

Vers l'Autonomie
Vie Autonome Péninsule Acadienne
Printemps 2011

Super danse



Au Club de L'Âge d'Or
De Shippagan
Le 29 avril 2011
De 18 h à 22 h
orchestre
Etienne et Carmelle

Cette danse clôturera notre campagne de financement
Tirage loterie VAPA inc. à 20h
1er prix: télévision 42 "
2e prix: Portable
3e prix: Nuitée au Super 8 de Caraquet
GRATUIT
Et Bienvenue à tous
Prix de présence à gagner
Cantine sur place

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



Canada

Dans ce numéro :

Danse	1
Mot du directeur	2
Mot de la présidente	3
Conseillère à l'emploi	3
Réseau Mieux être	4
Alimentégration	5
Page détente	7
Un peu de tout	8

Courriels :

- Ghislain Doiron,
 Directeur
ghislain.doiron@cvapa.ca

Réception,
info@cvapa.ca

- Janie Gosselin,
 Conseillère à l'emploi et à la formation
janie.gosselin@cvapa.ca

- Julie Haché,
 Coordonnatrice en Alimentégration
julie.hache@cvapa.ca

- Site Web,
www.cvapa.ca

*Ghislain Doiron*

Mot du Directeur Général

Qui dit printemps, dit nouveautés !

L'équipe de VAPA travaille très fort pour atteindre nos objectifs que nous sommes fixés. Il me fait plaisir de vous communiquer les belles initiatives que nous avons prises au cours des derniers mois.

Il me fait plaisir de vous annoncer que VAPA a reçu tout dernièrement, un nouveau programme soit le REEI, le Régime enregistré d'épargne-invalidité. Un régime d'épargne à long terme pour aider les Canadiens handicapés à économiser en vue de leurs besoins futurs.

Pour être admissible au REEI, une personne doit :

- avoir moins de 60 ans ;
- habiter au Canada et avoir un numéro d'assurance sociale; et –être admissible au crédit d'impôt pour personnes handicapées (montant pour personnes handicapées).

Vie Autonome Péninsule Acadienne est heureux d'avoir l'opportunité d'offrir ce programme à tous nos membres. Nous sommes convaincus que cette initiative permettra à nos membres d'atteindre leur autonomie.

La campagne de financement majeure tire déjà à sa fin, nous pouvons déjà confirmer que cette première édition fut un énorme succès. Je remercie donc sincèrement les bénévoles qui ont frappé aux portes des gens de la Péninsule acadienne afin de vendre des billets pour leur centre. Grâce à leurs travail VAPA est encore plus visible partout dans notre belle Péninsule. N'oubliez pas: VAPA organise une danse le 29 avril 2011 au Club de l'âge d'or de Shippagan de 18 h 00 à 22 h 00 avec l'orchestre Carmelle et Étienne. Le tirage des gagnants de la campagne de financement 2011 aura lieu à 20 h 00. Lors de cette soirée, il y aura des prix de présences, il y aura une cantine sur place, le tout est gratuit. Ne manquez pas la plus grosse soirée en ville de l'année! Vous êtes tous cordialement invités.

J'aimerais vous rappeler que nos services d'aide à l'emploi et à la formation sont toujours disponibles par l'entremise de notre conseillère à l'emploi Janie. N'hésitez pas à venir la rencontrer.

Soyez assurés 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 un bel été plein de soleil.

Ghislain Doiron, directeur général

*Madeleine Archer*

Mot de la présidente

Bonjour,

Il m'a fait plaisir de rencontrer quelques-uns d'entre vous, lors de notre sortie cinéma. J'ai bien aimé rencontrer les membres des différentes régions de la Péninsule.

Comme c'est la fin de notre campagne de financement, j'aimerais vous inviter à venir nous joindre pour le tirage qui aura lieu lors de la soirée dansante du 29 avril.

J'aimerais spécialement féliciter tous ceux et celles qui ont participé à la vente de billets et à tous ceux qui ont travaillé au bon fonctionnement cette levée de fonds.

Tout un défi ! Tout un travail d'équipe ! Plus que bravo !

Madeleine Archer, présidente

*******L'Assemblée Générale Annuelle*******

Le 7 juin 2011 à 19 h 00

*****À L'UMCS de Shippagan*****

*Janie Gosselin*

Conseillère à l'emploi

Bonjour à tous,

En ce début de printemps, je tenais à vous faire part de la conférence de l'AQETA à laquelle j'ai assisté, à la fin mars. Ces conférences étalées sur deux journées m'ont permis de me rafraîchir et d'approfondir mes connaissances. Les conférences auxquelles j'ai assisté traitaient ; des troubles d'apprentissage, des troubles du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H), de la santé

mentale, de l'éducation secondaire et postsecondaire, du marché du travail ainsi que de diverses recherches. Je tiens à faire-part aux étudiants et aux étudiantes admis(es) ou en attente de leur admission pour septembre 2011, qu'ils et qu'elles peuvent débiter leur demande de Stage d'emploi étudiant pour demain (SEED) ainsi que leur demande de prêt étudiants. De plus, si vous avez besoin du Formulaire de demande de l'employeur relative aux emplois d'été pour étudiants ou que ce soit pour une demande de prêts 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.

Janie Gosselin, Conseillère à l'emploi

tel: 336-1327

janie.gosselin@cvapa.ca



Le Réseau mieux-être Péninsule acadienne... une équipe qui bouge !!!

Le Réseau mieux-être Péninsule acadienne est un regroupement d'intervenants et gens de la communauté passionnés par le mieux-être. Depuis la dernière année plusieurs activités ont eu lieu afin de répondre aux recommandations de la population soulignées lors du forum mieux-être de mars 2009. Voici une liste de nos réalisations, il est à noter que toutes ces activités ont été offertes gratuitement à la population :

JOURNÉE MIEUX-ÊTRE SAISONNIÈRE :



La Péninsule acadienne en fête! Célébrons l'automne! eu lieu le 3 octobre 2010 à Inkerman et a attiré plus de 500 participants.

La Péninsule acadienne en fête! Célébrons l'hiver! eu lieu le 5 février 2011 à Neguac et a attiré plus de 700 participants.

Lors de ces journées les gens sont invités à s'amuser et s'informer sur divers aspects du mieux-être, tel que : La santé psychologique, l'activité physique, l'alimentation saine et la promotion d'une vie sans tabagisme. Nous vous invitons donc d'être de la fête avec nous pour la journée : **La Péninsule acadienne en fête! Célébrons le printemps!** qui aura lieu le 18 juin à Lamèque.



CONFÉRENCIERS :

Le conférencier et comédien **Martin Larocque** visitait la Péninsule acadienne le 17 février dernier. Il a offert une conférence sur le mieux-être à 550 jeunes de la 11^e année et une conférence aux adultes : Êtes-vous là où vous voulez être? en soirée devant une salle comble

de 500 personnes.

Le conférencier **Martin Latulippe** est aussi venu faire un tour à Neguac le 22 mars dernier et 265 personnes se sont déplacées pour venir entendre sa conférence : La vie, version 2.0 !



JOURNÉE THÉMATIQUE :

Le 20 mars dernier, les trois piscines de la Péninsule furent ouvertes au public afin de venir bouger et s'amuser en famille. L'évènement intitulé : **La Péninsule acadienne plonge... dans le mieux-être!** à attiré plus de 550 personnes. Une collation santé était aussi offerte à tous et des surprises étaient remises aux enfants.

CHRONIQUE RADIO :

Tous les mercredi matins, à 8 h 30, depuis l'automne dernier une chronique «mieux-être» est présentée à CKRO. À chaque semaine nous recevons un(e) invité(e), présentons les activités offertes dans la Péninsule acadienne et terminons avec un truc mieux-être.

FACEBOOK :

Une nouvelle page facebook a été créée : Réseau mieux-être Péninsule acadienne. Nous vous invitons à vous y joindre !!!



Julie Haché



***Conseil santé ***

Déjeuner à chaque matin aide à la concentration, à réduire la faim et à maintenir un poids santé.



Alimentégration



Bonjour à tous,

Voici un aperçu des activités de mars:

Mars, le mois de la nutrition, fut très mouvementé en Alimentégration.

Les ateliers-conférences suivants furent donnés dans les différentes régions de la Péninsule acadienne.

- Bien manger avec un petit budget! par Julie Haché (Coordonnatrice en Alimentégration)
- Apprivoiser le bonheur! par Pierrette Haché (Infirmière et coach en santé)
- L'élaboration du Guide alimentaire canadien! par Jacqueline LeBouthillier Gallien (Diététiste)
- L'estime de soi! par Lucie Robichaud (travailleuse sociale)
- L'estime de soi! par Annette Comeau (travailleuse sociale)

Les étirements et bienfaits de l'activité physique! par Jean-Claude Thériault (spécialiste en l'éducation physique)

Nous avons eu une très belle participation des membres et de la population. En tout, 130 personnes ont assisté aux 12 ateliers-conférences qui furent organisés en partenariat avec les centres d'activités l'Envol de Shippagan, le Contact de Caraquet et l'Échange de Tracadie-Sheila.

Un gros merci aux 3 centres d'activités pour leur accueil et merci aux membres pour leurs participations !

Julie Haché, Coordonnatrice en Alimentégration

tel: 336-1300

julie.hache@cvapa.ca

Photos activité Alimentégration 2011



**VAPA inc. en partenariat avec le Centre d'Activités l'Envol
de Shippagan
vous invite aux activités
pour la semaine de la Santé Mentale
Du 2 au 6 mai 2011**

Danse d'ouverture

Date: lundi 2 mai 2011

Lieu: Club de l'âge d'or de Shippagan

Heure: 13 h 30

Musique: Étienne et Carmelle Robichaud

Journée d'atelier

Date: mardi 3 mai 2011

Lieu: Auditorium de l'UMCS

Heure: 10 h 00

Journée kiosques

Date: mercredi 4 mai 2011

Lieu: Passerelle de l'UMCS

Heure: 13 h 00 à 16 h 00

Dîner et marche sur la passerelle

Date: jeudi 5 mai 2011

Lieu: Centre d'activité l'envol Shippagan

Heure: 11 h 30 (repas) 13 h 00 (marche)

Conférences

Date: vendredi 6 mai 2011

Lieu: Auditorium de l'UMCS

Heure: à déterminer

Pour plus d'info: 336-4566

Photos de divers activités 2011



Un peu de tout

L'origine du lapin de Pâques

Le lapin de Pâques est un personnage imaginaire qui, selon la tradition, distribue, la veille du matin de Pâques, des œufs colorés et des œufs en chocolats. Il s'agit d'un lapin ou d'un lièvre.

Le lapin de Pâques n'a pas de caractéristiques clairement définies. Parfois blanc, parfois brun, parfois bleu et parfois vert, il diffère selon l'imaginaire. C'est aussi le cas dans les films d'animation. Il est généralement parlant, intelligent et possède la capacité de se tenir debout.

Le lapin symbolisait autrefois la fertilité et le renouveau comme le printemps. C'est dans les pays germaniques que naquit la tradition avant d'être exporté aux États-Unis par des immigrants allemands au XVIIIe siècle. Les enfants fabriquaient un nid qu'ils mettaient dans le jardin en espérant que le lapin de Pâques le remplirait d'œufs durant la nuit.

Selon The Catholic Encyclopedia (1913, tome V, page 227), de nombreuses coutumes païennes se rattachèrent à la fête de Pâques. L'œuf est le symbole de germination qui se produit le printemps, et le lapin est un symbole païen qui a toujours représenté la fécondité.

www.wikipedia.org

***VAPA tient à remercier
la Ville de Caraquet
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

Truc pour vider un œuf de Pâques

À l'aide d'une aiguille, faire un petit trou aux deux extrémités de l'œuf. Ensuite, simplement souffler dans le trou du haut afin de faire sortir l'œuf de sa coquille.

Vous devez évidemment faire cette opération très délicatement et lentement. Notez que l'œuf ne doit pas être cuit.

Vos tout-petits pourront alors décorer à leur guise les œufs vides!



Fondu aux chocolats de Pâques

Ingrédients:

- Chocolats de Pâques
- Fruits

Couper le chocolat en petit morceau. Faire fondre le chocolat au bain-marie. Couper différents fruits en morceau. Déposer le chocolat fondu dans un bol, y tremper les fruits et déguster.

