



Mon Journal Édition Septembre 2017



Pique-nique et tournoi de Molky

Le sport national du Molky ayant été quelque peu négligé durant l'été, nous nous reprenons en ce début d'automne. En effet, nous vous annonçons qu'il y aura un pique-nique, suivi d'une partie de Molky lundi, le 19 août, au Parc Lafontaine. Rendez-vous à 11h30 au petit pont du Parc Lafontaine pour s'amuser tous ensemble.

Inauguration de la terrasse de la maison Mario Guérette

La cour de la maison Mario-Guérette fait peau neuve! L'idée a été lancée que la terrasse porte le nom d'un locataire de la maison aujourd'hui décédé. Des noms à proposer ? Soumettez vos idées!

Décès de Monsieur Alain Larochelle, 1965-2017

C'est avec tristesse que nous avons appris, au début du mois d'août, le décès de Monsieur Alain Larochelle, résident de la Maison Mario Guérette. Plusieurs d'entre vous nous ont fait part de leurs souvenirs, anecdotes et de beaux moments qu'ils ont pu partager avec Monsieur Larochelle, ce qui nous a permis de mieux le connaître. Nous tenons encore à vous assurer de notre soutien si vous ressentez le besoin de parler ou de partager avec nous vos émotions face à ce deuil. De la part du soutien communautaire, au revoir Alain !

Épluchette de blé d'Inde... deuxième essai...

Il nous fait plaisir de donner une seconde chance à cette belle activité afin de célébrer la fin de l'été tous ensemble, mais aussi afin de pouvoir admirer la fin des travaux de la cour avant de l'édifice Mario Guérette. Alors, l'épluchette de blé d'Inde aura lieu le vendredi, le 8 septembre, au 3979 Henri-Jullien à compter de midi jusqu'à 17h. Hot-dog et hamburger seront aussi servis. D'ici là, espérons tous ensemble que le RA, Dieu du soleil égyptien, se montre clément et sois présent à notre épluchette! Notez qu'en cas de pluie, l'activité est remise le lundi 11 septembre, toujours à la maison Mario Guérette.

Les ressources de mon quartier

Accordailles

465 rue Gilford, bureau 101, 514-282-1553

Activités socio-culturelles et de loisirs pour rompre l'isolement des personnes âgées et de favoriser la prise en charge des individus par eux-mêmes. Tel accompagnement pour visite médicale, téléphone et visite d'amitié, projet épicerie, repas communautaire tous les mardis, de 11h à 15h, sorties d'un jour, 3-4 fois par année,

Pour accéder aux services des Accordailles, vous devez être référé par un professionnel de la santé ou des services sociaux



Réfection des salles de toilettes individuelles à la Maison Mario Guérette

C'est avec grand plaisir que nous vous annonçons que Ma Chambre Inc. a obtenu une subvention d'un montant de 232 000\$ de la Société canadienne d'hypothèques et de logement afin que toutes les salles de toilettes de chacune des chambres de la maison Mario Guérette bénéficient d'une cure de jouvence. Les travaux débuteront le 5 septembre 2017, quelques chambres à la fois et nous sollicitons votre précieuse collaboration afin de faciliter le travail des ouvriers. L'équipe du soutien communautaire vous avisera, de façon individuelle, une semaine à l'avance que des travaux s'effectueront dans votre chambre afin que vous puissiez, de votre côté, nettoyer et donner accès votre salle de toilette, le but étant que les travaux s'effectuent rondement et sans délai pour que tout soit terminé le 30 novembre 2017.

Absence de Julien

Comme plusieurs ont pu le constater, notre équipe des trois mousquetaires est temporairement amputée d'un de ses membres. Bien que son absence se fait sentir au sein de Ma Chambre Inc, soyez assurés que nous sommes présentes afin d'assurer le soutien communautaire. Alors, pour toutes demandes, plaintes ou juste pour le plaisir de discuter ensemble, ne soyez pas gêné de nous rappeler.



Poème

Alain,
Tu auras mis un baume
Sur mon cœur
Le jour où tu m'avais
Écrit la prière de la sérénité
Et un " petit mot " personnel
Sur du joli papier...!
Merci à toi
Le bel ami.
Marie

Le Spa de la rue

Bonne nouvelle! Le Spa de la rue offre à nouveau des services de massothérapie gratuits aux membres de Ma Chambre. En effet, un avant-midi par mois, les locaux de Ma Chambre se transforment en spa d'un jour. Leur mission ? Vous offrir un moment de détente, un contact humain et une occasion pour vous, chers locataires, de relaxer et pourquoi pas, de guérir des maux. La première visite des merveilleux massothérapeutes bénévoles sera donc le 27 septembre, pour 4 séances de massage de 30 minutes. Inscrivez-vous en personne au bureau ou par téléphone si vous être assuré de pouvoir être présent au rendez-vous. Les séances ont lieu dans la grande salle du 1626 St-Hubert.

Annick, intervenante au soutien communautaire, 514-284-9511 poste 225

Activité gratuite près de chez vous

La maison d'Aurore
4816 rue Garnier Montréal Plateau Mont-Royal
514-527-9075

Tricot intergénérationnel tous les mardis de 13h et 15h, à partir du 19 septembre.

Bienvenue à tous!

Pour débutant, intermédiaire ou avancé. Quelques places sont disponibles pour la session d'automne 2017, Inscription en continu

Une professeure est sur place pour vous accompagner dans vos projets.

Coût: Être membre (5\$ par année).



Et la guerre contre la punaise de lit se poursuit !!

Chers locataires, l'heure est grave ! Après la guerre des tuques, la guerre des clans et la guerre des étoiles Ma Chambre poursuit le combat communautaire contre cette indésirable colocataire qu'est la punaise de lit. De nombreux cas se sont encore déclarés dernièrement et nous remercions les locataires qui nous informent de la présence de punaises de lit dans leur logement. Nous implorons votre vigilance à les détecter, votre rapidité à nous informer de la présence de punaises de lit dans votre logement et sollicitons votre collaboration dans les préparatifs d'avant traitement. L'équipe du soutien communautaire est présente pour vous fournir du soutien, des encouragements et des sacs en plastique.

Enlever toute la literie et housse de matelas sur le lit et laver le tout à l'eau très chaude et les mettre dans un sac en plastique.

Vider les tiroirs et penderies, laver tous les tissus à l'eau très chaude et les mettre dans des sacs de plastique ou au congélateur.

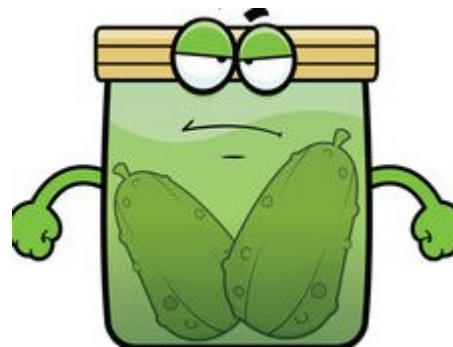
Nettoyer les planchers à traiter et dégager les bas de murs.

Ensemble, combattons la punaise de lit pour que Ma Chambre puisse sortir victorieuse de cette bataille contre cette envahisseuse!



Propreté des lieux communs et des chambres

C'est l'automne qui arrive à grands pas, on commence à ranger les vêtements d'été pour ressortir souliers, manteaux et chandails chauds. C'est aussi le moment où plusieurs personnes font un tri dans leurs effets personnels afin de se débarrasser d'effets qu'ils ne désirent plus et font un grand ménage chez eux avant le début de la saison froide. En lien avec le ménage d'automne, l'équipe du soutien communautaire vous rappelle que nous ferons très vite notre visite annuelle des logements afin de nous assurer de la salubrité de nos édifices. Par la même occasion, nous vous rappelons l'importance de nettoyer les espaces de vie communs (salles de bain, cuisines communes, salles de lavage) après votre passage en signe de respect aux autres locataires. La date de notre visite annuelle vous sera communiquée via les babillards dans chaque maison.



Activité de conserves

Quoi de mieux que de bonne marinade pour accompagner les plats d'automne ou même ceux du temps des fêtes qui arrive toujours trop vite. Cette année, en grande exclusivité, les intervenantes du soutien communautaire vous proposent une journée de mise en conserve. Nous ferons des betteraves et des herbes salées le jeudi, 14 septembre 2017, à compter de 13h. Nous vous demandons de vous inscrire d'avance, afin qu'il soit plus facile pour nous de prévoir le matériel nécessaire, avant le 11 septembre. Le tout sera fait à la salle communautaire d'Hélène Bastien, au 3845 rue St-Dominique. Bienvenue à tous!!!

Inscrivez-vous auprès de Karina, (514) 287-9511 poste 224

Rappels & cetera...

Déjà, l'été cède la place à l'automne et septembre est le mois des retours. Le retour des vacances, le retour à l'école, le retour de la fraîcheur et celui des rappels de certains règlements de Ma Chambre Inc.

Nous vous rappelons donc que vous devez mettre vos déchets domestiques dans des sacs et les déposer dans les poubelles prévues à cet effet situées à l'avant ou à l'arrière des immeubles. **Le recyclage aussi doit être déposé dans les bacs verts.** Prenez note que les balcons et les corridors ne sont pas une option à l'entreposage de vos sacs à ordures.

Nous vous rappelons également que pour assurer la sécurité de tous et faciliter les services d'urgences, **les corridors doivent être dégagés et libres de toute entrave**, tel tapis, porte -chaussures, sac et cetera...

Enfin, le temps plus frais est de retour, ce qui pourra inciter des squatters à trouver refuge dans les immeubles de Ma Chambre. Pour éviter ces situations et assurer la sécurité de tous, nous vous demandons de laisser les portes extérieures fermées et barrées en tout temps.

Pensée du mois

Il y a toujours deux raisons pour faire quelque chose : une bonne raison et la vraie raison !

Dale Carnegie

Repas communautaire du mois de septembre.

Il est temps de passer à de la nourriture plus consistante et moins estivale! En ce début d'automne, nous vous rappelons que le repas communautaire se tiendra le jeudi, 28 septembre, à la salle communautaire de la Maison Hélène Bastien, au 3845 rue St-Dominique, à compter de 13h30. Nous vous attendons en grand nombre !!!!!



Marie Vaillancourt, artiste peintre

Calendrier des activités : Septembre 2017

1 septembre, Vendredi communautaire	3845 St-Dominique, 13h
3 septembre, Dimanche cinéma	3845 St-Dominique, 13h
8 septembre, Épluchette de blé d'inde	3979 Henri-Julien, 12h
10 septembre, Dimanche cinéma	3845 St-Dominique, 13h
14 septembre, Journée conserves	3845 St-Dominique, 13h (inscriptions requises)
15 septembre, Vendredi communautaire	3845 St-Dominique, 13h
17 septembre, Dimanche cinéma	3845 St-Dominique, 13h
19 septembre, Pique-nique et <u>Molky</u>	Pont du parc Lafontaine, 11h30
22 septembre, Vendredi communautaire	3845 St-Dominique, 13h
27 septembre, Dimanche cinéma	3845 St-Dominique, 13h
27 septembre, Spa de la rue	1626 St-Hubert, avant-midi
28 septembre, Souper communautaire	3845 St-Dominique, 13h30
29 septembre, Vendredi communautaire	3845 St-Dominique, 13h

Participation au journal

Vous avez une nouvelle à annoncer ? Un service à offrir ? Des talents d'écrivain ou de dessinateur ? Dites-le nous ou faites nous parvenir vos œuvres! Il nous fera plaisir de le publier !