



Vers l'Autonomie
 Vie Autonome Péninsule Acadienne
 Hiver 2010



Canada

Super Rallye Tropical

**Centre Communautaire de Benoit
 11 février 2011**

Dans ce numéro :

Rallye	1
Mot du directeur	2
Mot de la présidente	3
Réseau Mieux-être	4
Conseillers à l'emploi	5
Noël au VAPA	6
Un peu de tout	7
Page détente	8

Au profit des personnes handicapées de la Péninsule acadienne!

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

Courriels :

- Ghislain Doiron, Directeur
Ghislain.doiron@cvapa.ca
- Janie Gosselin, Conseillère à l'emploi et à la formation
Janie.gosselin@cvapa.ca
- Alphonse Savoie, Conseiller à l'emploi et à la formation
Alphonse.savoie@cvapa.ca
- Julie Haché, Coordinatrice en Alimentation
info@cvapa.ca
- Site Web,
www.cvapa.ca

Prix à gagner et jeux intéressants– Cantine sur place

.....
 Pour plus d'information, veuillez joindre Alphonse Savoie au 336-1302



Ghislain Doiron

Mot du Directeur général

En ce début d'année, j'aimerais vous souhaiter en mon nom personnel et en celui de l'équipe de VAPA une Bonne et Heureuse Année 2011. Que cette nouvelle année vous apporte, paix, bonheur et prospérité. Il me fait plaisir de m'adresser à vous, chers membres, dans ce bulletin afin de vous communiquer les belles initiatives que l'équipe de VAPA a prises au cours des derniers mois.

Tout d'abord, j'aimerais souhaiter, en mon nom personnel et en celui de l'équipe de VAPA, la bienvenue à Julie Haché au poste de coordonnatrice en Alimentégration. Ceci marque le retour de Julie dans la famille de Vie Autonome Péninsule Acadienne, elle qui a déjà occupé ce poste pendant 18 mois, soit jusqu'en septembre 2009.

Je tiens à vous remercier pour votre présence au souper de Noël qui fut une autre grande réussite. J'aimerais remercier spécialement Jean-Marc Savoie de St-Simon qui s'est encore une fois surpassé ainsi que toute l'équipe de bénévoles qui ont participé à cette fête folklorique.

Lors de la révision du plan stratégique, les membres du conseil d'administration et les membres du personnel ont tenu une réunion spéciale le 18 janvier 2011. L'exercice consistait d'abord à identifier les priorités de VAPA pour 2011. L'objectif prioritaire qui a été identifié : Maintenir les activités rassembleuses pour conserver les liens entre les membres, défendre les droits des personnes handicapées, activité pour laquelle nous allons voir à développer un recueil comprenant les ressources disponibles au Nouveau-Brunswick.

La campagne de financement majeure a pris son envol le 17 janvier 2011. J'aimerais remercier le comité de la campagne pour l'excellent travail qu'ils ont accompli. Trois (3) prix intéressants ont été retenus pour la campagne, soit : une télévision 42" HD, par Canadian Tire Tracadie-Sheila; un portable Acer, par Chiasson électronique Shippagan; une nuitée au Super 8 de Caraquet. VAPA organisera une danse le 29 avril 2011 au Club de l'âge d'or de Shippagan et le tirage des gagnants aura lieu lors de cette soirée.

J'aimerais souhaiter un bon rétablissement à M. Arisma Losier qui fut victime d'un accident à Shippagan au mois de décembre 2010. En mon nom personnel et en celui de l'équipe et des membres de Vie Autonome Péninsule Acadienne, nos pensées les meilleures t'accompagnent. Puissent-elles t'apporter le réconfort et l'encouragement nécessaires à ton prompt rétablissement.

Soyez assuré que notre mission première est de travailler sans relâche à l'épanouissement des personnes handicapées de la Péninsule Acadienne par l'entremise de nos services et programmes.

Pour terminer, j'en profite pour vous souhaiter une joyeuse St-Valentin remplie d'amour.



Mot de la présidente

Bonjour à tous,

D'abord, j'aimerais vous souhaiter la bonne année 2011. Cette année le Centre de VAPA à plein de beaux projets qui, ont espère, sauront plaire à tous nos membres. Parmi ces projets, nous avons notre compagne de financement qui est déjà très bien débutée.

Les prix de cette loterie sont les suivants : 1^{er} prix : Télévision 42 "

2^e prix : Portable

3^e prix : Une nuitée au Super8-Caraquet

Nous aurons également le 11 février un Rallye tropical qui se déroulera au Centre Communautaire de Benoit. Je suis confiante que nous aurons une grande participation de la communauté pour cette bonne cause.

De plus, il y aura une danse le 29 d'avril où le tirage de la loterie aura lieu à 20h. Les commerces qui ont donné les prix pour la loterie seront présents pour piger les gagnants. Vous êtes tous cordialement invités.

Je vous invite à venir nous visiter durant nos activités. Votre participation est très importante pour nous.

Au plaisir de vous voir !

Violette Gionet a terminé son contrat avec VAPA au mois de novembre 2010. Nous désirons la remercier pour le travail remarquable au niveau des activités, du bulletin et dans l'ensemble du travail à la réception. Nous lui souhaitons bon succès dans tout ce qu'elle entreprendra.

Voici quelques photos d'activités auxquelles Violette a participé:





La Péninsule acadienne en fête! Célébrons le mieux-être!

Le 3 octobre dernier, le Réseau Mieux-être Péninsule acadienne nous présentait la première édition de la journée *La Péninsule acadienne en fête! Célébrons l'automne!* au Centre communautaire d'Inkerman.

L'organisation de cet événement découlait des recommandations du Forum mieux-être. La population avait souligné le désir d'avoir un événement qui célébrerait qui nous sommes, rassemblerait la Péninsule acadienne et ferait la promotion du mieux-être.

Les membres du Réseau mieux-être Péninsule acadienne ont alors décidé d'inciter diverses communautés de la Péninsule acadienne à mettre en place des Journées mieux être entièrement gratuites et d'en faire un événement saisonnier qui se tiendrait à divers endroits de la Péninsule acadienne.



La première édition a donc eu lieu le 3 octobre 2010 et plus de 500 personnes s'y sont donnés rendez-vous. Les participants ont eu la chance de se divertir avec les musiciens de La trappe à Homard acadienne, Sandra LeCouteur, Khaled Abed et Luc Majno et les violonistes Édouard et Doriam. Le conteur Samuel Allo amusa petits et grands, tout comme le rodéo bicyclette et le Défi Ados *Survivor*. Diverses activités étaient aussi au menu de la journée telles : Jeunes actifs, maquillage et la douce offert par le Centre de ressources familiales de la Péninsule acadienne, exercices avec le Club de marche de Paquetville, Zumba gold, soccer et ateliers d'art. Des kiosques d'information sur le mieux-être furent aussi très populaires ainsi que le Défi allaitement.



Suite au grand succès de cette belle journée, nous sommes très heureux de vous inviter à la 2^e édition qui célébrera l'hiver! Cette fois-ci nous vous donnons rendez-vous au Centre scolaire communautaire La Fontaine de Néguac pour une journée blanche. Les participants auront l'opportunité de participer à des glissades, écouter des histoires, essayer la Zumba et l'aérobic, patiner, participer à une partie de Softball en raquettes ou à une randonnée. Des exercices pour les personnes âgées seront aussi disponibles, un super *Amazing race* pour ados, des divertissements pour enfants, un rallye d'observation et bien d'autres belles surprises. Tout ceci gratuitement, y compris un bon bouillon chaud pour souper. **Alors, soyez de la fête avec nous! Le 5 février prochain de 13h à 20h au CSC La Fontaine de Néguac.** Pour plus d'information, veuillez contacter Mélissa au 776-3950.



Voici vos conseiller à l'emploi et à la formation



Janie Gosselin

Bonjour à vous tous et Bonne année 2011!

En ce début d'année, je tenais à faire part aux étudiants et aux étudiantes qui furent admis ou qui sont en attente de leur admission pour septembre 2011, qu'ils et elles peuvent débiter leur demande de *Stage d'emploi étudiant pour demain* (SEED). De plus, si vous avez besoin du *Formulaire de demande de l'employeur relative aux emplois d'été pour étudiants*, n'hésitez pas à me contacter. Il me fera plaisir de vous aider à

ce sujet.

Comme à l'habitude, je suis toujours disponible pour vous aider si vous êtes à la recherche d'un emploi ou d'un retour éventuel aux études.

Depuis le mois de septembre 2010, je suis à l'emploi de VAPA. et je suis fier de faire partie d'une équipe de travail qui est dynamique et proactive. J'ai été impressionné par la complicité et la solidarité qui existent entre les clients. Je représente VAPA. sur différentes tables de concertation et ces expériences sont très intéressantes et instructives et elles me donnent également l'occasion de voir combien les gens de notre communauté prennent notre bien-être au sérieux.

De plus, j'aimerais vous faire part de mes services afin de vous aider pour la recherche d'emploi, le retour aux études ou quoi que ce soit pour vous lancer en affaires. Vous pouvez me joindre au 336-1302 ou par courriel à alphonse.savoie@cvapa.ca. Je vous souhaite un hiver pas trop froid.



Alphonse Savoie

Alimentégration

Le projet d'Alimentégration est relancé : VAPA sera présent dans les différentes régions de la péninsule afin de promouvoir la saine alimentation.

Au cours du mois de mars, trois groupes de membres de VAPA seront formés pour représenter chacune des régions de la Péninsule acadienne soit Caraquet, Tracadie-Sheila et Shippagan. Tous au long de ce mois, chacun de ces groupes participera à diverses activités et conférences visant la promotion de la saine alimentation.

Ce projet vous intéresse? Vous êtes un membre régulier et une personne autonome? Alors inscrivez-vous gratuitement auprès de Julie Haché, coordonnatrice en Alimentégration au 336-1300.



Julie Haché



NOËL À VAPA



Le traditionnel Souper de Noël de VAPA a encore une fois cette année été un franc succès. Nous voudrions remercier tous les bénévoles qui ont fait de ce souper une réussite, spécialement Jean-Marc Savoie de Saint-Simon qui s'est encore une fois surpassé. Sans vous, le souper de Noël ne pourrait pas avoir lieu. Il ne faudrait pas non plus oublier tous les commerçants qui ont fait des dons soit de nourritures, de prix ou d'argent. Grâce à vous, les membres ont pu manger un bon repas en bonne compagnie.

MERCI!





Un peu de tout ...

Conseils de sécurité pour l'hiver

En hiver, les conditions routières changent rapidement. N'oubliez pas :

- **Évitez de doubler les chasse-neige.** Il est très dangereux de doubler des chasse-neige ou de se faufiler entre eux, en raison de la mauvaise visibilité causée par les conditions de voile blanc et de la bordure de neige qui peut se former dans le sillage des chasse-neige.
- **Restez à une distance sécuritaire du véhicule devant vous** au cas où vous devriez freiner brusquement sur une chaussée glissante
- **Soyez prudent en approchant des zones ombragées, des ponts et des passages supérieurs,** car ces tronçons de route gèlent plus vite par temps froid et ils peuvent être glissants, ce qui risque de faire déraeper votre voiture soudainement.

Les gros camions et les autobus peuvent projeter de la neige fondante ou de la neige sur votre pare-brise, ce qui entraîne une perte soudaine de visibilité. Conduisez toujours de façon préventive et restez à bonne distance du véhicule qui vous précède pour éviter les éclaboussures de neige.

Connaissez-vous des gens qui seraient intéressés à devenir membre de VAPA?

Téléphonez au 336-1300

Merci!

Saucisse dans le vinaigre

- 1 pqt de saucisse ou plus
- 2c. à soupe d'épice à marinade
- 3/4 tasses de vinaigre
- 1/4 tasse d'eau
- 1 à 2 oignons crus en rondelle

- Placer dans un pot et placer au réfrigérateur une journée entière avant de manger.

Salade chinoise

- 1 chou chinois couper en lanière
- 1 sac de nouille orange (se trouve dans la rangée des sauces chinoises)
- 1 paquet de nouille à l'orientale écrasé. Garder le sachet pour la sauce.
- 1/4 tasse graine de sésame grillé au four à broil une minute
- 1/4 tasse graine d'amande grillé au four à broil une minute

- Placer les graines de sésame d'un bord et de l'autre côté les graines d'amande dans une panne à pizza et grillé une minute à broil.
- Brasser le tout ensemble dans un bol.

Sauce

- 1/2 tasse huile végétale
- 3c. à table vinaigre
- 4c. à table de sucre blanc
- Sachet de poudre de nouille

- Mélanger le tout ensemble et ensuite placer au réfrigérateur. Quand tu es prêt à manger tu places ta préparation de sauce dans ton mélange de chou.

Bonne appétit!

Oeufs dans vinaigre

- 3/4 tasses vinaigre
- 1/4 tasse d'eau
- Feuille de laurier
- 5 douzaines d'œufs

- Faire cuire les œufs; attendre qu'ils sont refroidis avant de les placer dans le pot.
- Placer dans un pot et le ranger au réfrigérateur une journée entière avant de manger.

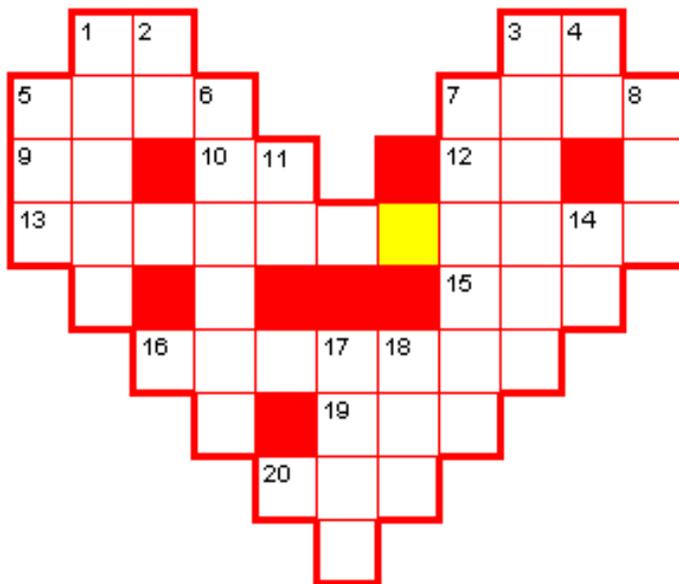


Page détente



SUDOKU

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



Horizontal

1. Pronom possessif.
3. Celui de cœur symbolise l'amour.
5. Celui de Valentin est d'être toujours aimé de sa Valentine.
7. Troublés.
9. Vaut le silence.
10. Mot de bébé.
12. Symbole chimique du nitrate.
13. Possède une sensibilité romanesque développée.
15. Un allemand.
16. Une déclaration qu'on a envie d'entendre de la bouche de ceux qu'on aime.
19. Personnage très important dans notre vie.
20. Produit de la vigne dont il ne faut pas abuser.

Vertical

1. Les premières à nous aimer.
2. Avant d'avant.
3. Lien qui unissait Montaigne à la Boétie.
4. Suit souvent l'appris.
5. La reine des fleurs a perdu son e.
6. Servie au début du repas.
7. Inverse des amis.
8. Donne du goût aux aliments.
11. Possède.
14. Le temps d'une rotation.
17. Les vrais vous aiment et les faux vous trompent.
18. Particule

VAPA tient à remercier l'ACA
pour l'impression du présent
bulletin.

MERCI!



Vie Autonome Péninsule Acadienne inc.
Voir au-delà du handicap

200-C, boul. J.-D.-Gauthier
Shippagan (N.-B.) E8S 1P2

Téléphone : (506) 336-1304
Télécopie : (506) 336-1322
Courriel : info@cvapa.ca
Site Web : www.cvapa.ca