L'Informel

Le Centre culturel Frontenac de Kingston

1er novembre 2023 | NUMÉRO 2 | VOLUME 48

Cette année nos spectacles voyagent, suivez nous !

Photo © Pixabay/Alexas_Fotos

Mot du Président

Jean Lord

Hé bien! C'est fait! Après toutes ces années de planification et de négociation, nous voici enfin dans nos nouveaux locaux sur la rue Wheathill, voisin de l'école Mille-Îles et de l'école Sainte Marie-Rivier, sur Demers. La coopération règne et il semble qu'il n'y aura aucune limite à nos nouveaux projets.

La vente de nos anciens locaux se concrétisera le 15 décembre et notre programmation 2023-2024 est déjà bien amorcée malgré que le théâtre LE SÉSAME, aura besoin de quelques mois pour ouvrir ses portes. En attendant, nous nous produisons dans des salles de spectacle de la ville. Vérifiez bien vos billets car la salle varie selon le type de spectacle.

Si vous êtes intéressés à vous joindre à nous, comme membre du conseil d'administration ou comme bénévole, le temps est propice pour les nouvelles idées et projets. Vous pouvez aussi grandement nous aider simplement en assistant aux divers spectacles. Les prix sont des plus abordables. Amenez vos amis et faites leur découvrir votre Centre Culturel Frontenac.

Au plaisir de vous revoir,

Jean.

Mot de la Direction générale

Marie-Noël St-Cyr

Bonjour à vous,
Nous sommes sur place au 1290, rue Wheathill, presque complétement installés dans le Carrefour scolaire communautaire. Par contre, nous poursuivons sur le thème de la mouvance car nos spectacles feront le tour de la très accueillante ville de Kingston en attendant que **le nouveau théâtre LE SÉSAME** soit fin prêt plus tard au printemps 2024 :

Ferline Regis se produira en chanson, dans toute sa splendeur, le mercredi 8 novembre, à 19h, dans la salle de spectacle **THE MALTING TOWER du TETT Centre** for Creativity and Learning ainsi que Geneviève et Alain, le vendredi 2 février 2024, à 19h; et encore, **Harry Paper et la parodie en carton**, le vendredi 19 avril 2024, à 19h.

Notre spectacle d'humour, cette année, met en vedette **Eddie King** et aura lieu le samedi 18 novembre, dans la salle de spectacle **The Spire**, à 19h, 82 Sydenham St, Kingston, ON K7L 3H4.

Par contre, comme Les Bilinguish Boys et Angle mort, en septembre et octobre derniers, les deux ateliers de danse GUMBOOT, le premier, pour les enfants de 5 à 11 ans, aura lieu à 10h et celui offert aux jeunes de 12 à 18 ans, à 13h, auront lieu, le samedi 2 décembre, dans l'Agora du **Carrefour scolaire communautaire,** 1290, rue Wheathill, Kingston, K7M 0A7. Il en sera de même pour la pièce de théâtre impro interactive **Nombre**, le jeudi 23 mai 2024, à 19h.

Les artistes locaux, Jonathan Davies et Django's Kitchen, quant à eux, se produiront en double plateau, le vendredi 1er mars, dans la salle de spectacle **NEXT CHURCH**, 89 Colborne St, Kingston, ON K7K 1C8

Les joutes de Euches des aînées ont reprises au centre et il fait plaisir d'entendre les voix, les sonnettes et les conversations amicales. Si vous voulez vous joindre au groupe, communiquez avec Pierre Nadeau par courriel à l'adresse : nadeau-p@hotmail.com. (Affiche page 9).

Mot de la coordination artistique

Samia Bestandji

Comme il vous a été précédemment présenté, les spectacles voyagent cette année, alors notez bien les dates et lieux des belles soirées culturelles francophones à venir à Kingston !

Belle rentrée à tous ! Nous avons eu un bel été artistique, avec le spectacle *La bulle* de Corpus et avons encore plein de beaux spectacles à vous présenter cette saison.

Concert de **Ferline Regis** au Malting Tower, avec en **bonus un souper offert** par le Réseau de soutien à l'immigration francophone de l'Est de l'Ontario (RSIFEO) partenaire du spectacle, le mercredi 8 novembre à 19h. En partenariat également avec le Conseil des écoles catholiques du Centre-Est (CECCE). Adresse : 370 King St W, Kingston, ON K7L 2X4. Infos et billets en ligne: centreculturelfrontenac.com/saison2324/ferlineregis.

Spectacle d'humour avec l'humoriste **Eddy King**, à la **salle The Spire** au centre ville, le samedi 18 novembre à 19h. En partenariat avec le Conseil des écoles publiques de l'Est de l'Ontario (CEPEO). Adresse : 82 Sydenham St, Kingston, ON K7L 3H4.
Infos et billets en ligne: centreculturelfrontenac.com/saison2324/eddy-king.

Le prochain **5 à 7 Franco est pour le 9 novembre !** Il aura lieu au restaurant **The Iron Duke**, 207 Wellington St, Kingston, ON, le jeudi 9 novembre de 17h à 19h. C'est gratuit ! Bien entendu, vous êtes libre de passer commande d'une boisson ou d'un repas selon l'envie. Réservation au préalable en ligne sur notre site web ou par téléphone au (613)-546-1356, de manière à nous permettre de préparer l'espace adéquat. Plus d'info : centreculturelfrontenac.com/5a7francophone

Cette année encore nous offrons des abonnements avantageux, mais aussi des cartes-cadeaux, pour des sorties culturelles francophones à Kingston au meilleur prix. Plus d'informations en ligne sur notre site web centreculturelfrontenac.com, ou alors en nous écrivant à : coordinationccfkingston@gmail.com.

N'hésitez pas à nous joindre pour toute question et au plaisir !

Programmation artistique

2023-2024

Tarifs
Abonnements et Cartes cadeau
en ligne sur notre site web

centreculturel frontenac.com

L'abonnement offre quatre entrées aux spectacles de votre choix !

Déterminez le montant que vous voulez et offrez une carte cadeau arts et culture en français !

Lien des spectacles : centreculturelfrontenac.com/spectacles

Le Réseau de Soutien à l'immigration Francophone de l'Est de l'Ontario remercie l'ensemble de la communauté francophone d'avoir été présente à la journée de l'accueil, qui a eu lieu le 24 septembre dernier.

Nous profitons de cette occasion pour vous inviter à célébrer la semaine Nationale de l'Immigration Francophone (SNIF) avec nous. Cette année cette semaine sera soulignée du 05 au 11 novembre 2023 sous le thème : Terre Accueillante.

À cet effet, le Centre Culturel Frontenac en partenariat avec le Réseau propose un spectacle spécial SNIF avec l'artiste Ferline Régis le 8 novembre 2023 à 19h au Malting Tower, Tett Centre. Vous pouvez vous procurez les billets en visitant le site web du Centre Culturel Frontenac. Un souper sera offert lors du spectacle, à partir de 18h30.

Nous avons hâte de vous voir.

RSIFEO
RÉSEAU DE SOUTIEN À L'IMMIGRATION FRANCOPHONE DE L'EST DE L'ONTARIO

Écoles catholiques Centre-Est

PROCHAINEMENT

Sur la scène québécoise depuis 2007, **Eddy King** cumule les présences dans tous les grands galas. Il participe à de nombreux Festivals internationaux tant en Europe et qu'en Afrique.

Avec son style calme, posé et jamais stressé (le chanceux), **son humour contraste grâce à ses punchs qui mettent K.O**. n'importe quel public. Mené par ses convictions et ses principes, Eddy est fier de se tenir droit sur scène et à la télé.

Pour suivre sa carrière ou pour le découvrir, suivez-le sur ses réseaux sociaux !

Facebook et Instagram @iLoveEddyKing

Véritable ambassadeur de la culture africaine depuis près de 20 ans, **Just Aïssi** valorise l'héritage de sa culture par la danse… et les bottes ! Avec ses **ateliers de danse Gumboot**, il a développé un concept novateur, alliant danse, mimique théâtrale, musique, activité physique et culture.

Le Gumboot est une danse rythmée et dynamique, issue des mines de l'Afrique du Sud, nécessitant l'usage de bottes en caoutchouc. Les ateliers initient les participants aux mouvements de base rapides et synchronisés du Gumboot, en plus d'offrir un aperçu des origines historiques de cette forme d'art. Le plaisir y est garanti!

Des nouvelles de votre troupe de théâtre communautaire francophone: *Les Tréteaux de Kingston*

Normand Dupont, Directeur artistique (normand@kos.net)

1. Partenariats

Partenariat avec le Centre culturel Frontenac :

Les Tréteaux de Kingston étaient partenaires du Centre culturel Frontenac pour le spectacle Angle mort qui a eu lieu le samedi 14 octobre à 19h. Stéphanie Morin-Robert nous a émus, fait rire et passer par toute une gamme d'émotions. Ce spectacle percutant mêlait humour, narration, jeu de marionnettes, travail audiovisuel et interactions avec le public. Nous avons eu une belle discussion avec elle après la représentation. Elle a aussi présenté sa production aux deux écoles secondaires francophones le lundi suivant.

Nous avons aussi été partenaires pour la présentation du groupe Junkyard Symphony, un spectacle jeunesse de percussions qui a été offert à la communauté lors de la Franco-Foire organisée par l'ACFOMI le samedi 21 octobre à 11h. Que d'énergie!

Nous serons finalement partenaires de nouveau pour une autre activité jeunesse, deux ateliers de danse Gumboot offerts par Just Aïssi, un véritable ambassadeur de la culture africaine depuis près de 20 ans. Il valorise l'héritage de sa culture par la danse… et les bottes ! Avec ses ateliers de danse Gumboot, il a développé un concept novateur, alliant danse, mimique théâtrale, musique, activité physique et culture.

Le Gumboot est une danse rythmée et dynamique, issue des mines de l'Afrique du Sud, nécessitant l'usage de bottes en caoutchouc. Il y aura un atelier à 10h pour les 5 à 11 ans et un autre à 13h pour les 12 à 18 ans.

Et voici le lien pour acheter les billets :

https://centreculturelfrontenac.com/saison2324/danse-gumboot/

Ces partenariats sont rendus possibles grâce aux revenus provenant des bingos avec Play! Gaming and Entertainment.

Play! Gaming & Entertainment
Charitable Gaming benefits this organization and your community!

2. Happening théâtral communautaire de Théâtre Action

Il y avait eu une première étape de ce projet en avril dernier ici à Kingston. Louise La Rue, Marie-Andrée Hueglin, Marie-Ève Charland, Mélinda Cotnoir et moi avions créé un déambulatoire basé sur nos écrits. Sylvain Sabatié et Miracson Saint-Val, deux professionnels nous ont guidés tout au long de cette fin de semaine. Nous avions présenté le tout à la communauté le dimanche après-midi. Il y avait eu des formations semblables dans quatre autres communautés francophones de l'Ontario.

C'est avec fébrilité et enthousiasme que l'équipe de Théâtre Action nous a accueillis pour la 9e édition du Happening théâtral communautaire (HTC), cette grande fête du secteur communautaire! Du vendredi 20 au dimanche 22 octobre, une trentaine de mordu.es de théâtre des troupes communautaires des quatre coins de l'Ontario se sont rassemblés à Ottawa pour créer un grand déambulatoire théâtral en compagnie de Sylvain Sabatié et Sébastien Lajoie, deux comédiens professionnels, qui ont signé la direction artistique de cette édition 2023. Trois de nos membres y ont participé : je vous en parle plus à fond dans un autre texte de ce numéro de L'Informel.

3. Sketch présenté lors de la Franco-Foire de l'ACFOMI :

Maurice Fortilus de l'ACFOMI, nous a approchés pour créer un sketch qui serait performé de façon informelle lors de la Franco-Foire. En se basant sur les réponses à la consultation communautaire pour avoir une communauté francophone forte et dynamique à Kingston qui avait été réalisée par l'ACFOMI lors de divers événements de la communauté, nous avons identifié des aspects à inclure dans ce sketch.

Jenny Charron, Majorie Labrecque et moi avons discuté des éléments qui les touchaient particulièrement et de ce qu'elles souhaiteraient vivre au sein de notre communauté. Elles ont développé un canevas, une suite d'idées à incorporer dans ce qui semblerait être une discussion impromptue qui se déroulerait à deux reprises lors de la Franco-Foire.

Majorie et Jenny ont aimé l'expérience. Le fait que c'était une performance de théâtre invisible (c'est-à-dire qui se déroule tout simplement comme si c'était une conversation normale et non une présentation formelle), elles ne sont pas certaines de l'impact que ça a eu, que les gens ont pu bien les entendre même si la deuxième représentation s'est faite avec un microphone. Elles croient que les gens autour d'elles ont apprécié.

4. Productions de notre troupe:

Nous avons fait une réservation au Tett Centre pour la salle Rehearsal Hall pour une période de deux semaines au début du mois d'avril 2024. Nous aurons la salle du lundi 1er ou mardi 2 (à confirmer) jusqu'au samedi 13 avril. Nous présenterons notre pièce les jeudi 11, vendredi 12 et samedi 13 avril 2024.

Veuillez communiquer avec moi si ça vous tente d'y jouer, d'y aider en arrière-scène et de vous joindre à notre belle équipe!

Svp, partagez ces infos sur vos réseaux sociaux, invitez vos amis à y participer! Au plaisir de vous y voir!

Association canadienne-française de l'Ontario, Conseil régional des Mille-Îles

« Ensemble vers une communauté francophone dynamique ».

Le 21 octobre dernier, nous nous sommes rassemblés au Centre communautaire de l'Est de Kingston pour célébrer mille façons de vivre EN FRANÇAIS à Kingston et dans les Mille-Îles. Des exposants ont présenté leurs produits et services, des activités pour toute la famille ont eu lieu et on a pu se rappeler le dynamisme de notre communauté.

Visiteurs, exposants, commanditaires, bénévoles, artistes, et membres de l'équipe de l'ACFOMI, vous avez tous été au rendez-vous pour la 27e édition de la Franco-Foire et l'ACFOMI vous dit « Mille mercis ». Votre présence a contribué à faire de cet événement un succès.

L'ACFOMI vous donne tous rendez-vous le 3e samedi du mois d'octobre 2024 pour la 28e édition de la Franco-Foire des affaires et services en français!

Joutes de euchre
Saison 2023 - 2024

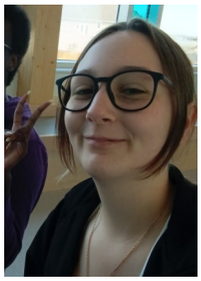
Les jeudis à 13H
au
Centre Culturel Frontenac
1290 Wheathill, Kingston

2023	2024
19 Octobre	11 et 25 Janvier
2, 16 et 30 Novembre	8 et 22 Février
14 Décembre	7 et 21 Mars
	4 et 18 Avril
	2, 16 et 30 Mai
	13 Juin

Alycia Pelletier

18 ans

Étudiante coop. au Centre culturel Frontenac



Je suis une élève de l'école Sainte-Marie-Rivier en 12e année. Cette année, je fais l'expérience pour la première fois du cours de coop qui va me rapporter 2 crédits de 12e année. Le cours coop est un cours où l'on fait l'expérience d'aller gratuitement à un endroit choisi et qui va nous former pour un futur travail. Pour commencer, la première étape est de connaître les choses de la sécurité, faire le CV, faire des tests précis sur notre personne pour aider à savoir ce que l'on veut. On se pratique à présenter des choses qu'on maîtrise et celles qu'il faut améliorer. La deuxième étape est de faire des recherches sur les lieux où l'on peut faire de l'apprentissage, ou ce qui peut être utilisé dans notre futur travail. Il faut parler et faire de la paperasse. Il faut faire les entretiens pour se faire embaucher.

Tout commence vraiment maintenant que tu es engagée. Tu es guidée dans ce qu'il faut que tu fasses comme tâches pour apprendre le métier. Je crois vraiment que ça aide tous les jeunes sous plusieurs aspects. Ce n'est pas que le bénéfice de suivre ce cours, ça montre vraiment la vie réelle, apprendre l'indépendance, l'organisation, la communication, la confiance en soi, à mieux se développer et plus encore. Si j'étais Ministre de l'éducation, je mettrais ce cours obligatoire tellement il y a de bénéfices.
J'ai choisi de faire mon coop au Centre Culturel Frontenac de Kingston, pourquoi?

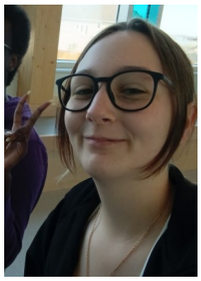
Mon objectif est de devenir Technicienne en imagerie et d'un autre côté, de gérer un commerce en art. Pour cela, il me faut des connaissances artistiques. Le Centre Culturel me permettra d'affiner mes connaissances du monde de la créativité, de savoir organiser des événements, de pouvoir pratiquer la communication sur plusieurs plateformes et en divers formats pour promouvoir des activités artistiques. Je tiens à dire merci à tous ceux et celles qui m'ont bien accueillis au centre culturel et je vais profiter de chaque moment avec vous.

Je viens d'une famille militaire, je peux même dire de génération en génération. Mon père est un vétéran et ma mère est électricienne dans l'armée. Je vis avec 3 petits frères et une petite sœur. Comme on peut dire d'une famille militaire, on a souvent déménagé. Je suis née à Montréal, puis j'ai vécu 10 ans à Valcartier, par la suite 4 ans en Nouvelle Écosse, pour finir en Ontario. Ça fait environ 4 ans que je suis ici. Je sais que je vais graduer cette année. Je vais me diriger vers le collège dans des programmes d'animation 3D et d'autres programmes touchant à la technologie de l'art. Par la suite, je vais vérifier où je peux trouver un travail de technicienne en imagerie. Je ne sais pas trop où je veux m'installer mais pour moi c'est important de voir loin, mais pas trop loin, donc on verra cela plus tard.

Voici un court résumé de ce que l'école m'a appris depuis ma première année: Mon parcours scolaire a été très rude, avec des hauts et des bas mais j'ai toujours persévéré, ce qui est aussi ma plus grande force. Entourez-vous des bonnes personnes car c'est elles qui vous aident à monter vers le haut, mais la personne qui vous aidera tous les jours du début à la fin, c'est vous-même. C'est vous qui créez votre histoire, personne d'autre. Vous êtes important, ne changez pas pour les autres mais pour vous-même.
Pour conclure, je tiens à dire merci à tous ceux et celles qui m'ont assistée dans ma vie et ceux et celles qui continuent d'être là pour moi, ainsi que tous ceux qui me soutiennent. Je souhaite du bonheur à tous.

Spectacle Angle Mort : L'informel sonde les opinions des étudiants de Sainte-Marie-Riviet et de Mille-Iles

Par Alycia Pelletier



Cela a été partagé avec deux écoles, Sainte-Marie-Rivier et Mille-îles, qui ont participé au questionnaire et ont bien évidemment vu le spectacle de Angle mort.

Quelle émotion les jeunes ont-ils ressentie lors de la prestation d'Angle mort ?

Les élèves de la 7e ont majoritairement beaucoup aimé. Pour les secondaires de la 10e et de la 11e année, également, mais il y en a qui l'ont un peu moins aimé. Quant aux finissants, les 12e années, ont très bien apprécié..

Ont-ils appris des choses de cet événement ?

en 7e : comment savoir s'amuser même avec un handicap - de savoir comment cela fonctionne - et de se mettre à la place d'autrui - ne pas intimider, mais surtout on ne veut pas se faire juger par les autres.

en 10e et 11e - Ils et elles étaient très au courant de l'importance de ne pas se moquer ou de juger les autres, mais de l'autre côté, ils trouvaient que cela était très utile de s'en rappeler et que la future génération soit sensibilisée à la chose. Les 12e en majorité, ont trouvé que le message était excellent pour les plus jeunes, car cela pourrait les aider à agir correctement entre eux - cela est important que les jeunes sachent que cela est normal, les handicaps, d'ainsi de savoir s'abstenir de juger les autres et de plutôt accepter toutes les personnes comme elles sont, en commençant par soi-même - que c'est mal l'intimidation car cela peut détruire les gens.

Pensent-ils que c'est important de traiter ce sujet pour arrêter l'intimidation et aider ceux et celles qui manquent de confiance en eux ?

En 10e et 11e - Oui pour sensibiliser les jeunes et leur apprendre à faire de meilleurs choix.

« Cela est important pour changer les habitudes »

En 12e : «Cela est important de leur faire comprendre qu'il y a des personnes qui souffrent et qu'il faut les aider à se sentir mieux. » - ça aide à traiter le sujet des handicaps et de les normaliser leur inclusion dans la société. Cela aide à sensibiliser les gens à de gros problèmes de la vie comme le harcèlement, le jugement des autres - tout cela nuit aux personnes qui les subissent car la personne va s'en souvenir jusqu'à la fin de ses jours. Cela brise la confiance en soi. Ça nuit à la santé mentale des gens - Il faut « limiter - éradiquer - l'intimidation » Cela est important de montrer que tous ont quelque chose d'unique.

L'humour utilisé les a-il intéressé ?

Les 7e ont été mitigés au sujet de leur appréciation de l'humour utilisé.

Les 10e et 11e l'ont généralement apprécié mais il y a un petit pourcentage pour lesquels ce n'était pas leur type d'humour.

pour les 12e - ce sont eux et elles qui ont le plus aimé ce type d'humour, en majorité le niveau 5 et 4.

Ont-ils d'autres idées qui peuvent les intéresser ?

En 10e et 11e, on préfère les spectacles d'humour ou de danse comme Casse-noisette - Ils ont des intérêts plus variés comme de la musique avec de la danse, «des pièces de théâtre ou de la musique basée sur la culture canadienne et franco-ontarienne.»

En 12e - on aimerait des spectacles de danse et des événements sur la guerre qui peuvent aussi être instructifs - des spectacles similaires à celui d'Angle mort et des spectacles éducatifs,

Nous avons eu un commentaire magnifique provenant d'un(e) élève ?

«l'humoriste était très drôle et a créé une bonne relation avec le public .»

Merci à tous les participants et participantes au sondage !

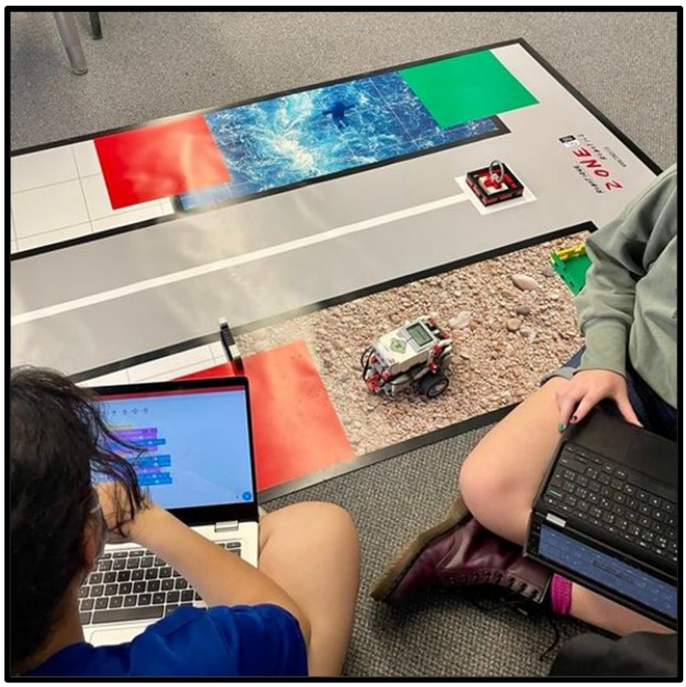
Robotique et programmation: une passion en croissance à Mille-Îles

École secondaire publique Mille-Îles (CEPEO)

Les élèves de l'école secondaire publique Mille-Îles pratiquent la programmation et la robotique depuis plusieurs années. Toutefois, en 2022-2023, l'engouement s'est ressenti quand le club comptait plus de 25 membres. Les élèves du club (7e à la 12e) ainsi que les adultes bénévoles (M. Philippe Couton, M. Omer Gnamey, Mme Michèle Guitard) se sont réunis deux fois par semaine pour préparer leur participation annuelle à la compétition Zone01, à Ottawa, le 14 avril 2023.

Pourquoi tant d'intérêt?

Quoique la plupart des élèves ont déjà l'expérience de la programmation par blocs avec Scratch dans le cadre de leur cours de mathématiques, de sciences ou de design, pour certain.es, ce fut une première expérience avec les robots. Quand un programme exécuté fait réagir un robot, cela rend l'expérience de programmation concrète et authentique. De plus, lors de la pandémie, le club de robotique était un des seuls clubs qui pouvaient maintenir ses activités, même si les élèves devaient pratiquer en petits groupes et en cohortes. Ceci a permis à plusieurs élèves de découvrir la robotique, cette activité qui marie créativité et logique. M. Couton a aussi servi d'intermédiaire entre l'école et les responsables du Kingston Robotics Lab. Les membres du club sont allés visiter les installations à deux reprises et ont eu l'occasion d'en connaître davantage par rapport aux compétitions FIRST ce qui permettra au groupe de relever d'autres défis pendant les années à venir. Le club sera alors en mesure d'offrir des défis autant aux débutants qu'aux membres qui sont de plus en plus avancés.



La compétition & les résultats:

Robotique Zone01, un organisme à but non lucratif, invente chaque année des défis imaginatifs et stimulants pour les élèves. Les équipes de Mille-Îles ont participé à deux types de défis en 2023: le sumo tactique et le défi mode survie.

Au sumo tactique, un défi qui s'offre aux jeunes de 10 à 15 ans, les robots s'affrontent sur un tapis qui rappelle le cercle du sport de lutte japonais. Chaque

année, Zone01 ajoute des règles surprises - en 2023, les robots pouvaient laisser tomber une leurre pour distraire le robot des adversaires.

Lors du défi mode survie, les robots doivent accomplir, en 2 minutes, une série de tâches qui rapportent des points à l'équipe. Le réel défi est que le robot doit accomplir ces tâches sans être téléguidé - en comptant seulement sur le programme automatique préparé par les élèves. En 2023, le thème était Planète Z, un défi relevant de la science-fiction.

En plus d'avoir eu l'occasion de côtoyer plein d'autres membres de clubs de robotique francophones, les Coyotes ont obtenus de résultats remarquables à la compétition:

SUMO

- Nicholas Beaulieu-Paquette, Nicolas Dudley et Daerick Kerkhoff - 1ère place (sur 28)
- Nicolas Couton, Copland Aiken, Niels Gnamey et Samuel Petznick - 2e place (sur 28)

MODE SURVIE

- Marcus Silva - 3e place (sur 11)
- Béatrice Vigneault - 4e place (sur 11)

<u>Les prochains défis:</u>

Pour l'année 2023-2024, le club de robotique compte participer aux compétitions FLL (FIRST Lego League), FTC (FIRST technical challenge) et Zone01. En plus, l'équipe de bénévoles s'est aussi agrandie, en ajoutant Mme Julie Soini au groupe. Les membres de l'équipe ont aussi hâte de pouvoir collaborer ensemble, lors du Projet Empreinte, chaque mercredi. Cette période décloisonnée permet aux élèves de se regrouper par intérêt et travailler des projets personnels issus de leurs passions et dans ce cas, préparer leur participation aux différentes compétitions. Bref, la robotique prend de plus en plus sa place au sein de l'école. Pour conclure, voici une petite entrevue avec Philippe et Nicolas Couton:

Pourquoi as-tu décidé d'être membre du club de robotique?

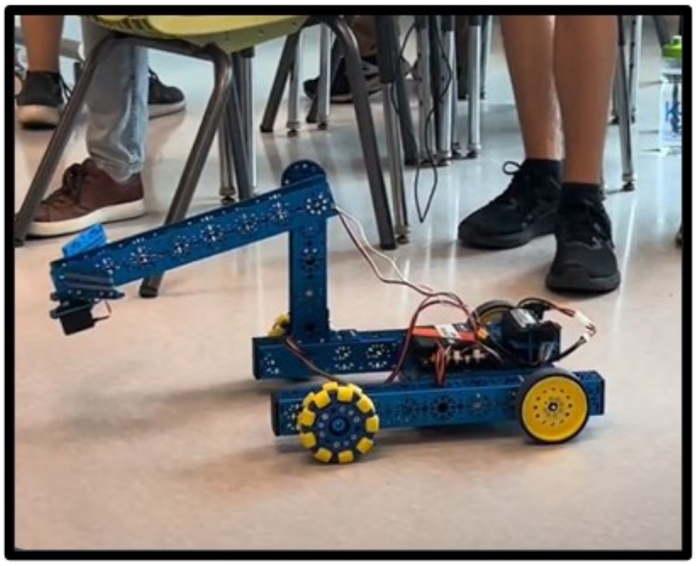
NC: Pour transférer mes compétences en robotique aux autres élèves tout en améliorant les miennes.

PC: Pour encourager cette activité passionnante et importante dans l'école. La robotique est devenue un aspect essentiel de notre présent et notre avenir. Tout le monde devrait avoir la chance d'en savoir plus!

Quel est le plus grand défi lorsqu'on participe ou organise un club de robotique?

NC: Le plus grand défi, c'est devoir réorganiser tous les kits chaque année.

PC: Coordonner les activités d'élèves et d'adultes de tous âges et différents niveaux de connaissance.



Quel est le plus grand défi lorsqu'on participe ou organise un club de robotique?

NC: Le plus grand défi, c'est devoir réorganiser tous les kits chaque année.

PC: Coordonner les activités d'élèves et d'adultes de tous âges et différents niveaux de connaissance.

Quelles qualités ou compétences penses-tu avoir acquises pendant la saison de robotique? Quelles qualités ou compétences as-tu remarqué chez les membres de l'équipe?

NC: J'ai appris beaucoup de choses sur la programmation et les systèmes FTC. Plusieurs membres de l'équipe ont montré une grande compétence en programmation, en travail d'équipe et en construction de robots.

PC: J'ai vraiment apprécié les différentes qualités et compétences de tous les élèves. En 2023-2024, nous allons faire encore mieux. Plus d'activités et plus de compétitions!

Dans les prochaines années, qu'est-ce que tu souhaites pour le club?

NC: J'espère commencer le club bien plus tôt cette année pour avoir le plus de temps possible pour créer nos robots et en apprendre davantage sur la robotique.

PC: Nous allons nous rencontrer pendant toute l'année, et peut-être même une partie de l'été. Et surtout, nous allons participer à notre première compétition FIRST (l'organisme qui fournit les kits et organise les compétitions, dans le monde entier).

Selon toi, quelle est la plus grande réussite du club cette année?

NC: Nos équipes de Mindstorms ont gagné plusieurs médailles à la compétition d'Ottawa en 2023!

PC: Le club a remporté plusieurs victoires et assemblé plusieurs robots impressionnants. Mais, la plus grande réussite, c'est que nous avons tous amélioré nos connaissances en robotique, et nous nous sommes fait de nouveaux amis!

Deux étudiantes Arizoniennes à Mille-Îles
Blair Conod et Alessia Dudley
École secondaire publique Mille-Îles (CEPEO)

En octobre, l'école secondaire publique Mille-Îles et la Kingston Sister Cities association ont accueilli deux étudiantes et une chaperone enseignante provenant de Arcadia High School de Scottsdale en Arizona. En 1994, Kingston et Scottsdale sont devenues des villes sœurs. Pour marquer le 30e anniversaire de ce partenariat, le Sister City Youth Ambassador Exchange Program entre Kingston et Scottsdale a été lancé.

Le programme d'échange entre Mille-îles et Arcadia High School a offert une chance aux ambassadrices arizoniennes d'apprendre et de participer à une culture et style de vie hors de l'ordinaire. De plus, elles ont eu l'opportunité de pratiquer leur français et de participer à des traditions canadiennes, comme une bonne visite chez Tim Hortons.

Accompagnées des deux ambassadrices de Mille-îles, les jeunes d'Arizona ont pu découvrir la beauté de Kingston à travers plusieurs activités, dont une tournée en bateau et en Trolley, un tour avec l'historien Arthur Milnes, une visite à Fort Fright et encore plus. Au-delà du paysage, les adolescentes ont visité le club humanitaire à Madeleine-de-Roybon, où les fameuses amies de poches sont créées.

« J’ai vraiment aimé cette expérience, et je m’en souviendrai pour toujours!» raconte Blair Conod, une ambassadrice de Mille-Îles. « C’était une expérience inoubliable, c’est certain. J’ai bien hâte d'aller en Arizona en mars et de revoir nos copines, » a décrit Alessia, l’autre ambassadrice canadienne.

En bref, les élèves se sont bien amusés et ont étendu leur perspective sur la vie kingstonienne. En mars, les ambassadrices de Mille-îles auront l’opportunité de revoir leurs amies américaines durant leur voyage à Scottsdale. Les ambassadrices canadiennes planifient d’apporter avec elles le matériel nécessaire pour créer des amies de poches lors de leur visite en Arizona.

Finalement, les ambassadrices de Mille-Îles tiennent à remercier toutes les organisations qui ont rendu ce programme possible, dont la Ville de Kingston, le Bureau d'éducation internationale du CEPEO, le Kingston Economic Development Corporation, Tourism Kingston, Arthur Milnes Walking Tours, Kingston Frontenacs et bien sûr, M. Éric Galarneau, pour tout son dévouement envers l’organisation de ce programme.

Conseil des écoles publiques de l'Est de l'Ontario
ÉCOLE ÉLÉMENTAIRE PUBLIQUE
MADELEINE-DE-ROYBON
SOIRÉE D'INFORMATION :
À LA DÉCOUVERTE DE LA MATERNELLE
28 NOVEMBRE DE 18H À 19H
MADELEINE-DE-ROYBON.CEPEO.ON.CA/VOTREECOLEFRANCO

Prix de Kingston District Sports Hall of Fame (KDSHF)

École secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier

Une belle reconnaissance pour une ancienne élève de Sainte-Marie-Rivier

Geneviève De Wys, élève finissante de la 12e année au mois de juin 2023, a remporté une importante distinction lors d'une cérémonie au Kingston District Sports Hall of Fame le samedi 7 octobre 2023.

L'athlète de l'année féminine de l'école secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier a reçu une bourse de 1000$ et une plaque commémorative, en raison de ses succès athlétiques lors de l'année scolaire 2022-2023.

Cette reconnaissance a été faite envers quatre élèves de la ville de Kingston. Geneviève, qui vient tout juste d'amorcer sa toute première année d'études à l'Université McMaster en kinésiologie, s'est distinguée en raison de ses succès au badminton (championne KASSAA en simple féminin), en athlétisme (championne KASSAA et EOSSAA lors des épreuves du lancer du javelot) et au volley-ball (match des étoiles) KASSAA et capitaine de l'équipe finaliste EOSSAA féminine Sr). Bravo Geneviève!

Mlle Geneviève De Wys et M. McDonald, directeur athlétique à Sainte-Marie-Rivier

Elle a tenu à nous présenter sa plaque, nous parler du début de son parcours à l'université ainsi que des souvenirs qu'elle garde de son parcours à L'école secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier.

Geneviève présente son prix à Mme Sylvie Mekoulou directrice de l'Ésc Sainte-Marie-Rivier

1. Bonjour Geneviève, Merci beaucoup d'être venue nous visiter. Comment trouves-tu la nouvelle école?
Je trouve la nouvelle école fantastique! Les élèves sont tellement chanceux et chanceuse d'avoir l'occasion d'apprendre dans un environnement si moderne, et avec autant de belles ressources. Ce que j'aurais aimé, avoir l'expérience de travailler dans des nouveaux laboratoires, la salle de conditionnement physique et le merveilleux gymnase. Les élèves sont vraiment choyés.

2. Parle-nous de tes premiers mois à l'université ainsi que de ton orientation : Pourquoi as-tu opté pour la kinésiologie?
L'université est certainement très différente de l'école secondaire. Il y beaucoup plus de travail à faire avant mes lectures, beaucoup plus d'apprentissage autonome, mais aussi plus de merveilleuses opportunités pour découvrir mes intérêts académiques.

J'ai opté pour la kinésiologie puisque ce programme m'offre l'équilibre parfait entre mes intérêts, mais aussi ce qui m'aligne le mieux pour le futur. J'ai tellement apprécié les cours de soins de santé et de biologie à Marie-Rivier, que je savais que mon parcours post-secondaire allait inclure un programme avec un emphase sur ce type de cours. J'envisage de postuler à l'école de médecine, alors le baccalauréat en science, spécialisation en kinésiologie, va couvrir la plupart de mes pré-requis, tout en m'offrant des cours que je sais que j'adorerais.

3. Comment l'Ésc Sainte-Marie-Rivier t'a préparée à vivre ce futur parcours à l'Université?
Quel est le plus beau souvenir que tu gardes de cette école?
L'Ésc Saint-Marie-Rivier m'a préparée à vivre ce futur parcours à l'université avec les programmes rigoureux qui m'ont été offerts. Les enseignantes et enseignants m'ont appuyé au cours des années, mais m'ont aussi enseigné à être indépendante, et autonome en rapport à mes études. Cela m'est très utile maintenant que beaucoup de mes cours demandent de la discipline pour étudier indépendamment.

Le plus beau souvenir que je garde de cette école est les nombreuses activités parascolaires qui m'ont été offertes: les tournois sportifs, les concours avec le programme DRACO, la Course Pierre Lavoie. La compétition MHS et les équipes sportives dont j'ai fait partie sont parmi les meilleurs moments que j'ai vécu pendant mon secondaire.

4. As-tu des conseils à donner aux futurs étudiants qui voudraient s'engager comme toi sur la voie de la médecine?

N'ayez pas peur de poser vos questions afin de découvrir ce que vous aimez. Parlez à des gens qui ont des emplois dans le domaine qui vous intéresse, pour en savoir plus sur leur parcours scolaire, et comment avoir du succès.

Chère Geneviève, tu représentes à merveille le profil de sortie des élèves de notre école : L'excellence académique et sportive. L'équipe de Sainte-Marie-Rivier te souhaite un excellent succès dans tes futurs projets académiques et dans ta vie personnelle!

Succès de l'équipe de volley-ball masculine Jr ESC Sainte-Marie-Rivier

L'équipe de volley-ball masculine Jr est actuellement en train de se démarquer non seulement par son succès lors de la saison KASSAA, mais également lors des tournois régionaux. L'équipe des Dragons, qui est composée d'élèves de la 9e et 10e année totalise actuellement trois victoires impressionnantes lors de leurs 5 premières joutes de la saison KASSAA, soit face à Frontenac SS, LCVI et Bayridge SS. Si cette tendance se maintient, nos Dragons conclueront la saison parmi les 5 meilleures équipes de la ligue de 13 équipes, ce qui va garantir leur participation aux championnats régionaux de l'Est-ontarien, qui auront lieu à Sainte-Marie-Rivier le mercredi 15 novembre.

Lors de leurs deux premiers tournois de la saison, à Napanee et à Kingston SS, les gars se sont classés en 3e position à NDSS parmi les 10 équipes participantes et 2e position à KSS parmi les 16 équipes participantes.

Les gars ont même commencé une nouvelle tradition lors de ces tournois, soit la reconnaissance du joueur de la partie qui gagne le privilège de porter le fameux kimono en or suite à la partie. Souhaitons que cette nouvelle tradition se maintienne et que chacun des élèves puisse remporter cet honneur une fois lors de la saison.

Allez les Dragons!

Éducation coopérative à Sainte-Marie-Rivier
Parcours d'un élève : Tylan Eyre
École secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier

Quelle belle occasion pour parfaire son cheminement au secondaire en participant à des cours d'éducation coopérative!

Ce type d'apprentissage différencié offre aux élèves du secondaire la possibilité de s'immerger dans un domaine particulier de leur choix (blocs de 2 cours). L'éducation coopérative est un appui au développement de compétences chez les élèves. C'est aussi un appui aux programmes de MHS (Majeur haute spécialisation) qui sont offerts à l'école. Les participants ont la possibilité de participer à un stage dans la communauté et vivre des expériences authentiques reliées à des métiers/professions spécifiques.

(Tylan E. et M. Bénéteau).

D'après M.Bénéteau, enseignant responsable de ce programme à Sainte-Marie-Rivier, l'éducation coopérative sert à appuyer les élèves dans leur cheminement scolaire et à favoriser l'apprentissage différencié.

Tylan Eyre est un élève de la 12e, épris du secteur de la construction et qui fait un COOP ce semestre dans ce domaine et plus précisément en peinture. Il nous parle brièvement de son expérience dans le programme COOP.

Tylan E. pendant une période COOP.

Quels sont tes projets postsecondaires?

Après la douzième année, je vais prendre des cours en charpente dans un collège et travailler plus tard dans ce domaine. Mon père a une entreprise de rénovation, ce qui a influencé mon choix en partie.

Comment est-ce que la participation au programme COOP te prépare à bien réussir tes futurs projets?

Je fais mon COOP en construction dans le domaine de la peinture.

Cette expérience m'aide à acquérir de nouvelles habiletés et compétences que je pourrais utiliser plus tard dans ma vie personnelle ou au travail . Par exemple la patience : en peinture je suis très patient dans l'exécution de mes tâches et je me con-

centre pour faire de bonnes finitions pour éviter d'avoir à recommencer. C'est un bel apprentissage.

Comment l'équipe de Sainte-Marie-Rivier t'aide à réaliser tes futurs projets professionnels?

M. Bénéteau m'a donné accès à avoir l'expérience dans le domaine à travers le programme COOP.. Il m'a donné beaucoup de conseils qui m'ont aidé à éclairer mon choix et le domaine qui correspond le mieux à mes habiletés. Je le remercie pour cet appui.

C'est grâce à un appui de nos partenaires communautaires variés de la communauté que les élèves peuvent vivre des expériences notoires durant leur cheminement scolaire. Il est à souligner que les employeurs suivants nous appuient depuis longtemps dans le cadre du programme COOP :

- Providence Care Hospital - domaine de la santé
- Coral Services - construction général et paysagiste
- Centre Culturel Frontenac - domaine des arts et de la culture
- Go Far automotive - mécanique automobile
- La Garderie Croque Soleil et La Garderie Éducative de Kingston - soins de la petite enfance
- Canadian Tire - ventes et technicien automobile
- Denny's Restaurant Division - restauration et préparation des aliments
- École élémentaire Mgr. Rémi-Gaulin - aide-enseignant/e et enseignant/e au primaire
- Long and McQuade musical instruments - musique et culture musicale

Cette offre de parcours différenciés aux élèves, dont font partie l'apprentissage COOP ainsi que des programmes spécialisés, est au cœur de la programmation pédagogique de l'équipe de l'Ésc Sainte-Marie-Rivier qui croit à la réussite de chaque élève et lui donne la possibilité d'apprendre en explorant ses passions.

Joute inaugurale dans le nouveau gymnase Sainte-Marie-Rivier/Mille-Îles

La saison sportive des écoles secondaires de la région de Kingston s'est amorcée le mardi 19 septembre avec un événement bien spécial : la toute première joute dans le nouveau gymnase des écoles secondaires Sainte-Marie-Rivier et Mille-Iles.

Au-delà de 75 spectateurs ont assisté à ce match inaugural, incluant le directeur de KASSAA, au cours duquel les Dragons de Sainte-Marie-Rivier ont remporté la victoire par un score de 3-1..

Vivement la tenue de nombreux tournois dans ce beau et neuf gymnase, et surtout bon succès à toutes les équipes sportives de l'Ésc Sainte-Marie-Rivier.

(De la gauche vers la droite : Les Coyotes de l'Ésp Milles-Îles et les Dragons de l'Ésc Sainte-Marie-Rivier)

ÉCOLE SECONDAIRE CATHOLIQUE SAINTE-MARIE-RIVIER

Une tradition d'excellence académique et sportive depuis 1987!

Course Terry-Fox

École secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier

La course Terry Fox a été un grand succès à SMR. C'était une belle opportunité de leadership pour les élèves de la classe de conditionnement physique qui ont pu partager la pratique de vie active avec toute l'école.

'C'était très motivant de voir toute l'école se rassembler pour être active et célébrer une bonne cause` dit Marguerite Chrétien, une élève du cours de conditionnement physique.

''Les élèves ont fait des affiches et se sont amusés à encourager leurs pairs pendant la course, ainsi qu'à courir et démontrer les pratiques qu'ils vivent dans le cours de conditionnement physique. Je suis très fière d'eux.'' a commenté Mme Demmons, l'organisatrice de la journée et l'enseignante du cours de conditionnement physique.

Les élèves du gouvernement des élèves ont aussi assisté au fonctionnement de la journée et ont amené un bel esprit d'école à l'événement. 'C'était un événement qui a pu ressortir les ambitions individuelles des élèves et en même temps rassembler la population de l'école avec un objectif commun.` a dit Blake Conod, le premier ministre du gouvernement des élèves.

L'école a amassé $450 pour la fondation Terry Fox et a pu profiter d'une belle journée ensoleillée à courir/marcher sur les beaux lieux de la nouvelle école.

Engagement et bienveillance!

Aventure en Espagne 2024!

École secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier

Après une grande pause forcée de 4 années occasionnée par le fameux Covid-19 et les mesures sanitaires, c'est avec joie et excitation que Sainte-Marie-Rivier renoue enfin avec son traditionnel voyage international. L'école offre la possibilité à ses élèves de participer à la découverte et l'exploration de différentes régions du globe et ce à tous les deux ans.

Lors de la semaine de relâche du mois de mars 2024, vingt deux élèves de la 10e à la 12e année de l'école secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier prendront part à un voyage de 9 jours en Espagne. Pour la majorité, l'opportunité de clôturer leur parcours secondaire en créant des souvenirs mémorables entre ami(e)s les a motivés à s'inscrire au voyage. «J'ai hâte de découvrir de nouveaux endroits avec mes ami(e)s, de se faire des souvenirs...» dit Catherine Dénommée, 12e année.

Le voyage international est une belle occasion pédagogique unique de connaître une nouvelle culture, d'élargir ses horizons, de créer de nouvelles amitiés et de mettre ses connaissances apprises dans un autre contexte.

«Le voyage va me donner la chance de découvrir et comprendre une autre culture que la nôtre, un mode de vie différent. La chance de voir le monde avec mes amis» explique Ryan Dujmovic-Stachow, un élève de 12e année.

Lors de leur aventure en Espagne les élèves auront le plaisir de découvrir entre autres les villes de Madrid, Grenade, Séville et Costa Del Sol.

*Si vous souhaitez aider les participants du voyage international de Sainte-Marie-Rivier, visitez notre boutique virtuelle de la Pâtisserie Michaud pour réserver vos délicieuses bûches de Noël.

INVITATION PORTES OUVERTES

École secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier

Venez découvrir l'excellence académique et sportive de l'École secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier!

Nous sommes ravis de vous inviter à la soirée portes ouvertes de l'École secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier! Cette soirée est destinée aux parents et élèves qui veulent en savoir davantage sur les programmes et services offerts aux niveaux intermédiaire et secondaire. Elle est une occasion unique de visiter le tout nouveau bâtiment, d'interagir avec le personnel et de découvrir les programmes spécialisés qui distinguent l'école parmi les autres à Kingston.

Nous comprenons que votre horaire du temps est chargé, c'est pourquoi la formule de cette soirée portes ouvertes a été révisée pour mieux s'adapter à votre réalité familiale. Venez découvrir comment l'École secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier peut contribuer au développement, à l'épanouissement et au bien-être de votre enfant, au moment qui vous convient le mieux le jeudi 7 décembre, entre 17h30 et 19h30. Il est à noter qu'une courte présentation du personnel de l'école aura lieu à **17h30**.

Date et Heure : Jeudi 7 décembre 2023, de 17h30 à 19h30
Lieu : École secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier (1381, avenue Demers, Kingston)

Programme de la soirée

Accueil : Dès votre arrivée, l'équipe-école et nos élèves vous accueilleront chaleureusement et vous fourniront des informations importantes pour votre visite.

Rencontre avec l'équipe pédagogique : L'équipe pédagogique sera présente pour répondre à vos questions sur l'approche pédagogique de l'école, ses programmes académiques et l'engagement du personnel envers le succès de chaque élève.

Visite guidée : Explorez les installations modernes et découvrez les salles de classe, laboratoires, bibliothèque, installations sportives et bien plus encore!

Activités interactives : Écoutez les élèves de l'école partager leurs expériences et leurs histoires à succès, et vous guider à travers des activités interactives.

Session d'information sur l'admission : Si vous souhaitez inscrire votre enfant à l'école, l'équipe responsable des admissions sera à votre disposition pour vous fournir des informations sur le processus à suivre.

Collation : Profitez d'une légère collation et d'une ambiance conviviale pour socialiser avec d'autres parents et membres de la communauté.

Des prix de participation seront offerts aux jeunes qui prendront part à la soirée avec leurs parents, tutrices ou tuteurs.

Nous sommes impatients de vous accueillir lors de cette soirée portes ouvertes et de vous présenter tout ce que l'école a à offrir. Que vous soyez déjà membre de la communauté scolaire ou que vous envisagiez de vous y joindre, cette soirée est l'occasion idéale pour vous de vivre l'expérience offerte à l'École secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier.

N'hésitez pas à nous contacter à **marie-rivier@ecolecatholique.ca** ou au **613-546-5270** si vous avez des questions ou besoin d'informations supplémentaires.
Au plaisir de vous y voir en grand nombre!

Un enfant qui lit est un penseur pour la vie!

Découvrez l'heure du conte à votre bibliothèque municipale

Brockville Public Library

Your Public Library

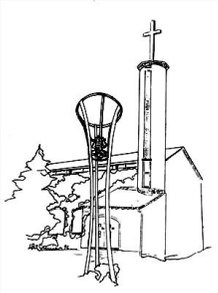
NGPL

Merrickville Public Library

Smiths Falls Public Library

Écoles catholiques Centre-Est

ecolecatholique.ca/matineeslitteraires



Paroisse St-François-d'Assise

Si vous désirez que vous ou vos enfants reçoivent les sacrements dans l'Eglise catholique (Baptême, première Réconciliation, Première Communion ou Confirmation), vous devez contacter votre paroisse locale.

À St-François-d'Assise, nous offrons des préparations en français. Svp communiquez avec notre paroisse au 613-542-2377 ou par courriel à :

secretariat@francoisassise.ça

Au plaisir de vous accueillir!

Paroisse St-François d'Assise
512 rue Frontenac
Messe à 16 h 30 suivie d'un buffet chaud du traiteur de Ramekins
Samedi le 25 novembre, 2023 à 18h
- PORTES OUVERTES -

Coût : 25$ pour un adulte / (35$ pour 1 adulte et enfant(s) / 60$ pour 2 adultes et enfant(s)

KFL&A Family Advisory Committee

Communiqué de presse

Enfants en crise = Familles en crise

June 13, 2023

Le Comité consultatif de la famille de la KFL&A pour la santé mentale des enfants et des jeunes tire la sonnette d'alarme au sujet de la crise des services de santé mentale. Alors que la pandémie a exaspéré un système déjà stressé, il n'en demeure pas moins que les enfants – et à leur tour, leurs familles – ont du mal à trouver l'aide et les ressources dont ils ont besoin.

Malgré les annonces de financement continu des gouvernements fédéral et ontarien pour les initiatives en santé mentale, les listes d'attente pour accéder aux programmes et aux services locaux durent des mois, voire des années. Les familles se tournent vers leur médecin de famille (s'ils en ont un), les fournisseurs privés (s'ils en ont les moyens) et les salles d'urgence des hôpitaux ou les centres de soins d'urgence (s'ils sont ouverts) pour obtenir de l'aide.
Le système actuel repose sur des parents et des fournisseurs de soins qui n'ont pas d'expérience, de ressources ou de soutien pour défendre la santé mentale de leurs enfants. À leur tour, ces adultes se sentent impuissants, coupables, en colère, rancuniers et seuls.

« Vous avez l'impression d'échouer en tant que parent parce que vous ne pouvez pas garder votre enfant seul, mais les gens qui sont censés aider ne réagissent pas. »

« C'est littéralement la vie ou la mort. Mon enfant veut mourir et personne ne répond à mes appels ou à mes courriels. »

Ce sont des citations de seulement deux membres du Comité consultatif sur la famille, un groupe formé en 2019 avec le soutien de plus de 35 organismes et organismes communautaires de KLF&A par l'intermédiaire du Groupe de travail sur la Feuille de route vers le mieux-être.

Notre comité a créé et distribué « Un guide pour naviguer dans les services de santé mentale de votre enfant dans KFL&A », un outil pour guider et documenter le parcours de santé mentale d'un enfant lorsqu'il cherche des services. Cette ressource est très efficace une fois que les services de santé mentale sont accessibles. Le problème réside dans le fait que l'accès initial et continu aux services et aux programmes est difficile.
Nous demandons au gouvernement provincial, avec les conseils et l'expertise des fournisseurs locaux, de s'attaquer au sous-financement chronique des services communautaires de santé mentale dans l'ensemble de la province afin de répondre à l'importante demande continue et d'établir :

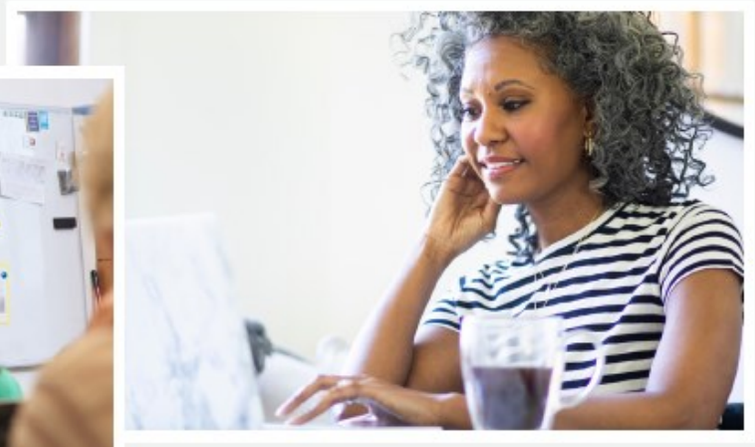
- Un système centralisé permettant aux fournisseurs de services de santé mentale et aux pharmaciens d'accéder aux antécédents et aux dossiers de santé mentale
- Un portail de ressources en ligne centralisé pour les familles en crise, comprenant des renseignements sur les services publics et privés
- Financement de postes de navigation dans le système destinés à aider les familles à communiquer avec des fournisseurs et des services qui peuvent ensuite offrir des mises à jour régulières sur les délais et les processus
- Formation plus poussée des professionnels de la santé sur les traumatismes
- Système de soutien coordonné pour la transition des services de santé mentale pour les enfants aux adultes

Notre comité tient à remercier et à reconnaître les organismes et les personnes qui fournissent des services de santé mentale pour leur passion et leur dévouement à aider notre population la plus vulnérable. Nous demandons aux fournisseurs de services locaux de se concentrer sur l'amélioration de la continuité des soins en continuant de travailler avec d'autres organismes (et les parents et les fournisseurs de soins) pour s'assurer qu'aucun enfant (ou famille) ne passe entre les mailles du filet.
Les services de santé mentale segmentés et cloisonnés sont contre-productifs et inefficaces lorsqu'il s'agit d'aider les enfants et les jeunes de notre collectivité.

Pour en savoir plus sur le Comité consultatif sur la famille ou pour faire part de vos expériences et de vos préoccupations au sujet des services de santé mentale pour les enfants et les jeunes, veuillez communiquer avec nous à kflafac@gmail.com.

D'autres ressources pour les familles se trouvent à https://www.facebook.com/kflafac.

La formation continue, un investissement qui rapporte !



Nos formations ont différents formats pour atteindre différents buts.

- Les formations autonomes sont disponibles en tout temps et celles en groupe ont des horaires flexibles
- En présentiel, en ligne ou sur place en entreprise
- La formule est adaptée selon le type de formation et la clientèle à desservir
- Une équipe de formateurs expérimentés
- Nos formateurs cumulent des expériences variées
- Inscriptions en tout temps et horaires flexibles

Pour obtenir plus d'informations, veuillez nous contacter.

LA ROUTE DU Savoir

1290 Wheathill (bur.#116) Kingston, ON
administration@laroutedusavoir.org
(613) 544-7447 | www.laroutedusavoir.org

Pouvez-vous trouver les six palindromes?

Elle, Rever, Radar, Stats, Ressasser, Kayak

D	O	E	L	L	I	A	F	R	E
R	R	L	O	R	E	V	E	R	T
E	F	L	R	K	A	Y	E	T	A
S	U	E	I	B	R	O	Q	I	E
S	N	S	U	R	A	V	U	B	J
A	N	A	D	V	D	R	Y	S	M
S	A	K	A	Y	A	K	D	T	O
S	M	E	S	N	R	Z	H	A	K
E	B	I	C	P	S	C	G	T	X
R	S	Y	T	A	W	F	L	S	N

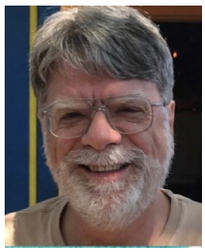
LA ROUTE DU Savoir

CENTRE DE FORMATION POUR ADULTES

1290 Wheathill bur# 116
Kingston, On (613) 544-7447
administration@laroutedusavoir.org
www.laroutedusavoir.org

Théâtre Action, un organisme dynamique!

Texte de Normand Dupont



Je siège au sein du Conseil d'administration de Théâtre Action comme représentant du secteur amateur depuis juin 2022.
https://theatreaction.ca/programmation/

Je suis membre de la troupe de théâtre communautaire Les Tréteaux de Kingston depuis 1983. Au cours de ces quarante années, j'ai eu la chance de participer à plusieurs activités organisées par Théâtre Action, un organisme provincial proactif et essentiel au développement, à l'enracinement et au rayonnement de la pratique théâtrale de langue française en Ontario.
Ils œuvrent au sein de trois secteurs : scolaire, amateur et professionnel et j'ai eu la possibilité de bénéficier de leur appui dans chacun de ces secteurs.

Tout d'abord au niveau scolaire, j'ai enseigné les cours d'art dramatique et de théâtre à l'École secondaire catholique Marie-Rivier de 1988 à 2013. J'y ai fondé la troupe de théâtre Quiproquo et nous avons participé à toutes les éditions du Festival de Théâtre Action en milieu scolaire (FTAMS) sauf une, l'année où nous avions déménagé des portatives dans la cour arrière de Regiopolis-Notre-Dame Catholic High School au Centre scolaire-communautaire sur la rue Dalton. Ce festival alternait entre Ottawa et Sudbury. Nous y présentions notre production annuelle et avions droit à la rétroaction d'un.e professionnel.le. De plus, chaque élève et enseignant.e prenait part à des ateliers de formation offerts par des artistes professionnels francophones. Lorsque je rencontre des anciens.nes de Quiproquo, ils me disent que la participation au FTAMS demeure parmi leurs souvenirs les plus mémorables.

Nous avons aussi bénéficié du programme d'appui à la création offert par Théâtre Action à quelques reprises. Notre troupe était jumelée à une dramaturge qui nous aidait à créer une pièce : remue-méninges, canevas, écriture des scènes, relecture. Une autre expérience enrichissante.

Du côté professionnel, je travaille pour le Centre culturel Frontenac depuis que j'ai pris ma retraite en 2013. Tout d'abord comme animateur du Projet Connexion Théâtre-Danse parrainé par Réseau Ontario et le Conseil des arts de l'Ontario. Il s'agit de faire du développement de public et d'organiser des activités de médiation culturelle pour faire la promotion des productions des compagnies franco-ontariennes professionnelles de théâtre et de danse. Depuis 2020, j'assume la direction artistique de notre centre culturel. J'ai ainsi la chance incroyable de faire du repérage, d'aller voir des pièces de théâtre à Ottawa, Toronto, Montréal qui pourraient possiblement être ajoutées à notre programmation artistique. À quelques reprises, Théâtre Action a organisé des rencontres entre les centres diffuseurs et les compagnies de théâtre pour nous parler de leurs projets, des pièces en développement ou prêtes pour la tournée.

Avec des représentants de notre troupe locale, nous avons assisté aux différentes éditions des Feuille vives, des mises en lecture de textes franco-ontariens présentés par les compagnies professionnelles. J'ai aussi siégé comme juré pour des sélections de textes et pour des remises de prix.

Finalement, c'est au sein du secteur communautaire que j'ai eu le plus de liens avec Théâtre Action. Au cours des années, la troupe de théâtre communautaire Les Tréteaux de Kingston a organisé des

ateliers de formation offerts par des membres professionnels de l'organisme : atelier de voix, de jeu, de mise en scène, … Nous avons aussi bénéficié de « coup de pouce » en lien avec nos productions : un.e professionnel.le venait assister à une de nos répétitions le vendredi soir et on passait le samedi et le dimanche à travailler certaines scènes, la mise en place, les déplacements, l'ajout des effets sonores, de l'éclairage afin d'améliorer la qualité de nos représentations.

Plusieurs de ces ateliers ont été marquants, mentionnons entre autres le projet d'écriture réalisé avec la dramaturge Esther Beauchemin à l'automne 2022. Suite à plusieurs rencontres (la première en personne et les autres virtuelles) nous avons écrit la pièce Allers-retours que la troupe a présenté au printemps 2023.

J'ai écrit une pièce de théâtre Ce qu'il reste de nous et j'ai bénéficié du projet d'appui dramaturgique de Théâtre Action, avec Marie-Thé Morin, dramaturge. J'ai aussi eu le privilège de participer, toujours grâce à Théâtre Action, à un laboratoire dramaturgique coordonné par Antoine Côté Legault avec comme conseillère dramaturgique, Marie-Thé Morin et cinq acteurs professionnels qui ont lu mon texte. Notre troupe va monter cette pièce et la présenter les 11-12 et 13 avril 2024 au Rehearsal Hall du Tett Centre.

J'ai participé comme représentant de notre troupe aux États généraux du théâtre franco-ontarien de 1991 et de 2008 organisés par Théâtre Action.

Il y a toujours eu des événements provinciaux rassemblant les membres du secteur amateur. Pendant plusieurs années, il s'agissait de festivals où les troupes présentaient leur production. Nous sommes allés à deux reprises au Collège Glendon de Toronto, puis à Hawkesbury et à Orléans. Cette formule a dû être abandonnée, elle était onéreuse et complexe au niveau logistique autant pour chaque troupe que pour Théâtre Action.

Ceux-ci ont ensuite développé la formule du Happening théâtral communautaire (HTC). Il s'agit de projets qui se déroulent sur deux années : lors de la première année, un.e professionnel.le réalise des ateliers de formation dans les différentes communautés. Lors de la deuxième année, Théâtre Action organise un grand rassemblement provincial. On a ainsi fait du théâtre à relais où chaque troupe recevait quelques scènes d'une pièce à travailler. Lors de la rencontre provinciale, on les enchaînait. Puis il y a eu quelques éditions où l'on avait travaillé à l'écriture et à la mise en lecture de textes.

Mentionnons quelques expériences mémorables :

Pour les 45 ans de Théâtre Action, il y a eu une expérience inoubliable. Lors de la première année, à l'automne, la dramaturge Marie-Thé Morin s'est

rendue dans plusieurs communautés pour la tenue d'un atelier où l'on a créé des personnages et improvisé des scènes. Elle a ensuite écrit la pièce Frontières libres. Au printemps suivant, le metteur en scène Dillon Orr est retourné dans ces mêmes communautés et a tenu un atelier de mise en lecture où l'on a travaillé des scènes de cette pièce. Puis en juin, 4 de nos membres sont allés à Hearst pour le HTC. Les rôles ont été distribués, on a répété et présenté le tout le samedi soir. En même temps, des artistes professionnels se sont rassemblés et ont vécu un 24 heures de création.

Puis il y a eu la création du Musée imaginaire de l'Ontario français. C'est Antoine Côté-Legault, dramaturge, qui a supervisé ce projet. Des membres communautaires de Cornwall, Ottawa, Toronto, Kingston et Windsor ont participé pendant quatre fins de semaine à l'écriture d'un texte qui a ensuite été distribué au sein d'acteurs et d'actrices, de metteurs en scène amateurs de partout en province, puis répété et présenté sous forme de mise en lecture virtuelle, pandémie oblige.

Pour la neuvième édition du HTC, Théâtre Action nous a proposé d'explorer le théâtre déambulatoire. Au printemps dernier, les metteurs en scène Sylvain Sabatié et Miracson Saint-Val sont venus à Kingston. Louise La Rue, Marie-Eve Charland, Melinda Cotnoir, Marie-Andrée Hueglin et moi-même avons écrit des scènes, les avons répétées et avons présenté un déambulatoire le dimanche après-midi.

Marie-Andrée Hueglin, Jonathan Davies et moi-même avons participé à l'édition provinciale du HTC à Ottawa du 20 au 22 octobre 2023 en compagnie de plusieurs membres des troupes communautaires de l'Ontario français. Sylvain Sabatié et Sébastien Lajoie, deux professionnels nous ont guidés. Ils avaient fait une sélection de textes réalisés lors des ateliers du printemps dernier, avaient repéré des lieux propices au sein de l'École secondaire publique De La Salle et avaient fait une distribution. Nous avons répété et présenté ce déambulatoire le dimanche après-midi. Une belle expérience d'échange, de partage, d'apprentissage.

Quelle forme prendra le prochain HTC? À suivre!

Merci à Théâtre Action pour la richesse et la diversité de ses activités. C'est avec fierté que je vais renouveler mon adhésion comme membre de cet organisme.

Comptine et le loup

Une fable de Marie-Noël

Comptine, une intrépide souris grise, voulait toujours faire de son mieux pour faire avancer les projets, mais il arrivait qu'elle surestime ses capacités et ses pouvoirs de persuasion. Pourtant, elle excellait en logique et en imagination, lui avait-on toujours dit …

Elle se trouva, un jour, face à un loup qui se piquait d'être aussi rusé qu'un renard probablement parce qu'il était aussi sûr de lui qu'un gros ours brun. Ce loup, du nom d'Alphonse, voulait aligner les conquêtes et régner, ne serait-ce que sur le petit monde qu'il rencontrait et côtoyait relativement souvent.

Vous est-il déjà arrivé de rencontrer de tels personnages, futé et dominateur au point de vous faire vouloir disparaître de sa vue, en un temps, un mouvement. Comptine en avait déjà connus, elle, et savait que la meilleure tactique était de s'effacer totalement tout en restant sur place. Elle avait appris à sauter vite et loin à toute vitesse, alors elle s'y mit et sauta sur le dos du loup et, en tenant ses oreilles, elle entreprit de l'utiliser comme nouveau moyen de locomotion.

Alphonse, pas habitué à une telle audace, et croyant que le ciel retenait ainsi ses oreilles, car selon lui, jamais personne n'aurait osé lui monter dessus … se lança dans une course folle – zip – zip – zip –

Comptine se retrouva à filer au-dessus d'Alphonse à la vitesse grand V, et faillit en perdre le souffle – ouf – ouf -ouf – faisait-elle …

Quand le loup, à bout de force, s'arrêta enfin, il s'engouffra dans une tanière et Comptine s'en trouva jetée par-dessus la tête d'Alphonse et tomba pêle-mêle, en plein buisson.

Alphonse se cachait, maintenant convaincu d'avoir encouru les foudres du ciel, et se demandant ce qui les avait attirés sur lui … et c'est là que Comptine se permit de parler comme si elle était le ciel, fort et en écho

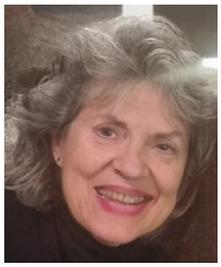
- Tu m'agaçais, Alphonse ! Toujours à vouloir dominer les autres … à ne les voir que comme des êtres inférieurs – à ta propre personne.
- Mais non, mais non, tu te trompes, grand ciel, je jouais tout simplement … mais si cela te déplaît, j'arrête tout de suite. Je me ferai ami de mes voisins et voisines, tu verras … si tu me donnes une chance !
- Bon, d'accord, alors va et sois gentil, sois courtois et sois patient et généreux avec tout le monde, qu'ils soient petits ou grands, va.

N'est pas si futé celui qui est déjoué par une modeste mais intrépide souris grise, ne croyez-vous pas ?

24 octobre 2023

Construire, toujours une bonne idée !

Louise La Rue (louiselarue@hotmail.com)



Crédit photo : Laurent Constantineau

À l'heure où le Proche-Orient s'embrase autour de destructions inutiles, je passe de la contemplation de mon jardin à la réflexion, en regardant tomber les feuilles avec nostalgie, bien que je sache qu'elles repousseront. On ne peut en dire autant des édifices qui s'effondrent à Gaza. Quand les fleurs repousseront-elles sur la bande de Gaza ? L'automne est un phénomène naturel, pas les guerres. À l'été tranquille a succédé une saison bouleversante qui suscite mon questionnement tous azimuts.

Pourquoi y a-t-il souvent deux poids, deux mesures pour juger les actes de ceux qui sont directement impliqués dans un conflit dévastateur ? Pourquoi y a -t-il des personnes qu'on juge dignes de confiance sans les connaître, alors que ce sont des fourbes ? Est-ce une question de courte vue, d'ignorance ou de propagande ? Peut-être s'agit-il de vils calculs politiques développés en fonction d'intérêts économiques plus ou moins avouables qu'il faut cacher au simple citoyen ?

L'actualité internationale ne peut me laisser indifférente, pas plus que l'actualité locale. Plus que jamais, je me demande ce que je peux faire pour changer le monde à mon niveau. Pour le changer positivement. Comme mes limitations physiques m'empêchent de sauter dans l'arène, je me tourne volontiers vers une scène d'un autre type, plus favorable à mon action : l'accompagnement, l'encouragement, l'expertise que les plus jeunes sollicitent, le don en faveur des démunis. Est-ce un coup d'épée dans l'eau ?

Je crois encore que la réponse est non, bien que je sois consciente que détruire une réputation, une ville ou une vie se fasse plus rapidement que construire bénévolement en partenariat, une maison pour une famille, comme je l'ai vu faire mois après mois dans mon quartier par l'organisme Habitat for Humanity Kingston Limestone Region, qui a gagné le prix national Family Partnership Award attribué en mai dernier par l'organisme Habitat for Humanity Canada, suite à son concours annuel. Il y a si peu de ressources disponibles pour l'accès au logement abordable que je trouve formidables les initiatives qui contribuent à la vie décente, ne serait-ce que d'une seule famille dans une communauté.

Crédit photo : Louise La Rue projet Habitat-Kingston sur Rose Abbey Dr.

4 nouvelles familles à revenus modestes sont maintenant propriétaires de leur maison grâce à l'effort collectif de bons samaritains gouvernementaux, municipaux, corporatifs et individuels kingstonniens.

Particulièrement dans les petites collectivités, il est impératif d'œuvrer à rallier les différences plutôt que de les dénoncer à tort et à travers : c'est ainsi qu'on bâtit un avenir prometteur pour tous. Je me trouve chanceuse d'avoir trouvé à Kingston plus de raisons de me réjouir de la solidarité de tous que de raisons de regretter le manque d'intérêt du voisin ou de la communauté pour le bien-vivre collectif. Je dirais que la solidarité est la première qualité que j'ai rencontrée ici le jour même de mon arrivée. Elle m'a tellement séduite que j'y suis toujours, malgré le vif désir de retourner vivre dans ma grande ville natale. Le proverbe 'Dans les petits pots, les bons onguents' s'avère toujours vrai !

Poème-aimant

Joy Obadia

Récemment, j'ai trouvé, en nettoyant mes tiroirs, un petit sac plein de bouts de plastique magnétisés, chacun portant un mot. Hérités d'une belle-sœur regrettée, ils faisaient partie d'un jeu qu'elle m'avait offert, car elle connaissait mon amour des langues. Je me suis amusée à les combiner au hasard; il en est résulté ce poème. Peut-on affirmer que le hasard fait bien les choses?

Poème-aimant

Notre baiser enlace, dévore un corps comblé
Vois
Je savoure ton matin qui rapproche en tendresse
J'aime la rouge tourmente lorsque tu sombres
Vas
Sois chant, danse, feu, rêve
Monte, colombe, voyage, écris ta passion
Cette musique murmure, t'échappe

Joy Obadia (Juin 2023)

Biographie de la faim, un roman d'Amélie Nothomb

Joy Obadia

Biographie de la faim

Un roman d'Amélie Nothomb

Avez-vous lu Stupeur et Tremblements? Comme tous les romans d'Amélie Nothomb, il est unique, irrésistible. On se demande si c'est une autobiographie, cette histoire d'une jeune Belge qui entre dans une grande entreprise de Tokyo, au bas de l'échelle, où elle subit nombre d'insultes et d'humiliations. L'autrice est née et a passé son enfance au Japon, son pays de prédilection. Et pour cause : traitée aux petits oignons par sa gouvernante, elle s'imagine reine, capable de diriger la vie qui l'entoure, jusqu'à faire tourner le soleil dans le ciel. À quatre ans, on en a le droit!

Tout commence à mal tourner lorsque son père, un diplomate, est transféré à Pékin. L'enfant est traumatisée par la Chine, pays rude, moderne et autoritaire comparé à son Japon adopté, aux charmes vieillots, avec son peuple à la voix douce. Au fil des années tout déboule et la famille s'installe brièvement à New York, au Bangladesh, décrit par Nothomb comme un mouroir, en Birmanie, où elle s'enferme à longueur de journée en lisant. Parmi les réflexions surprenantes de l'auteure, inspirées par ses déracinements, il y a son commentaire que beaucoup de terroristes ont été enfants de diplomates. Finalement, elle fête ses dix-sept ans à l'université de Bruxelles.

La faim la précède partout, une faim de vivre et de goûter à des choses qu'on pourrait qualifier de bizarres; entre autres, elle découvre qu'un excès d'ananas lui fait saigner les gencives et elle se réjouit de voir le rouge du sang se mélanger avec le jaune de ce fruit. La potomanie, ou désir excessif de l'eau, lui fait boire jusqu'à une dizaine de litres d'eau en très peu de temps. Tout est excessif dans sa version de la faim. À l'adolescence, elle devient anorexique et déclare qu'à partir du jour qu'elle désigne comme la journée de la Sainte-Amélie, elle ne mangera plus jamais mais elle n'oubliera aucun des sentiments ressentis durant sa vie.

C'est excessif, mais c'est irrésistible; vous adorerez l'humour d'Amelie Nothomb. Après tout, elle est une reine de l'écriture.

Élément Magistral

Texte et oeuvre de Benoit Gravel

Me voilà!
Une apparition.
Surprise?
Une révélation.
Dans ce feu, cette combustion.
Une réaction, visage d'introspection.
Cette vision dans ces rayons,
Chaleur et émotion.
Baigner dans cette damnation.
Démons de Platon.
Identité de l'intersection.
Un buisson qui alimente,
La pensée et la raison.
Les flammes lèchent ma disparition.
Qu'est-ce? Ton illusion?

Toile 11"x14", Acrylique.

linktr.ee/larchitecteg

5 À 7 FRANCO /
FRENCH CONNECTION

Tous les deuxièmes jeudis de chaque mois, retrouvez les francophones et les francophiles de la région dans un cadre convivial entre 17h00 et 19h00.

Venez pratiquer votre français ou rencontrer d'autres membres de la communauté !

Nous sommes partenaires avec plusieurs restaurants de Kingston pour venir à votre rencontre plus près de chez vous, en alternance !

Lieux des prochains "5 à 7 Francophone" :

- Kingston Est : **The Duchess Pub les jeudis 14 septembre** 2023, **14 décembre** 2023, **14 mars** 2024 **et 13 juin** 2024.
  Adresse : 1206 autoroute 15 # 8A, Kingston, ON.

- Kingston Ouest : **The Loyal Oarsman les jeudis 12 octobre** 2023, **11 janvier** 2024 **et 11 avril** 2024.
  Adresse : 1724 chemin Bath, Kingston, ON.

- Kingston Centre : **The Iron Duke les jeudis 9 novembre** 2023, **8 février** 2024 **et 9 mai** 2024.
  Adresse : 207 Wellington St, Kingston, ON.

Liste par ordre chronologique:

- 14 septembre 2023, The Duchess Pub
- 12 octobre 2023, The Loyal Oarsman
- 09 novembre 2023, The Iron Duke
- 14 décembre 2023, The Duchess Pub
- 11 janvier 2024, The Loyal Oarsman
- 08 fevrier 2024, The Iron Duke
- 14 mars 2024, The Duchess Pub
- 11 avril 2024, The Loyal Oarsman
- 09 mai 2024, The Iron Duke
- 13 juin 2024, The Duchess Pub

Nous vous attendrons entre 17h00 et 17h30 pour profiter pleinement de notre rencontre jusqu'à 19h00.

Réservation en ligne gratuite sur : www.eventbrite.ca/e/billets-5-a-7-franco-french-connection ou au téléphone au (613) 546-1331 .

Cela nous permet de bien évaluer les besoins.

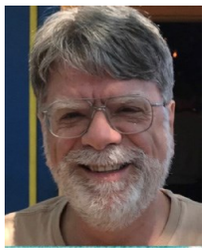
The Duchess Pub

Plus d'informations sur notre site web : centreculturelfrontenac.com/5a7francophone

Rejoignez le groupe facebook.com/groups/5a7franco !

5 à 7 Franco d'Octobre 2023.

RECETTE :
Poulet à la moutarde et aux champignons



Ingrédients

- ***2 blancs de poulet***
- ***220 g de champignons***
- ***1 cube de bouillon de volaille***
- ***1/2 tasse d'eau bouillante***
- ***3 échalotes françaises***
- ***2 c.à thé de moutarde***
- ***2 c.à thé de crème fraîche***
- ***3 c.à thé d'estragon***
- ***2 c.à thé d'huile d'olive***
- ***Sel au goût***
- ***Poivre au goût***
- ***Persil haché***

Photo © Andreas Lischka / Pixabay

Préparation

Émincez les échalotes.

Diluez le cube de bouillon dans l'eau bouillante.

Mettre l'huile d'olive dans une poêle et faites revenir les blancs de poulet jusqu'à ce qu'ils soient dorés des deux côtés. Mettez les blancs de poulet de côté.

Ajoutez un peu d'huile d'olive à la poêle et faites revenir les échalotes pendant 3 minutes à feu moyen.

Ajoutez les champignons et prolongez la cuisson pour 2 minutes.

Ajoutez le bouillon et laissez cuire 10 minutes.

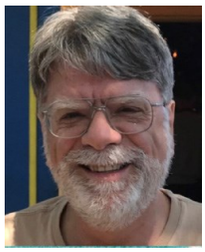
Ajoutez les blancs de poulet à la préparation.

Ajoutez le sel et le poivre et laissez cuire 10 minutes. Ensuite, retirez le poulet et ajoutez la moutarde, la crème fraiche et l'estragon et mélangez bien.

Servez vos blancs de poulet dans une assiette et versez dessus la sauce, saupoudrez avec du persil haché.

Bon appétit !

RECETTE :
Salade de pommes de terre aux lardons



Ingrédients

- *1 kg (2 lb) de pommes de terre grelots*
- *4 tranches de bacon (ou de pancetta), émincées*
- *30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive*
- *2 oignons, émincés*
- *30 ml (2 c. à soupe) de vinaigre balsamique*
- *10 ml (2 c. à thé) de moutarde à l'ancienne*
- *60 ml (¼ tasse) de ciboulette, ciselée*

Préparation

Déposer les pommes de terre dans une casserole. Couvrir d'eau froide. Saler. Porter à ébullition et laisser mijoter jusqu'à ce qu'elles soient tendres.

Égoutter et laisser tiédir. Couper en deux. Réserver.

Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, fondre le bacon dans l'huile. Ajouter les oignons et faire revenir jusqu'à ce qu'ils soient dorés et le bacon croustillant.

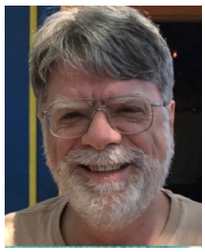
Ajouter les pommes de terre et poursuivre la cuisson 3 minutes en remuant pour bien les enrober.

Déglacer avec le vinaigre. Ajouter la moutarde et la ciboulette.

Saler, poivrer et bien mélanger. Servir chaud ou tempéré.

Photo © Beverly Buckley.

RECETTE : *Végépâté*



Ingrédients

- ***3 tasses de graines de tournesol***
- ***1 tasse de carottes râpées***
- ***1\4 tasse d'oignon rouge râpé***
- ***2 c. à thé d'aïl haché***
- ***1 c. à table de levure alimentaire nutritionnelle***
- ***1 c. à thé de graines de coriandre moulues***
- ***1\2 tasse de coriandre fraîche hachée***
- ***1 c. à thé de gingembre frais râpé***
- ***2 c. à table de vinaigre de cidre***
- ***3 c. à table d'huile de pépins de raisins***
- ***2 c. à table de sauce soya ou de tamari***

Préparation

Moudre les graines de tournesol dans un robot culinaire.

Ajouter tous les autres ingrédients et mélanger au robot culinaire jusqu'à la texture désirée.

Servir avec du pain frais, des craquelins et de la moutarde.

Photo ©RitaE.

L'Informel

le Centre culturel frontenac de Kingston

Un magazine qui nous r^e/_assemble

Que vous soyez :

francophone ou francophile,
en ville ou à la campagne,
dans votre maison ou appartement,
dans un foyer de soins de longue durée
ou au travail, au bureau, en télétravail,
dans une résidence pour personnes âgées
ou encore à l'école, à la garderie...

L'équipe du Centre culturel Frontenac aimerait vous connaître et vous entendre, vous lire et vous publier !

Abonnez-vous gratuitement à notre magazine bimensuel en ligne. L'Informel. Lisez-nous et écrivez-nous !

www.centreculturelfrontenac.com/magazine-linformel/

Ensemble, tissons des liens communautaires !

Vous souhaitez contribuer à l'Informel ? Nous vous invitons à joindre votre photo et votre courriel si vous le désirez. N'hésitez pas à communiquer avec nous si vous avez des questions ou des suggestions.

Vos contributions peuvent prendre différentes formes :

- promotions de vos activités à venir
- compte-rendu des activités réalisées depuis le dernier numéro
- dessins, photos, arts visuels…
- liens vers des vidéos
- carnet de voyage
- états d'âmes
- bandes dessinées
- suggestions de films, de lectures, de séries télévisées
- textes de fiction
- recettes de cuisine
- autres suggestions...

coordinationccfkingston@gmail.com

Au plaisir de vous lire !

Date de tombée des prochains numéros	Date de parution
30 août 2023	6 septembre 2023
25 octobre 2023	1er novembre 2023
03 janvier 2024	10 janvier 2024
28 février 2024	6 mars 2024
24 avril 2024	1er mai 2024
26 juin 2024	3 juillet 2024

l'Informel

Accord de publicité
Saison 2023-2024

ENTRE

Marie-Noël St-Cyr, Directrice Générale
Le Centre culturel Frontenac
711, avenue Dalton, Kingston (Ontario) K7M 8N6
Tél : 613 546-1331 Téléc. 613 548-7038
Courriel : ccfkingston@gmail.com

ET

Nom de l'entreprise : _____

Personne contact : _____

Numéro de téléphone : _____

Numéro de télécopieur : _____

Courriel : _____

Adresse : _____

Formats de publicité

Page complète 21,59 x 27.94 cm 160 $ / parution 740 $ / année Rabais de 220 $	**Carte** 10,80 x 6,60 cm 50 $ / parution 246 $ / année Rabais de 54 $
1/2 page (horizontale) 21,59 x 13,97 cm 125 $ / parution 615 $ / année Rabais de 135 $	**1/2 page (verticale)** 10,80 x 27,94 cm 125 $ / parution 615 $ / année Rabais de 135 $
1/3 de page 21,59 x 9,31 cm 115 $ / parution 566 $ / année Rabais de 124 $	**1/4 de page** 10,80 x 13,97 cm 85 $ / parution 418 $ / année Rabais de 92 $

Veuillez cocher les options désirées

				Format de la publicité					
	Dates de tombée	Numéros	Dates de parution	Page complète	1/2 page (horizontale)	1/2 page (verticale)	1/3 de page	1/4 de page	Carte d'affaire
☐	30-août-23	Vol. 48 No. 1	06-sept-23	☐	☐	☐	☐	☐	☐
☐	25-oct-23	Vol. 48 No. 2	01-nov-23	☐	☐	☐	☐	☐	☐
☐	03-janv-23	Vol. 48 No. 3	10-janv-23	☐	☐	☐	☐	☐	☐
☐	28-fevr-24	Vol. 48 No. 4	06-mars-24	☐	☐	☐	☐	☐	☐
☐	24-avr-24	Vol. 48 No. 5	01-mai-24	☐	☐	☐	☐	☐	☐
☐	26-juin-24	Vol. 48 No. 6	03-juil-24	☐	☐	☐	☐	☐	☐

N.B.: Les tarifs n'incluent pas les taxes.

Rabais de 20%
à partir de 6 annonces

Choisissez le format qui vous convient.

Modalité de paiement : ☐ Chèque ci-joint ☐ Facture requise

Responsable de l'entreprise : _____ Date : _____

Responsable du Centre culturel Frontenac : _____ Date : _____

centreculturel frontenac

MERCI À NOS BAILLEURS DE FONDS ET PARTENAIRES !

Patrimoine canadien

Canadian Heritage

ONTARIO ARTS COUNCIL
CONSEIL DES ARTS DE L'ONTARIO
an Ontario government agency
un organisme du gouvernement de l'Ontario

Ontario

Secrétariat aux affaires intergouvernementales canadiennes
Québec

kingston arts council

KINGSTON

Ontario Trillium Foundation
Fondation Trillium de l'Ontario

ACFOMI

Charitable Gaming. Community Good.

Community Spirit Gaming Centre

Conseil des écoles publiques de l'Est de l'Ontario

Écoles catholiques Centre-Est

Fédération culturelle canadienne-française

PassepART

Les Tréteaux de Kingston

RÉSEAU ONTARIO

Les VOYAGEMENTS
THÉÂTRE DE CRÉATION EN TOURNÉE

THÉÂTRE ACTION

THE KICK & PUSH FESTIVAL

kingston WRITERSfest

REELOUT QUEERFILM FESTIVAL
KINGSTON ONTARIO CANADA

KCFF
KINGSTON CANADIAN FILM FESTIVAL

SKELETON PARK ARTS FESTIVAL

apcm

RSIFEO
RÉSEAU DE SOUTIEN À L'IMMIGRATION FRANCOPHONE DE L'EST DE L'ONTARIO

Fondation franco-ontarienne

ocga
ontario charitable gaming association

vice versa

Holiday Inn

Le Centre culturel Frontenac est situé sur les territoires ancestraux des Anishinaabe et des Haudenosaunee.

Inclusion • Culture • Communauté

1290, rue Wheathill, Kingston, ON - K7M 0A7 - (613) 546-1356
ccfkingston@gmail.com - www.centreculturelfrontenac.com