pour essayer de combler un manque, qu'on va édifier le soi, mais c'est en allant vers l'autre avec le plus de liberté possible et le moins de préjugés possibles que l'on va se laisser surprendre et recréer par l'autre. *Attache-toi à distinguer ce qui dépend de toi de ce qui ne dépend pas de toi*. Je n'accepte pas, clairement, mais je fais la distinction entre ce qui dépend de moi de ce qui ne dépend pas de moi. Et ce qui dépend de moi, *c'est le regard que je porte sur moi-même* »

Une nouvelle année vient de commencer qui s'ouvre sur le grand livre de la vie. Puissiez-vous y écrire les plus belles pages de votre vie en cette année 2009, en peignant d'abord sur la toile blanche de cet hiver le tableau de vos plus beaux rêves!

Concours: « Connaissez-vous votre Centre? »

Le CRVA-PA vous offre la chance de gagner un montant de 20\$.

Le tirage aura lieu le 27 février 2009.

Question à répondre pour participer au concours:

Qui est l'animatrice pour le Web pour tous au CRVA-PA?

Réponse: _____

Nom: _____

Adresse: _____

Tél: _____

Envoyer à : Concours- Connaissez-vous votre Centre?
CRVA-PA
183-B, boul. J.-D. Gauthier
Shippagan, (N.-B.) E8S 1M8

Initiative Web pour tous 2008-2009

Emilie Godin
Animatrice Web pour tous



Le Centre de Ressource Vie Autonome de la Péninsule Acadienne (CRVA-PA) et la Collectivité ingénieuse de la Péninsule acadienne (CIPA) sont fiers d'annoncer leur partenariat visant à rendre plus accessibles les nouvelles technologies de l'information et des communications dans la communauté.

L'Initiative Web pour tous offre un ensemble de technologies adaptées qui inclut des logiciels, applications et périphériques spécialisés et visant à fournir aux personnes handicapées, âgées et/ou peu scolarisées un accès essentiel, gratuit et facilité à l'ordinateur et à Internet.

Ce service est offert gratuitement à la communauté jusqu'au 27 mars 2009. D'ici là, l'animatrice communautaire Web pour tous Emilie Godin se fera un plaisir de vous accueillir au CRVA-PA, à Shippagan, et de vous aider à atteindre vos objectifs au moyen des nouvelles technologies. Pour prendre rendez-vous dès aujourd'hui ou pour obtenir de plus amples informations, veuillez communiquer avec Emilie Godin au 336-1300.



Julie Haché
Coordonatrice en Alimentégration

La carotte



Bienfaits

- La carotte contribuerait à diminuer les risques de maladies cardiovasculaire, puisque ses antioxydants permettraient de protéger les artères. Les fibres de la carotte seraient aussi associées à la diminution du « mauvais cholestérol ».
- Grâce à ses caroténoïdes, la carotte préviendrait certains cancers (dont le cancer du poumon et du sein).
- Elle est importante à la santé des yeux. C'est donc vrai qu'il faut « manger des carottes pour y voir clair la nuit ».
- Elle protégerait de certaines maladies dégénératives, comme les cataractes.
- Légume gorgé d'eau et de fibre, la carotte est idéale en période de perte de poids.

Petits trucs

- La carotte n'a pas nécessairement besoin d'être épluchée. Il suffit de bien la frotter avec une serviette ou un linge humide, puis de la rincer sous l'eau du robinet. De cette façon, on conserve ses fibres ainsi que toute sa valeur nutritive.
- La carotte est l'un des seuls légumes vendus à longueur d'année. Faites-en un aliment vedette de votre panier d'épicerie. Pour en consommer la plupart des journées de la semaine, mangez-les crues ou cuites, râpées ou en rondelles, en jus, en salade ou dans les potages et les purées. Enfin, on peut même en faire des gâteaux... de temps en temps !

Référence tirée du livre « S.O.S. Beauté, Tome 2 »



**Aide à l'emploi et à la formation pour vous**

Patrice Ferron
Conseiller à l'emploi

Depuis maintenant plus de 7 ans, le poste de conseiller à l'emploi a été créé au sein du CRVA-PA afin d'accompagner les personnes handicapées, puisque ces personnes ont besoin de support, d'être guidées et d'être écoutées plus que toute autre personne. Les personnes handicapées ont les mêmes droits que les autres citoyens. Elles veulent être responsables de leur vie, de leur futur et veulent par-dessus tout, être autonomes. Le conseiller à l'emploi leur offre un accompagnement important et différent. Cet accompagnement a pour but de responsabiliser le client et de lui donner des ressources, telles la conception d'un CV, le counselling ou lui procurer des services spéciaux. Le conseiller à l'emploi du CRVA-PA a comme objectif principal de travailler avec le client afin que ce dernier puisse atteindre son but, c'est-à-dire l'autonomie, la capacité d'occuper un emploi gratifiant et qu'il aime.

Le conseiller à l'emploi identifie les barrières et les obstacles des clients et travaille avec ces derniers pour les éliminer ou les surmonter. Grâce à la contribution et au support financier du Ministère de l'Éducation postsecondaire, Formation et Travail, le conseiller à l'emploi du CRVA-PA a pu offrir à 104 clients, durant l'année 2007-2008, des programmes et des services auxquels ils n'auraient peut-être pas pu bénéficier autrement. Le conseiller a pu, entre autres, aider les clients à obtenir des Services de soutien à l'emploi et à la formation (SSEF), à intégrer des classes Alpha, à obtenir une évaluation médicale professionnelle et à participer à des programmes d'étude. Durant cette même année, 29 clients ont trouvé un emploi à temps plein.

La clientèle cible desservie par le conseiller à l'emploi du CRVA-PA est composée de personnes ayant un handicap auditif, des troubles d'apprentissage, une déficience intellectuelle, un problème de santé mentale et paraplégiques (mobilité). Si vous désirez entrer en contact avec Patrice Ferron, n'hésitez pas à le faire en composant le 336-1327 ou en lui écrivant un courriel au crvapa.pf@nb.aibn.com.



Karen Lanteigne
Conseillère à l'emploi

Besoin d'aide?

Tu as certaines incapacités ou limitations?

Tu n'as pas travaillé depuis longtemps?

Tu as simplement des questions ou besoin d'aide à l'emploi?

Je suis là pour t'aider !!!

Conception de CV - Défense des droits - Accompagnement durant la recherche d'emploi - Counselling à l'emploi - Suivi auprès des employeurs - Aide à la formation - Informations sur les programmes gouvernementaux - Préparation à l'entrevue

Téléphone: (506) 336-1302 Télécopie: (506) 336-1322

Courriel: crvapa.kl@nb.aibn.com





NOËL AU CRVA-PA



Le 30 novembre 2008, le Centre de Ressource Vie Autonome – Région Péninsule Acadienne a accueilli plusieurs de ses membres pour leur souper de Noël annuel. En tout, près de 130 personnes étaient présentes et ont pu fêter Noël ensemble et danser avec la musique du Groupe C & E d'Inkerman.

Durant ce souper, quatre personnes ont reçu des certificats afin de souligner leur bénévolat exceptionnel durant l'année qui se termine. Ces personnes sont Jean-Marc Savoie de St-Simon, Rémi Boudreau de Ste-Rose, Maurice Haché de Shippagan et Jean-Marc Savoie de Shippagan. Nous remercions spécialement ces gens qui ont démontré un appui essentiel au Centre.



Aussi, plusieurs prix de présence ont été distribués. Nous tenons également à exprimer notre gratitude envers les commerçants de la Péninsule acadienne qui ont été encore une fois généreux en faisant des dons au CRVA-PA afin de pouvoir tenir cet événement des fêtes avec les membres. Encore une fois merci!





Un peu de tout ...

Programme « Gens de cœur, Cœur au chaud » de l'Armée du Salut :

Le programme « Gens de cœur, Cœur au chaud » sera dirigé par l'Armée du Salut et sera offert aux personnes ayant un revenu inférieur à 28 000\$ et qui paient leur propre chauffage ainsi qu'aux foyers dont le revenu est inférieur à 35 000\$ et qui paient leur propre chauffage. La prestation maximale sera de 450\$ et sera offerte aux personnes qui sont confrontées à une situation d'urgence. Les critères d'admissibilité détaillés ont été annoncés avant l'entrée en vigueur du programme, le 5 janvier 2009.

Les formulaires de demande sont maintenant disponibles et les Néo-Brunswickois peuvent soumettre leur demande en communiquant avec l'Armée du Salut, en personne, par téléphone ou par Internet. Les formulaires de demande se trouvent également aux bureaux de Service Nouveau-Brunswick et peuvent y être remis une fois remplis. Dès maintenant, les Néo-Brunswickois, désirant de l'information, peuvent composer le 1-877-217-9090 pour un message enregistré avec l'option pour de plus amples renseignements.

Formulaire disponible au Centre!

Nouveaux membres

Thérèse Lanteigne
 Susie Thériault
 Lina Lanteigne
 Chantal Carroll
 Yvan Carroll
 Dora Lumbsden
 Edwidge Lumbsden
 Yvette Lumbsden
 Roger Lumbsden
 Fernand Robichaud
 CIPA inc.
 (Membre Corporatif)
 Ludger Chiasson
 Violet McConnell
 Emerentienne Savoie

Connaissez-vous des gens qui seraient intéressés à devenir membre du CRVA-PA?

Téléphonez au 336-1300

Merci!

Saviez-vous que ?

Le supplément pour personnes handicapées c'est :

- Une prestation annuelle versée aux bénéficiaires d'aide au revenu sourds, aveugles ou handicapés;
- La prestation reconnaît que les personnes handicapées doivent payer des choses en lien avec leur handicap et ont besoin d'une aide supplémentaire pour acheter les biens et services essentiels;
- Depuis 2003, le montant du supplément est de 1000 \$ par année;
- Pour plus d'information sur ce montant, veuillez appeler le 1-866-441-4149.

Félicitations à deux nouvelles mamans!



Le 2 décembre dernier, notre préposée à la comptabilité, Rachel Savoie, a accouché de deux beaux jumeaux garçons prénommés Alexy et Bryan (voir photo à droite).



Le 27 décembre dernier, Isabelle Power a accouché d'une belle petite fille prénommée Catherine (voir photo à gauche).



La direction et le personnel du CRVA-PA souhaitent beaucoup de bonheur, d'amour et de santé aux nouveaux parents, ainsi qu'à leurs beaux bébés.





Page détente



Conseil santé



Bouger et bien manger,
c'est GAGNANT!

Avis - Déménagement

Veuillez prendre note qu'au printemps, le CRVA-PA déménagera dans de nouveaux locaux à Shippagan!

Nous vous donnerons plus de détails dans le prochain bulletin.

Merci!

**Le CRVA-PA tient à remercier
L'ACA
pour l'impression du présent bulletin.**

MERCI!



**Centre de Ressource Vie Autonome
Région Péninsule Acadienne inc.**

Voir au-delà du handicap

Vers l'Autonomie
Centre de Ressource Vie Autonome : Région Péninsule
Acadienne inc.

183-B, boulevard J.-D.-Gauthier
Shippagan, Nouveau-Brunswick
E8S 1M8

Téléphone : (506) 336-1304
Télécopie : (506) 336-1322
Courriel : crvapa@nb.aibn.com

Parties du corps

Répondre aux questions par des parties du corps

Ex: Croire en Dieu : Foie

1. Elle est fromagée : _____
2. Dessert de dame : _____
3. A à Z dans le catalogue : _____
4. Venu au monde : _____
5. Contraire de tire : _____
6. Partie de pomme : _____
7. Avoir de la chance : _____
8. Le plus grand : _____
9. À l'intérieur : _____
10. Français, Anglais, Espagnol : _____
11. Note de musique : _____
12. Ils sont au paradis : _____
13. L'avoir marin : _____
14. Manteau en anglais : _____
15. La girafe l'a long : _____

Réponses

- | | |
|----------|--------------|
| 1. tête | 15. cou |
| 2. doigt | 14. côte |
| 3. index | 13. œil/pied |
| 4. nez | 12. seins |
| 5. pouce | 11. dos |
| 6. cœur | 10. langue |
| 7. veine | 9. dent |