JOURNAL DE L'APHK INC.

Dans ce numéro :

Mot de la vice-président	**3**
Mot de la directrice générale	4
Des nouvelles de L'Envol	6
Les Projets de l'APHK	10
Mot du stagiaire Emrick	12
Les événements spéciaux	13
Volet AIS	16
Les ateliers de l'APHK et activités	18
Info sur les REEI	23
Recette	24
Devenir membre	26
Activités et nouveaux membres	28
Membres honoraires 2023	29
Commanditaires	34
Jeux et anniversaires	36

Joyeuses Fêtes et Bonne Année 2024!

UN BRIN DE JASETTE

HIVER 2023

L'Association des Personnes Handicapées du Kamouraska Est inc.

L'Association des Personnes Handicapées du Kamouraska Est inc. est un organisme dont la mission est de promouvoir les droits et de défendre les intérêts des personnes handicapées et de leur famille. Le Conseil d'administration de l'APHK est composé de bénévoles, en majorité membres d'une famille où vit une personne handicapée ou elle-même handicapée.

Les membres du Conseil d'administration élus lors de l'assemblée générale du 21 juin 2023:

- M. Étienne Brodeur, président
- Mme Denise Landry, vice-présidente
- Mme Nicole Barbeau, trésorière
- Mme Yolande Lavoie, secrétaire
- Mme Josée Michaud, administratrice

Le personnel

- Mme Carole Lévesque, directrice générale
- Mme Suzanne Lapointe, agente-soutien administratif
- Mme Réjeanne Drapeau, technicienne comptable
- M. Mathieu Perron, chargé de projet
- Mme Marie-Hélène Pelletier, superviseure des ateliers de la Boutique APHK
- Mme Annie Michaud, couturière
- M. Martin Desjardins, entretien et désinfection
- Mme Miranda Smith, animatrice au volet AIS
- Emrick Gallant, étudiant en éducation spécialisée en stage aux ateliers
- Mme Sandra Lévesque Michaud, coordonnatrice Résidence L'Envol

655, rue Taché, Saint-Pascal (Québec) G0L 3Y0
Téléphone : 418 492-7149
info@aphke.org
www.aphke.org
Suivez-nous sur Facebook
Ouvert du lundi au jeudi de 8 h 00 à 16 h30

Mot du président

L'an dernier, cette période de l'année fut chargée de peine : nous avons perdu Carl, un résident, et aussi le père de Marianne et la mère d'Anne-Marie. Nous nous rappelons d'eux un an plus tard; nos tendres souvenirs remontent à la surface.

Cette année, à part un court épisode de COVID à L'Envol, de nombreuses bonnes nouvelles. Les aménagements derrière L'Envol et dans la cour de l'APHK ont été complétés. Ces projets ont eu besoin de financement; je remercie les nombreux donateurs et organismes qui nous ont soutenus. Nous avons pu les accueillir fièrement lors de l'inauguration des aménagements de L'Envol. Merci. Cela prend aussi de la vision; elle provient de Carole qui porte le projet depuis plusieurs années. Et un maître d'œuvre, merci Mathieu, pour tes efforts pour faire arriver les choses.

Le 20 août dernier, nous avons tenu notre journée « Éclate-toi avec l'APHK », une première. Une initiative de notre très énergique collègue, Marie-Hélène. Une vingtaine de jeux de fête foraine ont été conçus et réalisés par Marie-Hélène et son équipe. La population de Saint-Pascal et des environs était conviée. Le fonctionnement des jeux était supervisé par nos membres. Tous se sont bien amusés. Sachez que les jeux peuvent maintenant être loués. Avis aux intéressés!

Récidive à l'Halloween avec une autre activité inédite : un parcours « effrayant » dans le sous-sol de l'APHK! Ici aussi la population fut au rendez-vous. Merci aux concepteurs et participants dont les photos apparaissent plus loin dans cette édition.

Le conseil d'administration est bien heureux de constater, avec la tenue de telles activités, que l'APHK est bien intégrée dans son milieu.

Autre démonstration de cette intégration est le succès de la campagne de financement de L'Envol, une initiative de Sandra qui a conçu le projet et l'a mené à terme

avec l'appui de Carole. Nous remercions toutes les personnes et organismes qui nous ont appuyés. Nous avons pu bénéficier de la visite de notre député, Mathieu Rivest, de la radio locale, ce qui contribue à faire connaître et apprécier notre résidence.

Ces activités furent spéciales. Ce qui ne doit pas nous faire oublier le quotidien. Je remercie tout le personnel de L'Envol et Sandra, la coordonnatrice, pour l'accompagnement de nos résidents à toutes les heures du jour tout au long de l'année.

Je remercie les bénévoles aux ateliers et à la boutique de l'APHK. Merci aux membres qui confectionnent les articles.

Et maintenant merci au personnel, peu nombreux mais très engagé, qui travaille dans l'harmonie. Merci aux bénévoles qui nous supportent, merci aux membres du conseil d'administration. MERCI!

Étienne Brodeur, président

Prenez note que nos adresses courriels ont changé au cours du mois de novembre 2023. Ne vous inquiétez pas!

La transmission de vos courriels sont redirigés automatiquement à la bonne adresse courriel. Merci!

Horaire de la Boutique APHK :

La boutique sera ouverte aux heures habituelles les 21 , 22 et 23 décembre 2023

Jeudi et vendredi de 12h00 à 18h00

Samedi de 10h00 à 16h00

*** Nous serons fermé les 28,29 et 30 décembre 2023.**

Merci de votre compréhension !

Mot de la directrice générale

Bonjour à tous,

Que le temps passe vite! Nous voilà encore une fois à la veille des fêtes! La course contre la montre est commencée !!! Magasinage, cadeaux, préparation de pâtés et de desserts de toutes sortes, décorations extérieures et intérieures de la maison, etc. Cependant, c'est aussi la période où l'on peut penser aux vacances, aux repas et réveillons en famille, à pratiquer des sports d'hiver, bref un moment de l'année où il est important de prendre du temps de qualité avec ceux que l'on aime!

Nous profiterons de cette période pour fermer les bureaux du 22 décembre 2023 au 7 janvier 2024. De retour le 8 janvier frais et dispos !

Départ/Arrivée

J'apprécie toujours la participation et la contribution des stagiaires à l'APHK; c'est la raison pour laquelle je tiens à souligner le départ de Emrick Gallant qui, au cours des derniers mois, a accompagné Marie-Hélène aux ateliers de travail et lors des activités pour les membres. Alors, je te remercie Emrick pour ton implication auprès de la clientèle.

Nous sommes gâtés cette année puisque nous avons la chance d'accueillir une autre stagiaire qui débutera le 15 janvier 2024. Il s'agit de Chloé Langelier, étudiante en technique d'éducation spécialisée, 3e année. Nous avons bien hâte de t'accueillir Chloé!

Activité de financement $$$$

Nous avons encore, cette année, nos billets de loterie de l'APHK. Les billets sont en vente auprès des différents membres et bénévoles. N'hésitez pas à nous encourager! Si vous avez le goût de nous aider à en vendre, n'hésitez pas à m'appeler, vous serez les bienvenus!

Je termine en souhaitant un très joyeux temps des fêtes à tous nos membres, à tout le personnel de l'APHK et de L'Envol, aux administrateurs et administratrices, à nos bénévoles, à tous nos partenaires, ainsi qu'à vous tous chers lecteurs et chères lectrices. Santé, Bonheur et Prospérité!

Carole Lévesque, directrice générale

Un mot de la résidence L'Envol

Bonjour à vous tous,

L'hiver est déjà à nos portes. Comme le temps passe vite. Voici un petit aperçu des derniers mois à L'Envol.

La participation des résidents dans le quotidien se poursuit et cela a un effet très positif. Nous en sommes bien heureux.

Dans les prochaines semaines, nous mettrons en place quelques petits changements à l'envol dans le but d'agrémenter le quotidien de nos résidents. Il y aura une pause collation tous les après-midi dans le but de créer le rassemblement. Lors de cette pause, une collation sera servie; en même temps , se tiendra une petite activité. Par la suite, un système de son Bluetooth sera complété afin de créer de l'ambiance dans la résidence.

Si vous êtes venu à L'envol dans les dernières semaines, vous avez pu constatez que l'aménagement extérieur est terminé. En effet, nous avons fait l'inauguration le 12 octobre dernier. Nous sommes très fiers de cet accomplissement. Un gros merci à nos généreux donateurs et collaborateurs.

Nous avons souligné les anniversaires suivants :

Dany Bourgoin le 17 octobre

Lyne Simoneau 13 novembre

Michel Chouinard le 20 novembre

Patricia Briand 29 novembre

☺ *C'est la fête !* ☺

Journée d'inauguration!

De la belle visite !

Florence et sa fille.

Michel s'implique à la cuisine

Départ

Parmi les employés nous avons eu le départ de Geneviève Allard et de Danielle Tremblay.

Arrivée

Nous avons embauché deux nouvelles employées soit Jennifer Pelletier et Huguette Ngomba.

Au courant du mois de décembre, nous avons dû dire aurevoir à Hélène Langlois qui a pris la décision d'aller habiter à la nouvelle maison alternative à Rivière-du-Loup.

Nous lui souhaitons bonne chance dans ses nouveaux projets.

J'en profite pour vous souhaiter de joyeuses fêtes, amour, santé, paix et bonheur avec ceux que vous aimez.

C'est le 11 décembre que se tiendra le party de Noël des résidents au restaurant. Cette activité est rendue possible grâce au Fonds de soutien communautaire.

« Une vie est faite de détails, mais un détail peut changer une vie »

Sandra Lévesque Michaud, Coordonnatrice Résidence L'Envol

L'hiver, le temps d'hiberner comme un ours ?

Les choses se sont bien déroulées cet automne : les travaux d'aménagements à la résidence L'Envol ont été terminés juste à temps pour l'inauguration du 12 octobre. Bel événement, joyeux, avec la présence des résidents et de leurs proches, de membres du personnel et du conseil d'administration, sans compter la présence de plusieurs de nos partenaires financiers : Fondation TELUS, MRC de Kamouraska, Desjardins, Loisir et sport Bas-Saint-Laurent, Club Lions de Saint-Pascal et notre député Mathieu Rivest.

Merci à tous pour votre présence ! Nous prévoyons ajouter quelques plantes au printemps pour agrémenter l'ensemble et ajouter un module de jeu de dards et de poches. Pour animer les lieux, nous aimerions entre autres organiser un après-midi de pétanque avec une personne « connaisseuse » en pétanque adaptée, avec le soutien Loisir et sport Bas-Saint-Laurent. À suivre !

Novembre a marqué la fin des travaux de construction du cabanon de l'APHK : difficile à manquer avec son beau jaune moutarde en harmonie avec la cantine voisine ! Enfin, de la place pour ranger les dons et autres matériaux qui sont transformés en produits artisanaux aux ateliers !

Encore un peu de terre noir au printemps, un peu de semaines de trèfle et le projet sera complètement achevé.

Le mois de décembre et le début janvier seront un peu plus tranquilles pour moi. N'allez pas croire que je vais m'installer dans le cabanon pour hiberner comme un ours : c'était mon plan, mais Carole m'a finalement trouvé des dossiers à travailler dans mon bureau.

Joyeux temps des fêtes, je vous souhaite de belles et chaleureuses rencontres !

Mathieu

Mathieu Perron, chargé de projet

Mot de notre étudiant en stage aux ateliers de l'APHK

Salut à tous, comme vous le savez le temps des fêtes approche à grand pas. Ce qui signifie que mon stage est déjà à sa fin. Je voulais vous remercier individuellement pour chaque moment passé à vos côtés.

Ce stage à l'APHK m'a prouvé que c'est ce beau métier que je veux exercer dans ma vie et cela m'a permis d'acquérir une nouvelle expérience professionnelle.

Je souhaite remercier ma chère tutrice Marie-Hélène qui m'a accompagné et soutenu dans mes idées les plus dingues comme la maison hantée! Je souhaite également remercier toute l'équipe de l'APHK qui m'a permis de faire ce merveilleux stage qui a passé plus vite que jamais.

Je vous souhaite un bon temps des fêtes et j'espère vous revoir bientôt!

Au plaisir!

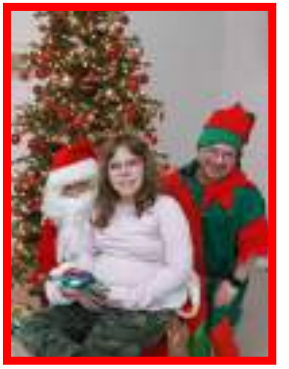
Emrick Gallant, étudiant en éducation spécialisée.

Volet Activités

Depuis fin octobre, Emrick a eu la chance d'accompagner certains d'entre vous aux quilles le mardi matin. Le mercredi, c'était la chorale qui, sur des airs de Noël, se pratiquait à L'Envol en compagnie d'Emrick et Marie-Hélène. La chorale a d'ailleurs donné une petite prestation à la Place Dupuis et à la Résidence Labrie le 9 décembre en après-midi.

Fête de Noël de l'APHK à Mont-Carmel le 3 décembre 2023.

L'ambiance était à la fête avec un bon diner, une belle chorale, une animation dynamique avec Marie-Hélène et la surprise du père noël avec la distribution des cadeaux pour clôturer cette magnifique fête.



Le 25 et 26 novembre, la boutique APHK était présente au marché de Noël de La Pocatière.

Voici notre kiosque de vente avec nos bénévoles.

Bénévoles du 25 novembre.

En matinée :

Marie-Hélène et

Martin.

En après-midi:

Étienne, Anne-Marie et Matin

Bénévoles du 26 novembre.

En matinée:

Yolande, Caroline et Réjeanne.

En après-midi:

Caroline et

Suzanne

Journée féerique à la boutique APHK le 11 novembre 2023

Un petit aperçu de nos créations.

Boutique aphk

Volet "Accompagnement et intégration sociale"

Bonjour à vous,

Déjà décembre! Noël arrive à grand pas.

Nous avons fait quelques activités au mois d'octobre. Malheureusement, j'ai seulement des photos de notre gros diner d'Halloween.

Ça me manque de faire plusieurs activités avec vous mais j'espère que vous acceptez mes excuses et que vous comprenez que ce n'est pas simple d'agencer mes deux emplois vu que je suis sur appel pour l'ambulance et n'ai pas de poste stable pour l'instant.

Je vous souhaite plein d'amour et d'être entouré d'amis et de vos familles pour le temps des fêtes.

J'espère vous revoir très bientôt!

Bon temps des fêtes,

Miranda

Volet "Accompagnement et intégration sociale"

Quelques photos des dernières activités

Aux ateliers avec Marie-Hélène

Bonjour à tous,

Toute l'équipe des ateliers de travail tient à vous remercier pour votre engouement envers nos produits lors de la journée de Noël, du 11 novembre dernier, dans notre boutique. C'était déjà notre 3e édition cette année et soyez assuré qu'il y en aura une 4e l'an prochain. Nous étions également présents lors du marché de Noël de La Pocatière, les 25 et 26 novembre. Lors de ces évènements, vous avez su nous montrer que notre travail était apprécié et nous vous en sommes très reconnaissants.

L'équipe des ateliers prendra un congé bien mérité pendant la période des fêtes, le 15 décembre au 15 janvier inclusivement. Nous reviendrons, après avoir fait le plein d'énergie et d'idées, afin de garnir les tablettes de la boutique d'articles pratiques et originaux.

En attendant, nous vous souhaitons un joyeux temps des fêtes rempli d'amour de joie et de bonheur. Que la santé soit au rendez-vous, pour vous et vos proches.

N'oubliez pas de cliquer sur « j'aime » de la page Facebook de la boutique pour ne rien manquer des nouveautés.

www.facebook.com/boutiqueaphk

Marie-Hélène Pelletier, superviseure d'atelier

Boutique APHK

Le 31 octobre dernier, nous avons organisé une maison hantée dans les locaux de l'APHK. Tout au long du parcours, les petits et les grands pouvaient explorer les différents univers que nous avions créés spécialement pour l'occasion. Certaines pièces étaient interactives pour les plus jeunes et certains personnages étaient au rendez-vous pour donner quelques frissons aux plus vieux.

On tenait à vous dire plus de 250 fois « Merci ! » d'être venus, affronter notre maison hantée. Cela fut un véritable succès. Nos travailleurs sont très fiers de vous avoir fait quelques frayeurs. J'espère que vous n'avez pas eu trop peur.

Un MERCI tout spécial à tous les bénévoles (avant, pendant et après). Aucun évènement ne pourrait avoir lieu sans vous. MERCI! 🙏

😱

Emrick Gallant alias le bûcheron.

Stagiaire en éducation spécialisée

Marie-Hélène Pelletier alias la dame blanche.

Superviseure des ateliers

Isabelle, la vampire et son défunt mari

Caroline en peintre psychédélique

Annie, la maîtresse vaudou

Yolande en sorcière

Sylvain, le savant fou et Martin son expérience de laboratoire

Sylvie, la voyante

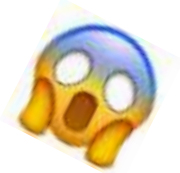
Jérémy, le bourreau avec Nicole, sa prisonnière

Anne-Marie à la distribution des bonbons

et

Miranda présente pour diriger les gens vers l'entrée

Cimetière



Photos de groupe avec tous les acteurs

(REEI) Régime enregistré d'épargne invalidité

But du régime

Assurer la sécurité financière à long terme d'une personne gravement handicapée et admissible au crédit d'impôt pour personnes handicapées.

Cotisations au régime

Les personnes suivantes peuvent cotiser au régime :

- Le titulaire.
- Tout individu détenant une permission écrite du titulaire.

- Aucune limite de cotisation annuelle, maximum 200 000 $ à vie.
- Période de cotisation : du 1er janvier au 31 décembre.
- Les cotisations versées au REEI ne sont pas déductibles du revenu imposable.
- Possibilité de versements périodiques d'un minimum de 100 $. Fréquence de versement minimal mensuel.
- Les cotisations peuvent être versées au régime jusqu'à la fin de l'année du 59e anniversaire du bénéficiaire.
- Pour bénéficier de la subvention et du Bon canadien, les cotisations doivent être versées au régime avant la fin de l'année du 49e anniversaire du bénéficiaire.

Renseignement sur les subventions et les Bons

Vos cotisations peuvent être admissibles à la Subvention canadienne pour l'épargne-invalidité (SCEI) - Cet hyperlien s'ouvrira dans une nouvelle fenêtre (jusqu'à 3 500 $ par année et 70 000 $ à vie).

Les familles qui ont un faible revenu peuvent être admissibles au Bon canadien pour l'épargne-invalidité (BCEI) - Cet hyperlien s'ouvrira dans une nouvelle fenêtre (jusqu'à 1 000 $ par année et 20 000 $ à vie, sans même avoir à cotiser).

La subvention et le Bon peuvent être versés dans le REEI du bénéficiaire jusqu'au 31 décembre de l'année où le bénéficiaire atteint l'âge de 49 ans.

Renseignez-vous auprès de votre institution financière.

Assortiment de mini-brochettes apéritives

Ingrédients

6 personnes

- ☐ **250 g** Miniboules de mozzarella
- ☐ **250 g** Tomates-cerises rouges(ou jaunes)
- ☐ **1** Chorizo
- ☐ **1** Botte de ciboulette fraîche
- ☐ Huile d'olive
- ☐ Sel
- ☐ Poivre du moulin

Étapes de préparation

1. Pelez le chorizo, puis coupez-le en rondelles assez fines (5 mm d'épaisseur environ).

2. Ciselez la ciboulette, mettez-la dans un bol. Egouttez les boules de mozzarella, roulez-les dans la ciboulette ciselée pour bien les en enrober.

3. Montez des brochettes en piquant ces ingrédients sur des brochettes en bois ou en bambou, en les alternant. Commencez et finissez de préférence avec une rondelle de chorizo, pour bien caler les brochettes.

Vous voulez organiser une rencontre entre amis pour une jasette ou une réunion dans un environnement agréable et convivial, tout en sirotant un p'tit café ? C'est possible! Communiquez avec nous pour connaître les dates disponibles et le nombre de personnes qu'il nous sera possible d'accueillir.

AVIS DE RECHERCHE

Comme la majorité de nos articles sont fabriqués à partir de matériaux recyclés, nous sommes présentement à la recherche de :

- Des pots Mason
- Du tissu en coton,
- Des jeans de couleur,
- Des fermetures-éclair,
- Des petits boutons de couleur,
- Des poignées d'armoires et des crochets,
- Des retailles de bois franc.

Si vous avez d'autres matériaux à nous proposer, communiquez avec nous !

SVP toujours communiquer avec nous avant de passer.

Pour information, veuillez communiquer avec Marie-Hélène, du lundi au jeudi, au 418 492-7149, poste 2004.

DEVENIR MEMBRE DE L'APHK

Pourquoi devenir membre ou renouveler votre adhésion à l'APHK?

Il peut y avoir plusieurs raisons :

⇒ Pour la cause;

⇒ Pour appuyer activement une équipe dévouée et enthousiaste;

⇒ Pour soutenir les services qui sont offerts et la réalisation de projets.

⇒ Et plus encore...

Mais, tout d'abord, c'est un acte d'engagement, c'est un premier geste à poser envers notre organisme. Ça permet de créer un sentiment d'appartenance et cela fait toute une différence pour nous, car plus il y a de membres et plus cela augmente notre crédibilité et nous permet de mieux représenter, promouvoir et défendre les intérêts de notre clientèle.

Votre adhésion est importante pour nous et merci de nous soutenir en ces temps plus difficiles. Le coût est de **10 $** par an ou **20 $** pour deux ans.

Il est maintenant possible d'adhérer ou de renouveler votre carte sur le site de l'APHK.

Procédure pour adhérer ou renouveler la carte de membre en ligne

1. Pour devenir membre ou renouveler votre carte rendez-vous sur aphke.org/boutique : carte de membre
2. S'il s'agit d'une nouvelle adhésion, passez directement à l'étape 5.
3. S'il s'agit d'un renouvellement et que vous n'êtes pas déjà connecté, cliquez sur "connectez-vous" afin de vous identifier.
4. Entrez les informations demandées et passez à l'étape suivante.
5. Choisissez la catégorie "adhésions" dans le menu principal de la boutique.
6. Prenez connaissance des indications qui vous guideront sur la marche à suivre puis choisissez la carte de membre appropriée.
7. Remplissez les quelques champs obligatoires et ajoutez la carte à votre panier.
8. Une fois vos achats à la Boutique APHK terminés, cliquez sur "voir le panier" et suivez les instructions pour finaliser votre commande.

Vous avez besoin d'aide ? Consultez notre guide à :

aphke.org/boutique/informations-cartes-de-membre.

Vous avez plus de questions ou rencontrez un problème sur le site de la Boutique APHK?

Contactez l'assistance technique à : info@aphke.org

Bienvenue aux nouveaux membres

Membre Carte « OR »

Pauline Parent

Mélina Lauzier

Bienvenue!

Membre Carte « Argent »

Monique Gaudet

Isabelle Simard

Bienvenue!

Activités à l'APHK

Consultez notre page Facebook de l'APHK et celle de la Boutique APHK et notre site Internet.

Vous y trouverez les détails de nos activités qui auront lieu dans les prochaines semaines.

Consultez-les régulièrement car il y en a des nouvelles qui s'y ajoutent.

Les membres honoraires 2023

Alimentation Provigo Gabriel Landry

Architecte Daniel Dumont

Arpentage Côte-du-Sud

Caisse Desjardins Centre-Est-de-Kamouraska

Camille Dumais inc.

C.G. Thériault inc.

Chevaliers de Colomb Local 2941 de St-Pascal

Club des 50 ans et plus de Kamouraska

Club des 50 ans et plus de Saint-Pascal

Club Lions de Mont-Carmel

Club Lions de Saint-Pascal

Claude Langlais

Clément Massé

Électrizone inc.

Équipements JPL inc.

Gaétan Lévesque

Groupe funéraire Caron

Industries Desjardins Ltée (Les)

Jean-Guy Morin

Jean-Marie Rossignol

Les membres honoraires 2023

La compagnie Normand Ltée

Le Placoteux

Le Jardin des Pèlerins

Marcel Charest & Fils inc.

Monique Bélanger

Municipalité de Kamouraska

Municipalité de Mont-Carmel

Municipalité de Saint-Alexandre-de-Kamouraska

Municipalité de Saint-André

Municipalité de Saint-Germain

Municipalité de Saint-Bruno

Municipalité de Sainte-Hélène

Municipalité de Saint-Joseph

Municipalité de Saint-Philippe-de-Néri

Ovila Thiboutot inc.

Robert Dufour

Rodrigue Lagacé

Tannerie des Ruisseaux

Thériault Lucie

Toiture C.V. Dionne

Ville Saint-Pascal

Merci de tout cœur à nos généreux donateurs

Du 1er octobre 2023 au 30 novembre 2023

Don divers	15.00$
Benoit Huppé	500.00$
Canadon	135.94$

Saviez-vous qu'il est maintenant possible de faire un don en toute sécurité sur notre site Internet au www.aphke.org?

Vos dons permettent à l'APHK de réaliser des projets et d'élargir la plate-forme de services destinés à ses membres.

Soutenir l'APHK, c'est investir dans sa communauté.

La vraie richesse d'un homme en ce monde se mesure au bien qu'il a fait autour de lui.

Mahomet

MERCI À LA POPULATION

L'APHK tient à remercier tous ceux et celles qui nous apportent la matière recyclable qui sert à la fabrication des articles fabriqués aux ateliers et destinés à la Boutique. Non seulement les coûts de fabrication sont grandement amoindris, mais vous contribuez aussi à l'économie circulaire et à l'environnement.

MERCI AUX BÉNÉVOLES

L'APHK tient à remercier chaleureusement ses bénévoles, bien sûr ceux qui œuvrent sur le C.A., mais aussi ces autres qui nous libèrent de **beaucoup** de tâches et nous permettent d'accomplir plus, avec le temps que nous avons. Un gros merci à tous ceux et celles qui s'impliquent.

«Celui qui veut voir l'arc-en-ciel, doit apprendre à aimer la pluie.»

Paulo Coelho, Auteur

Les petites annonces

Martin Desjardins, membre de l'APHK, ramasse les objets suivants afin de les recycler : Goupilles de canettes de liqueur, attaches à pain en plastique et timbres.

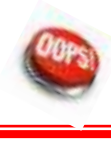
Martin collectionne aussi les cartes de hockey et les cartes postales.

Si vous en avez, apportez-les au local! Merci!

Vous avez un objet qui pourrait être utile à nos membres et vous souhaitez l'offrir ou le vendre ?

Communiquez avec nous, il nous fera plaisir d'en faire mention dans notre journal .

Malgré toute notre bonne volonté, il est possible que, lors de la rédaction, des erreurs ou fautes de frappe, d'orthographe ou de ponctuation se glissent dans les textes. Si c'était le cas, nous nous en excusons à l'avance.



Un gros merci à nos commanditaires pour le soutien financier de notre journal.

Membre affilié
familiprix
Pharmacie
Raphaelle Paradis et Marcelle Pelletier inc.
Heures d'ouverture
Lundi, mardi, mercredi et vendredi 9 h à 18 h
Jeudi 9 h à 20 h
Samedi 9 h à 17 h
Dimanche 10 h à 13 h
555, rue Taché
Saint-Pascal (QC) G0L 3Y0
Tél. : 418 492-1234
Téléc. : 418 492-2255
Courriel : 2308propreo@familiprix.ca

CARON
GROUPE FUNÉRAIRE
groupefunerairecaron.com
353, avenue Chapleau
Saint-Pascal (Québec) G0L 3Y0
Téléphone : 418 492-2222

Fleuriste
Le Bel Arôme
614, 4e Avenue, La Pocatière
G0R 1Z0
418.856.2925
1 800 463.1291

PME INTER
NOTAIRES
GARON, LÉVESQUE, GAGNON, ST-PIERRE
SERVICES JURIDIQUES INC.
506, Taché, Bureau 101, Saint-Pascal
Tél. : 418-492-1441 / 418-492-7294
802, 6e avenue Pilote, La Pocatière
Tél. : 418-856-4166

Trans-apte inc.
Services de transport adapté et collectif
418-308-0856

PLOMBERIE
PASCAL DUMAIS

Merci à nos commanditaires!

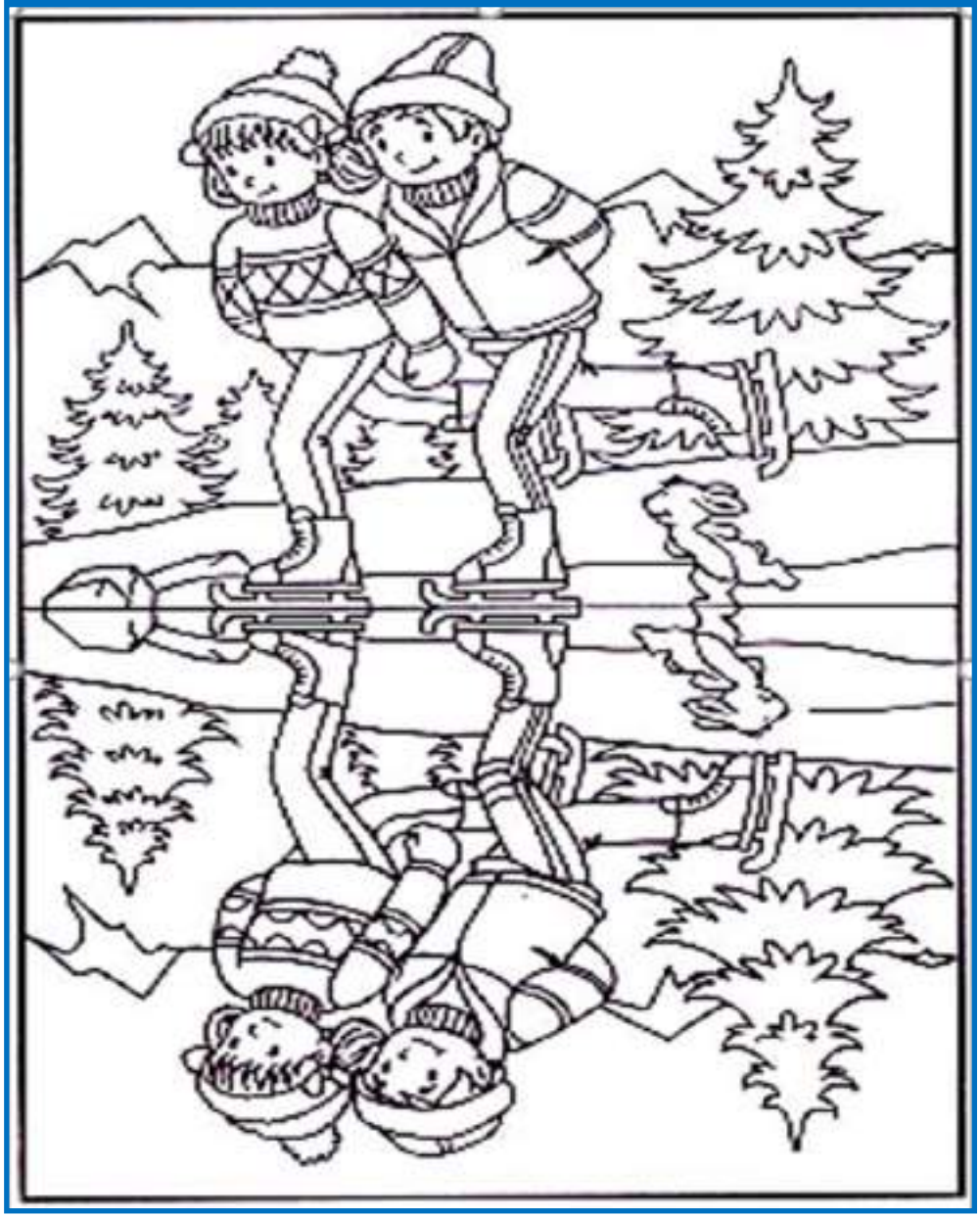
Desjardins
Caisse Centre-Est-du-Kamouraska

Encerclez le gnome qui apparaît en un seul exemplaire.

Image à colorier

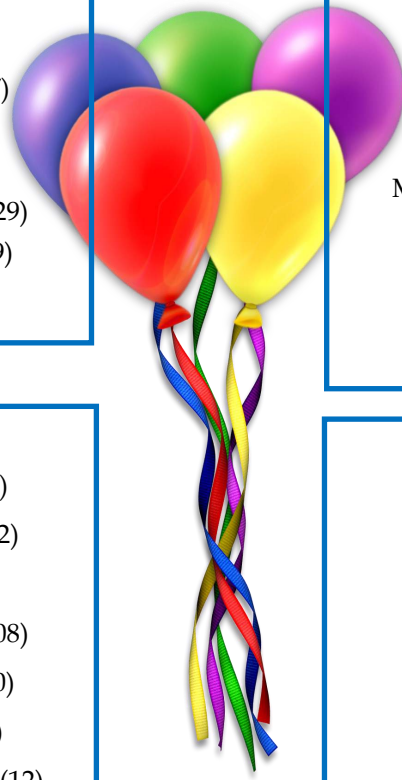
Comme dans un miroir.

Trouver les 10 différences dans l'image miroir.



Janvier

Claire Lévesque (03)
Hugo Lévesque (03)
Patrice Dionne (04)
Marjolaine Tremblay (08)
Nicole Dionne (12)
Anne Morneau (23)
Jérémy Nadeau (25)
Colombe St-Onge (27)
Pauline Dumais (27)
Paul Lemieux (28)
Anne-Marie Brodeur (29)
Réjeanne Drapeau (29)
Cindy Michaud (30)



Février

Rosalie Blais (03)
Claudine Rossignol (4)
Micheline Rodrigue (08)
Stéphane Lagacé (09)
Nicole Barbeau (16)
Madeleine Moreau (17)
Caroline Briand (18)
Marie-Josée Carrier (19)
Marie-Claude Briand (23)
Chantale Dumont (26)
Michel Allaire (27)
Suzanne Lapointe (27)

Mars

Solange Morneau (01)
Raymonde Ostiguy (02)
Annie Michaud (02)
Jean-Michel Lemieux (08)
Lana-Ann St-Onge (10)
Karine Lévesque (12)
Marie-Christine Bernier(12)
Marjolaine Émond (12)
Berthier Côté (13)
Rose-Hélène Bouffard (13)
Johanne Rossignol (15)

Mars (suite)

Cynthia Bernier (15)
Guylaine Légaré (15)
Jayden St-Pierre (19)
Claire Bérubé (21)
Pâquerette Sirois (23)
Nicole Chamberland (24)
Lucille Arseneau (25)
Martine Langlais (26)

Vous désirez devenir membre de l'APHK!

C'est très simple! Complétez ce coupon et retournez-le nous!

C'est la différence de chacun qui fait la beauté de notre monde!

NOM : _____

ADRESSE : _____

TÉLÉPHONE : _____

COURRIEL : _____

PERSONNE VIVANT AVEC UNE LIMITATION : OUI _____ NON _____

Il en coûte seulement 10 $ par année pour être membre.

Responsable du journal : Rédaction & mise en page
Suzanne Lapointe

Collaboration: Carole Lévesque et Étienne Brodeur

Le Journal de l'APHK inc. — Un Brin de jasette est un médium d'information de l'APHK.