

Le Centre culturel Frontenac de Kingston

# L'Informel

Volume 50 | Numéro 2

29 octobre 2025

**Et si on parlait de passion !**

**45 ans  
de passion  
francophone  
partagée**

**45 years  
of shared  
francophone  
passion**

# Sommaire



## **Nouvelles du Centre culturel Frontenac**

- 4 Mot de la présidente  
Jenny Charron
- 5 Mot de la direction générale  
Samia Bestandji
- 6 Programmation artistique  
Naseeb Ahseek
- 7 Regards sur nos activités
- 10 Prochainement



## **Du côté des Tréteaux de Kingston**

- 13 Mot des Tréteaux de Kingston  
Normand Dupont



## **Éducation et jeunesse**

### **Du côté du Conseil des écoles publiques de l'Est de l'Ontario**

- 14 Ben Winterborn : étudiant nageur du Canada  
Éric Galarneau
- 15 WWOOFing – Une autre façon de voyager  
Matteo Martins
- 17 Vogue Summer School  
Esmeralda Gnamey
- 18 Les élèves de 11e année de l'ESP Mille-Îles au camp RKY  
Cristina Fossoh
- 20 Des ambassadeurs jeunesse chez les Coyotes  
Éric Galarneau
- 22 Foire artisanale  
École secondaire publique Mille-Îles

### **Du côté du Conseil des écoles catholiques de Centre-Est**

- 24 L'élite de demain : quand les jeunes leaders du CDE  
s'inspirent à IAWAH  
École secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier



- 25 L'Action de grâce et célébrations de la Parole  
École secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier
- 25 Académie des habiletés de hockey (AHH); sur la glace et au-delà!  
École secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier
- 26 Événements à venir  
École secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier

## Culture et communauté

### Organismes en action

- 29 Les nouvelles de l'ACFOMI  
La Franco Foire
- 30 RSIFEO  
Collecte de denrées alimentaires non périssables
- 31 Django's Kitchen  
Jazz Manouche

### Carnet des lecteurs

- 33 Hommage à Gabrielle Gosselin : Après 45 ans, le centre Frontenac a-t-il encore une âme?  
Guy Monette
- 33 Ma journée de gloire sportive  
Paul Heppelle
- 35 Lorraine et.. l'amour?  
Joy Obadia
- 35 La musique  
Louise LaRue
- 37 De retour à Baie-Saint-Paul  
Normand Dupont

### Le coin gourmand

- 41 Dartois à l'ananas  
Daniel LeBlanc



## Mot de la présidente

Jenny Charron

Chères et chers membres de la communauté,

Le Centre culturel Frontenac poursuit son engagement à tisser des liens solides avec les organismes de la région. Nous sommes ravis d'annoncer une soirée Open Mic à venir, en collaboration avec Tourism Kingston – une belle occasion de découvrir ou de partager des talents artistiques dans une ambiance chaleureuse et inclusive.

Dans les pages qui suivent, vous trouverez tous les détails de notre programmation artistique, conçue pour tous les groupes d'âge – des tout-petits aux aîné-es. Que vous soyez amateur·rice de théâtre, de musique ou de spectacles jeunesse, il y a certainement quelque chose pour vous!

Un autre moment fort à venir : notre Marché de Noël, organisé en partenariat avec l'ESC Sainte-Marie-Rivier le jeudi 4 décembre de 17h à 19h30. Si vous êtes artisan·e et souhaitez participer, nous vous invitons à nous contacter dès maintenant!

Enfin, alors que nous nous préparons à souligner le 45e anniversaire du Centre culturel Frontenac, nous lançons un appel à la communauté. Nous sommes à la recherche de souvenirs, anecdotes ou faits marquants qui témoignent de l'histoire et de

l'impact du CCF. Que ce soit une rencontre marquante, un spectacle inoubliable ou une expérience personnelle, vos récits nous aideront à célébrer cette étape importante avec authenticité et émotion.

Merci de faire partie de cette belle aventure culturelle.

Au plaisir de vous croiser bientôt,

**Jenny Charron**

Présidente par interim

*Comité d'administration*





## Mot de la direction

Samia Bestandji

Chères lectrices, chers lecteurs,

Alors que nous poursuivons la mise en œuvre de notre programmation et développons de nouveaux projets au Centre, nous sommes heureux de constater que la saison 2025-2026 illustre une fois de plus la richesse et la diversité de la scène artistique francophone, tout en renforçant les liens renouvelés qui unissent la communauté francophone de Kingston.

L'énergie collaborative du Centre continue d'animer nos initiatives et nos événements communautaires, qu'il s'agisse de partenariats culturels renouvelés ou de nouvelles ententes locales et provinciales. En effet, fidèle à sa mission, le Centre culturel Frontenac fait rayonner la culture francophone et, en tant que professionnel du secteur créatif, agit comme un appui concret pour la communauté artistique locale, tout en contribuant activement au rayonnement du théâtre et des arts francophones à l'échelle provinciale.

Cette démarche s'illustre par la conclusion de nouvelles ententes marquantes, notamment l'accueil de l'un des Open Mic de Tourism Kingston et la mise en place d'avantages exclusifs pour la location d'espaces destinés aux artistes membres du Kingston Arts Council et de Théâtre Action, organisme provincial de soutien au théâtre Francophone. Ces initiatives visent à renforcer les liens entre les artistes et leur public de chez-nous, tout en favorisant un écosystème culturel plus accessible, collaboratif et propice au développement de carrières artistiques durables.

Par ailleurs, alors que nous soulignons le 45e

anniversaire du Centre culturel Frontenac, nous lançons un appel à la mémoire collective. Nous invitons toutes celles et ceux qui ont fait partie de cette belle aventure à nous transmettre leurs souvenirs, anecdotes ou témoignages. Ces récits viendront nourrir une exposition commémorative qui prendra forme au printemps, à la fois dans nos locaux et sur nos plateformes numériques. À vos plumes et à vos souvenirs, pour nous raconter vos belles histoires du centre culturel Frontenac partagées et marquer ensemble la résilience et la continuité du Centre culturel Frontenac.

Cette initiative sera également l'occasion de rendre hommage à Madame Gabrielle Gosselin, figure marquante de l'histoire du Centre. Cet hommage est porté par Monsieur Guy Monette, qui lance dans ces pages un appel à participation qui vient du cœur.

Enfin, nous vous réservons une belle surprise et une nouvelle occasion de célébrer le centre d'ici la fin de l'année. Un moment de reconnaissance et de réconfort pour honorer les efforts pluri-générationnels du Centre ainsi que ceux de sa communauté francophone et francophile.

Tous ces projets, ambitions et réalisations reflètent la conviction profonde que la culture est avant tout une affaire de rencontres, de découvertes et de partage.

À très bientôt,

**Samia Bestandji**

Directrice générale  
Centre culturel Frontenac



## Programmation artistique

Naseeb Ahseek

Bonjour à toutes et à tous,

Notre été a été bien rempli : le Festival interculturel des arts avec Tom Folly, la Journée des Franco-Ontarien.ne.s avec Mehdi Cayenne, le spectacle hilarant de Mélissa Bédard, et enfin, la 29e Franco-Foire de l'ACFOMI, où nous avons présenté un superbe spectacle de cirque par Joey Albert. Merci pour votre belle participation !

Ce samedi 1er novembre à 11 h, venez découvrir *Quand les orteils auront des dents*, un spectacle jeunesse de Stéphane Guertin qui démystifie les peurs avec humour. Parfait pour les 5 à 10 ans – à vivre en famille !



Pour les amoureux du temps des fêtes, Les Chiclettes vous donnent rendez-vous le vendredi 12 décembre à 19 h pour un concert de Noël plein de rires et de classiques revisités. À ne pas manquer !



Le prochain 5 à 7 franco se tiendra chez Mayla Concept, au centre-ville, le jeudi 13 novembre. Mayla est le restaurant du propriétaire de Tango Nuevo, l'ancien établissement qui accueillait les 5 à 7 auparavant.

On vous attend aussi le jeudi 4 décembre pour notre Marché de Noël, tenu le jour des portes ouvertes de l'École secondaire Marie-Rivier, une belle occasion de conjuguer découverte et convivialité. Détails à venir bientôt.

Et en nouveauté : nous avons collaboré avec Visit Kingston pour organiser un Youth Open Mic bilingue dimanche 7 décembre à 13h au Théâtre Le Sésame. Une belle vitrine pour les jeunes talents de la région !

À bientôt !

**Naseeb Ahseek**

Coordonnateur artistique  
Centre culturel Frontenac

## Regards sur nos activités

### Le parc en fête : Tom Folly fait vibrer le Confederation Park

Le dimanche 21 septembre, le Confederation Park s'est animé aux sons festifs de Tom Folly, dans le cadre du Festival Interculturel des Arts de Kingston. Avec leurs mélodies teintées d'humour et de poésie, le trio a su créer une ambiance joyeuse où tout le monde s'est senti invité à chanter, rire et taper du pied.



Le soleil de fin d'été, les familles installées dans l'herbe, les passants qui s'arrêtaient par curiosité... tout contribuait à faire de ce concert gratuit un moment de rencontre chaleureux, à la fois simple et vibrant. On avait vraiment l'impression que le parc devenait, le temps d'un après-midi, un grand espace de partage musical.



Merci au Festival des arts interculturels de Kingston et la Ville de Kingston, ainsi que nos deux partenaires de saison le Conseil des écoles catholiques du Centre-Est et le Conseil des écoles publiques de l'Est de l'Ontario pour cette belle collaboration, et à toutes celles et ceux qui sont venus célébrer la musique avec nous. Kingston continue de faire rayonner la francophonie, dans une ambiance ouverte et inclusive.



### Mehdi Cayenne : une performance pour faire vibrer la francophonie

Le 25 septembre, le Théâtre Le Sésame a résonné d'une fierté collective et contagieuse à l'occasion du Jour des Franco-Ontariens et du 50e anniversaire du drapeau vert et blanc. Sur scène, Mehdi Cayenne a livré une performance percutante et profondément incarnée, entre rock poétique, tension brute et tendresse sans retenue.





Chaque mot portait la langue comme un étendard vivant. Dans la lumière chaude des projecteurs, entre rythmes électrisants et silences habités, le spectacle a offert un hommage vibrant à une francophonie plurielle, libre et toujours en mouvement.

Un immense merci à l'ACFOMI, co-présentateur de cette soirée mémorable, au CEPEO, CECCE, l'AFO et le MAFO et à toutes celles et ceux qui ont célébré avec nous. Ensemble, nous avons rendu hommage à 50 ans de passion francophone partagée.



## L'art et l'histoire du cirque : Magie du cirque, joie en famille

Le samedi 18 octobre, le Kingston East Community Centre s'est rempli de rires et d'émerveillement grâce au spectacle L'art et l'histoire du cirque, présenté par Joey Albert dans le cadre de la Franco-Foire de l'ACFOMI. Jonglage, équilibre et fantaisie se sont enchaînés sous les yeux d'un public conquis, mêlant enfants, parents et grands-parents dans une même atmosphère de fête.



Gratuit et accessible à toutes et tous, ce moment circassien a su rassembler la communauté francophone et franco-curieuse de Kingston autour de la créativité et de la joie partagée. Les petits ont découvert avec fascination les gestes des artistes, tandis que les grands retrouvaient, le temps d'un instant, l'émerveillement de leur propre enfance.

Un immense merci à l'ACFOMI, Les Tréteaux de Kingston, au CECCE et au CEPEO, ainsi qu'à nos



## Méliissa Bédard : L'éclat d'une soirée inoubliable

Le 2 octobre dernier, la salle du Théâtre Le Sésame s'est emplie d'une chaleur rare, portée par la voix saisissante de Méliissa Bédard. Dans une ambiance à la fois intime et vibrante, l'artiste a tissé un lien puissant avec le public de Kingston, mêlant confidences, mélodies et éclats de rire.

Chacune de ses interprétations résonnait comme un appel à la résilience et à la beauté du quotidien. Les spectateurs ont été touchés, émus, emportés par cette artiste lumineuse, dont la présence scénique n'a d'égale que la générosité.

Ce concert inoubliable, en partenariat avec le Conseil des écoles publiques de l'Est de l'Ontario, marque un moment fort de notre saison culturelle 2025-2026. Merci à toutes celles et ceux qui ont partagé cette soirée mémorable avec nous.

partenaires de saison, dont l'appui rend possibles ces rencontres culturelles. Grâce à vous et à la chaleur du public, cette édition de la Franco-Foire a laissé dans les mémoires un éclat de magie collective.



## Nouvelle entente avec Théâtre Action

Nous sommes heureux d'annoncer notre nouveau partenariat avec Théâtre Action pour soutenir les artistes francophones.

Nous offrons à tous les membres de Théâtre Action 20 % de remise sur nos espaces locatifs et notre billetterie. Profitez-en !

**20% de remise**

**Sur les frais de location d'espaces**  
Rendez-vous sur [centreculturelfrontenac.com/locations/](http://centreculturelfrontenac.com/locations/) pour en savoir plus sur le Théâtre Le Sésame et nos autres espaces locatifs. Contactez-nous :

**Sur la billetterie**  
Sur toute la billetterie à l'exception des spectacles spéciaux marqués d'un astérisque (\*) dans la vignette, sur : [lepointdevente.com/centre-culturel-frontenac](http://lepointdevente.com/centre-culturel-frontenac)  
Plus de détails sur notre programmation : [centreculturelfrontenac.com/spectacles/](http://centreculturelfrontenac.com/spectacles/)

## Marché de Noël : Appel au artisans et artisanes

### Appel aux artisans et artisanes

Call for artisans

Le jeudi 4 décembre de 17h00 à 19h30  
durant les portes ouvertes de l'École  
secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier.

25% des revenus de ventes seront reversé à  
la Banque de nourriture locale.

On Thursday, December 4, from 5:00 p.m. to 7:30 p.m.,  
during the open house at École secondaire catholique Sainte-  
Marie-Rivier. 25% of sales proceeds will be donated to the  
local food bank.

### Communiquez avec

Contact

**Naseeb Ahseek**  
[coordinationccfkingston@gmail.com](mailto:coordinationccfkingston@gmail.com)  
(613) 546-1331

Comme nous l'avons fait ces dernières années, le Centre culturel Frontenac présente de nouveau le Marché de Noël des artistes et artisans de la communauté.

Nous sommes à la recherche d'artistes et d'artisans : si vous avez des œuvres à vendre, c'est le moment idéal !

Contactez-nous d'ici le 21 novembre si vous êtes intéressé-e.

Merci !



Prochainement au centre



Le conteur Stéphane Guertin plonge les enfants dans un univers drôle et un peu étrange, peuplé de monstres, de noirceur et de bêtes fabuleuses. Quand les orteils auront des dents aide les 5 à 10 ans à apprivoiser leurs peurs avec humour et imagination, entre récits vivants, surprises et sons magiques.

Venez vivre ce spectacle jeunesse le samedi 1er novembre à 11h au Théâtre Le Sésame.

Pour plus d'informations visitez [centreculturelfrontenac.com/saison2526-quand-les-orteils-auront-des-dents/](http://centreculturelfrontenac.com/saison2526-quand-les-orteils-auront-des-dents/)



Nous vous présenterons le Marché de Noël le jeudi 4 décembre, de 17 h à 19 h 30.

Nous l'organiserons cette année encore avec les portes ouvertes de l'École secondaire catholique Sainte-Marie-Rivier.

Venez vous gâter auprès de nos artisans locaux francophones et soutenez une bonne cause : 25 % des revenus seront versés à la banque de nourriture locale.

Plus d'informations bientôt sur notre site web [centreculturelfrontenac.com/](http://centreculturelfrontenac.com/)

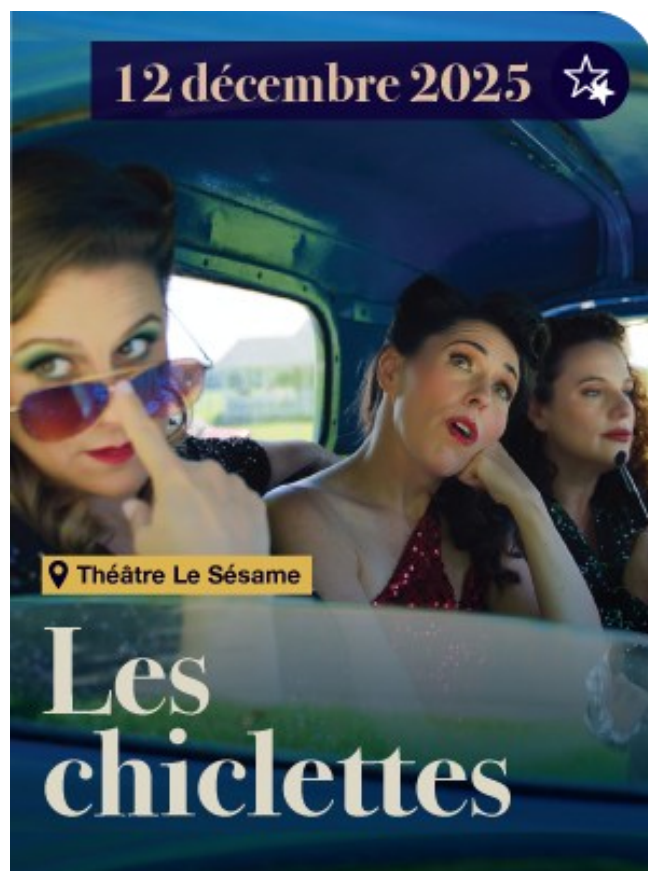


Le dimanche 7 décembre à 13 h, nous collaborons avec Visit Kingston pour organiser un Youth Open Mic bilingue au théâtre Le Sésame ! L'entrée est gratuite. Parents, ami·e·s et familles sont les bienvenu·e·s pour venir vous encourager.

L'événement sera animé par Véloce André, que nous accueillerons le 10 avril 2026 en première partie de Waahli. Il offrira également une séance de mentorat aux participant·e·s avant le début de l'événement.

Pour vous inscrire, remplissez le formulaire : <https://forms.gle/v6x66aPpvC6VamNK9>

Pour toute question : [music@tourismkingston.com](mailto:music@tourismkingston.com)



Pour Noël, Les Chiclettes vous ouvrent les portes de leur maison... mais attention, le chaos n'est jamais bien loin ! Huguette rate ses recettes, Vivie prend tout son temps, et Simone tente désespérément de garder le contrôle. Entre chansons originales et classiques revisités, humour et tendresse, ce spectacle est un vrai cocktail festif pour lancer les Fêtes en beauté.

Rendez-vous le vendredi 12 décembre à 19h au Théâtre Le Sésame.

Pour plus d'informations visitez [centreculturelfrontenac.com/saison2526-les-chiclettes/](http://centreculturelfrontenac.com/saison2526-les-chiclettes/)



# Le saviez-vous ???

Le mois de novembre est le mois de la littératie financière au Canada créé par l'Agence de la consommation en matière financière du Canada (ACFC). L'année 2025 marque le 15<sup>e</sup> anniversaire du Mois de la littératie financière (MLF) au Canada.

Le thème de cette année est un appel à l'action pour encourager des conversations ouvertes sur l'argent partout au Canada.

**Joignez le défi « Parlons d'argent! »**



La Route du Savoir est fière de contribuer à la conversation avec sa formation (en français) sur Les Finances personnelles.



On vous invite à lire les nombreux témoignages de participant.e.s qui ont suivi notre formation sur les Finances personnelles

[WWW.LAROUTEDUSAVOIR.ORG/TEMOIGNAGES](http://WWW.LAROUTEDUSAVOIR.ORG/TEMOIGNAGES)

Note : Nous vous rappelons l'importance de la vigilance en matière de cybersécurité.





# Du côté des Tréteaux de Kingston

## Partenariat avec le Centre culturel Frontenac :

Les Tréteaux de Kingston sont partenaires du Centre culturel Frontenac pour des productions reliées aux arts théâtraux pour la saison artistique 2025-2026 du CCF dont trois cet automne :

- *L'art et l'histoire du cirque* lors de la Francofoire de l'ACFOMI, le samedi 18 octobre à 11h  
[centreculturelfrontenac.com/saison2526-lart-et-lhistoire-du-cirque](http://centreculturelfrontenac.com/saison2526-lart-et-lhistoire-du-cirque)
- *Quand les oreilles auront des dents*, le samedi 1er novembre à 11h  
[centreculturelfrontenac.com/saison2526-quand-les-orteils-auront-des-dents](http://centreculturelfrontenac.com/saison2526-quand-les-orteils-auront-des-dents)
- *Les Chiclettes*, le vendredi 12 décembre à 19h  
[centreculturelfrontenac.com/saison2526-les-chiclettes](http://centreculturelfrontenac.com/saison2526-les-chiclettes)

## Prochaine production : c'est notre 45ème saison!

Nous allons vous présenter une mise en lecture de *Indiscrétions publiques* une série de textes créés par la compagnie professionnelle Théâtre du Ricochet basée à Montréal et qui présente des spectacles dans les parcs de Montréal depuis 11 ans maintenant. Lors de leurs 10ème anniversaire, ils ont publié un recueil de 10 textes où nous allons puiser ceux que nous vous présenterons. Marie-Andrée Hueglin et moi avons aussi écrit deux scènes.

Cette production sera présentée au Théâtre Le Sésame, samedi 8 novembre 2025 à 19h.

Une mise en lecture nous permet d'analyser les textes, d'essayer des attitudes, de discuter des changements d'émotions, du rythme et de vous faire découvrir l'intensité et la profondeur de ces textes. Nous les reprendrons, possiblement avec

une distribution légèrement différente, et nous les jouerons au printemps.

Notre troupe est inclusive et tout le monde y est le/la bienvenu(e). Si vous êtes intéressés par le jeu, la publicité, le travail d'arrière-scène, l'éclairage, l'ambiance sonore, laissez-le nous savoir, nous sommes toujours heureux d'accueillir de nouveaux membres.



Nos partenariats et nos activités sont rendus possibles grâce aux revenus provenant des bingos avec Play! Gaming and Entertainment.





# Éducation et jeunesse

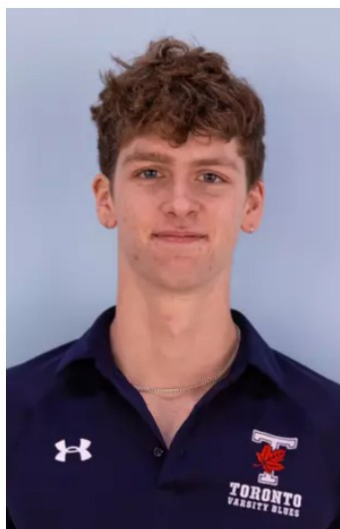
Du côté du Conseil des écoles publiques de l'Est de l'Ontario

## BEN WINTERBORN : ÉTUDIANT NAGEUR DU CANADA

Éric Galarneau



Il s'appelle Ben Winterborn et il est un ancien élève de l'école secondaire publique Mille-Îles. Il habite maintenant à Toronto où il s'entraîne à temps plein comme nageur professionnel et en tant qu'élève de science politique à l'Université de Toronto. Venez voir comment s'est passée sa première année à l'université, les résultats qu'il a obtenus en natation et les objectifs qu'il s'est fixés dans les prochaines années.



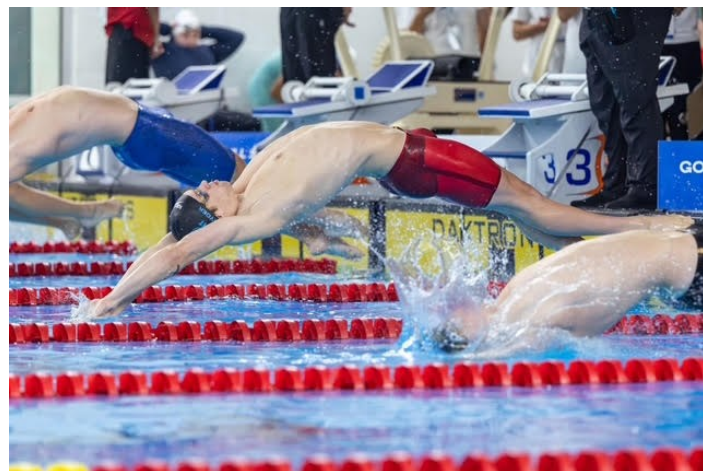
**Bonjour Ben. En général, comment s'est déroulée ta première année à l'université et en natation?**

Bonjour. Ma première année à l'université de Toronto et nageant dans un nouveau programme avec de nouveaux coachs s'est très bien déroulée. J'ai beaucoup aimé mes cours et j'ai rencontré plein de nouveaux amis. Aux championnats Usport (Championnats nationaux universitaires) nous avons eu la chance de terminer deuxième, où j'ai remporté deux médailles d'argent et une médaille

de bronze. J'ai aussi eu la chance de voyager à travers le pays, à travers les États-Unis et plusieurs autres pays pour des compétitions et des camps d'entraînement.

**Dans la dernière année, quels sont les faits saillants et de quoi es-tu le plus fier?**

Je suis le plus fier de mes progrès dans les courses de dos. Au début de la saison en décembre dans le petit bassin (piscine de 25 m), je me suis classé dans le top 3 en histoire canadienne comme junior au 50 m dos et top 5 en histoire canadienne au 100 m dos. En juin, nous avons eu nos championnats nationaux qui ont également servi de qualifications aux championnats du monde. Je me suis placé quatrième au 100 mètres dos, à seulement 0,02 s du podium, et je me suis aussi placé deuxième au 50 m dos. En même temps, je suis devenu le cinquième canadien le plus rapide de l'histoire dans la même épreuve. Finalement, je suis devenu détenteur des records universitaires au grand bassin (piscine de 50 m) au 50 m dos et 100 m dos.



## Y a-t-il un défi que tu as affronté, comment l'as-tu surmonté?

Mon plus grand défi que j'ai dû surmonter est le fait d'avoir manqué la qualification au championnat du monde par 0,09 d'une seconde au 50 m dos pendant nos championnats nationaux. Mentalement, c'est difficile de ne pas penser au fait que si j'avais simplement kické un peu plus fort, ou si j'avais juste ajusté la position de ma tête par quelques centimètres, j'aurais complété un rêve d'enfance. C'est incroyablement difficile de penser que je me suis poussé à nager près de 70 km par semaine et que j'ai consacré des milliers d'heures et que j'ai tellement sacrifié, pour que mes efforts ne suffisent pas. Ça a pris du temps pour accepter le fait que je n'irais pas aux championnats du monde. J'ai appris qu'il faut tout mettre en perspective et voir que je me suis tellement amélioré cette année, même si j'ai manqué un de mes objectifs.

## Qu'est-ce qui t'attend dans la prochaine année?

Cette nouvelle saison vient juste de commencer, et après quelques semaines de repos, j'ai hâte de continuer à me pousser pour essayer d'atteindre mon objectif de me qualifier à l'équipe nationale. L'été prochain, l'équipe canadienne part pour Los Angeles pour les Championnats Pan Pacifique où j'espère compétitionner et représenter le Canada. D'autre part, l'équipe universitaire souhaite réclamer notre position comme Champions Usport.

## Quels sont tes objectifs à plus long terme?

À plus long terme, je souhaite travailler à devenir le Canadien le plus rapide de l'histoire au 50 m dos et remporter le record national, en plus d'être champion national. Le but ultime, et ce vers quoi nous travaillons, est de me qualifier aux Jeux Olympiques de 2028.

*Merci Ben et bon succès!*

WWOOFing - Une autre façon de voyager

Matteo Martins



## Introduction

L'été passé, je parlais avec ma mère de mon intérêt pour l'agriculture, particulièrement l'agriculture biologique et les pratiques durables, et du fait que je voulais développer mes connaissances sur le sujet. En lui racontant ça, elle m'a suggéré de regarder le WWOOFing. Là, tu te demandes sûrement : « Ben, c'est quoi le WWOOFing ? »

WWOOF, World Wide Opportunities on Organic Farms, est une plateforme en ligne où toi, jeune voyageur, peux aller aider des agriculteurs indépendants sur leur ferme ; imagine AirBNB pour l'agriculture. Là où ça devient très intéressant, c'est que tu es logé et nourri en échange de ton travail, et normalement, selon l'hôte chez qui tu restes, tu as les fins de semaine en congé. Ceci est important, parce qu'il y a des hôtes partout dans le



**MILLE-ÎLES**  
ÉCOLE SECONDAIRE PUBLIQUE

**27 NOV. | 17 h à 19 h**



ÉCOLE ÉLÉMENTAIRE PUBLIQUE  
MADELEINE-DE-ROYBON

**1<sup>er</sup> DÉC. | 18 h à 19 h**

**INSCRIVEZ-VOUS !**



monde. Tu as le goût de visiter l'Allemagne ? Si tu décides de voyager en faisant du WWOOFing, tu n'as qu'à payer ton billet d'avion, et pas d'hôtel puisque tu restes chez l'hôte ; ça réduit vraiment tes coûts !

## Mon expérience

Pour ma première expérience de WWOOFing, afin de voir si c'était quelque chose que j'aimais vraiment, j'ai décidé de rester avec quelqu'un pas trop loin, pour une durée de deux semaines. La ferme où je suis allé travailler se trouvait à Sterling, ici en Ontario, à environ 30 minutes au nord de Belleville. Larry, l'agriculteur chez qui je restais, et sa famille étaient super accommodants. Dès les premiers jours, je me sentais à l'aise.

Au départ, en m'inscrivant, je croyais que j'allais faire de l'agriculture, mais en arrivant là, j'ai vite compris que c'était surtout une ferme d'élevage d'animaux. Sur la ferme, il y avait des poulets (pour produire des œufs), des canards, des pintades et des oies, tous libres de rôder comme ils voulaient. Il y avait aussi des moutons, dont certains agneaux étaient sélectionnés chaque année pour leur viande, ainsi que des vaches Highland, qui étaient là sans but particulier, juste parce qu'elles sont super mignonnes !



Au niveau des tâches, j'avais une belle routine. Le matin, vers 9 h, je sortais et je devais m'assurer que tous les animaux avaient de l'eau. Ensuite, je donnais de la paille aux agneaux et des grains aux poulets, petits et grands.



Finalement, ma dernière tâche était très intéressante : une pratique que Larry avait, c'était d'aller chercher la nourriture expirée des magasins aux alentours afin de l'utiliser pour nourrir les animaux. Comme certains produits étaient emballés, il fallait que j'enlève les collants, les élastiques et tout autre matériau non comestible. Certains produits nourrissaient les animaux, et d'autres étaient utilisés pour faire du compost. C'était une super belle expérience, et une merveilleuse façon de réduire ce qui se retrouve aux poubelles.

## Conclusion

La plateforme WWOOF offre tellement d'expériences diverses, et dans tellement de pays autour du monde, qu'il est presque certain que tu trouveras une ferme qui te semble intéressante. Même si l'agriculture n'est pas quelque chose qui te passionne, je recommande à tout le monde de passer 15-20 minutes à parcourir les différentes places où tu peux rester ; peut-être découvriras-tu un nouvel intérêt ! C'est toujours bien de sortir de notre zone de confort, et des expériences comme celle-ci sont de magnifiques opportunités.

## Vogue Summer School

Esmeralda Gnamey



Bonjour à tous!

Je m'appelle Esmeralda et je suis une élève de 12e année à l'École secondaire publique Mille-Îles. Depuis que je suis toute petite, la mode a toujours été une de mes grandes passions. J'ai toujours aimé dessiner, créer et transformer des idées en vêtements, je suis même en train de commencer à désigner ma toute première mini-collection!

C'est donc avec une immense fierté que j'annonce que j'ai été acceptée au "Vogue Summer School", une école d'été très compétitive située à New York City. Ce programme réunit de jeunes créateurs du monde entier pour explorer le design, la créativité et les métiers de la mode, tout en apprenant directement auprès de professionnels reconnus de l'industrie.

Pendant ce programme, j'aurai la chance de participer à des ateliers, visiter des studios, et découvrir les coulisses du monde de la mode, un rêve que je poursuis depuis des années. C'est une occasion unique d'élargir mes horizons et de bâtir les bases de mon avenir dans ce domaine. Cependant, un tel projet représente un investissement financier important. Les frais d'inscription, de voyage et d'hébergement à New York sont élevés. Je travaille déjà j'ai un emploi à temps partiel qui me permet d'économiser chaque semaine, mais malgré mes efforts, je suis encore loin du montant total nécessaire pour couvrir tous les coûts.



## Vogue College Of Fashion Vogue Summer School 2026



### Esme

Hi everyone my name is Esme! I'm from Canada and I am a Senior this year! I will be attending Term 3 of Vogue Summer School and I will be studying Fashion Media next summer! I am excited to meet new friends and be in my favorite city again!!  
xx - Esme

C'est pourquoi j'ai lancé une campagne de financement pour m'aider à rendre ce rêve possible. Chaque contribution, aussi petite soit-elle, représente un pas de plus vers New York et vers l'avenir que j'espère bâtir dans le monde de la mode. Participer à cette école serait pour moi bien plus qu'un simple voyage d'études, ce serait une expérience de vie, une preuve que le travail et la passion ensemble peuvent réellement ouvrir des portes.

Merci de tout cœur à ceux qui prendront le temps de lire mon histoire, de la partager ou d'y contribuer !

Esmeralda Gnamey, élève de 12e année, ÉSP Mille-Îles

Le lien : <https://gofund.me/b17cf465f>



## LES ÉLÈVES DE 11<sup>e</sup> ANNÉE DE L'ESP MILLE-ÎLES AU CAMP RKY

Cristina Fossoh



En à peine 38 heures, nous voilà armés pour une année pleine de surprises, de talents, d'énergie, bref de folie.

Du jeudi 2 au vendredi 3 octobre, les élèves de 11<sup>e</sup> de l'école publique secondaire Mille-Îles, sous la supervision de leurs enseignants bien aimés, ont assisté à une mini formation en leadership sur le site du camp RKY. De 9 h heure du départ à 13h30 le lendemain, lors de notre retour à l'école pour les autobus, l'expérience fut absolument mémorable.

Toute la classe s'impatientait depuis des semaines pour ce camp à RKY. Si bien que lors de l'embarquement du bus scolaire qui nous conduisait à destination, l'ambiance était à son comble. On avait beau crouler sous les sacs de couchage et les vêtements, les conversations allaient bon train et le voyage s'est passé tout en musique, en discussions et rires en prévision de ce qui nous attendait. Et à raison! À notre arrivée, un autre groupe repartait, et leur fatigue était apparente.

Les animatrices, Emma et Meghan semblaient immunisées contre cela: elles nous ont accueillis avec un immense sourire. «Welcome to RKY!!!» ont-elles littéralement hurlé. Puis, nous avons fait un briefing sur les facilités disponibles sur le site, des places interdites, les places de rassemblement généralement ainsi que les règles générales concernant les activités et les petits mascottes du camp, Beau et Shanna. À peine quelques secondes après que nos affaires ont rejoint nos cabines, la première activité de coordination de groupe a été lancée: c'était parti pour le "West Wind blows".



Nous avons rapidement enchaîné avec une version très chill du jeu de loup-garou, puis "Prey" a été aveugle! Nos encadrants nous guidaient toujours, nous amenant à revoir notre stratégie d'attaque et nous mettant tout de suite dans le bain. Quelle mise en scène magistrale!

Avec 24 élèves aussi enthousiastes, c'était un peu difficile de se concentrer. Nous avons donc été scindés en quatre groupes avec chacun un superviseur et un animateur assignés. À partir de là, la journée s'est passée très vite. Nous avons eu droit à:

- Des jeux de logique et construction pour améliorer notre communication de groupe et notre sens de l'innovation et de l'adaptation en situation de pression;
- De l'escalade et du tir à l'arc afin de travailler notre confiance en nous en tant qu'être individuel au sein d'une communauté et notre persévérance et résilience à face à la difficulté et l'effort;
- Du feu de bois et des activités d'encodage pour la cohésion générale et l'empathie en situation de survie. Nous avons aussi appris à réagir de façon réfléchie mais spontanée face à des situations imprévues.





Entre et après les activités, nous avons droit à des pauses allant de cinq minutes aux déjeuners ponctués de conversations stratégiques ou des plans pour la soirée, au cours de laquelle aucun d'entre nous n'avait l'intention de se reposer après ce programme pourtant très intense et physique - mes mollets en portent encore les séquelles. Un magnifique dîner de brochettes de poulet avec des pommes de terres grillées et des haricots cuits nous a été proposé. Le repas s'est vite transformé en photoshooting. Il n'empêche que c'était succulent. Nous avons été invité à débarrasser les tables car cela "fait partie intégrante de notre formation" (et ouaip!) puis à nous reposer une heure dans nos cabines avant le programme du soir. Devinez quoi? Personne ne s'est vraiment reposé. On a exploré les bois, hanté, joué, mis le bazar dans nos cabines (ce n'est qu'une façon de parler - ou pas) jusqu'à ce qu'on vienne nous chercher pour la prochaine activité: une chasse au drapeau. Ce fut un conflit sanglant (un peu de saine compétition ne fait jamais de mal) de territoire, marques de cris de guerre et d'attaques impitoyables de l'adversaire. Et même si certains étaient bien plus intéressés à socialiser avec les animateurs qu'à défendre leur drapeau, on a eu une équipe gagnante et une moins gagnante. C'était de bonne guerre (quel jeu de mots - ha!).

La soirée s'est conclue avec un gigantesque feu de camp au bord du lac et des biscuits au marshmallows grillés et au chocolat. Nous avons appris que le ridicule a parfois du bon. Les chansons étaient toujours plus farfelues les unes



que les autres et les animateurs déjantés. Nous avons poursuivi la soirée dans un esprit un peu plus moderne en jumelant les deux groupes pour une soirée karaoké très - très - tardive dans les bois. Un moment magique à jamais gravé dans nos mémoires.

Après une nuit de sommeil pas très réparateur, le réveil fut difficile mais l'enthousiasme intact pour les dernières heures. Les délicieux pancakes au sirop ont vite fini le travail. Nous avons tenu des conférences - un gros quand c'est juste une réunion avec nos enseignants autour de la table à manger - sur notre rôle prochain au sein de nos différentes classes et l'impact académique de l'activité en cours pendant que d'autres groupes menaient leurs dernières activités et vice-versa.

A l'heure des speeches, nous avons su que l'heure était proche (on est jamais trop dramatique avec les au revoir). Avant de repartir, nous avons tenu à remercier les animateurs d'avoir été aussi géniaux alors qu'eux, nous disaient que nous étions un groupe sortant du lot - avec la quantité de bruits qu'on a fait, pour sûr! Nous avons déménagé nos cabines et nous avons rejoint notre autobus pour le retour à l'école, certains que «ce n'était pas un adieu, mais une promesse de nous retrouver.»

Voyez-vous donc, dans ce cours laps de temps, on a appris à se soutenir, à rire de nos fautes et à persévérer malgré la difficulté. On a commencé par une compétition assez rude entre les différentes équipes, mais on a vite compris qu'on pouvait apprendre l'un de l'autre et que les rivalités saines n'en étaient pas moins palpitantes. On a découvert des facettes de nos camarades que l'on ne connaissait pas. En tant que coach, cela nous fait clairement comprendre que derrière des visages timides, des épaules fermées et un sourire vague, se cachent parfois des personnes brillantes, aux idées toujours plus folles les unes que les autres, des personnes douces mais qui seront toujours le pilier sur lequel nous reposer, des personnes drôles que ne laisseront jamais le désespoir avoir raison de nous.

En nous fournissant des occasions multiples de nous appuyer les uns les autres dans un cadre tout à fait aguideur, le camp RKY nous a armé et nous a donné un avant goût de ce que nous devons faire pour aider nos cadets à s'ouvrir et à dévoiler leurs talents au monde entier, tout comme nous avons eu la chance de le faire pendant ces 38 heures. Notre reconnaissance pour cela est infinie, et on espère qu'elle vous atteigne assez pour vous donner envie de faire le bond à votre tour.

Merci à l'administration de l'ESP Mille-Îles, à chaque membre du camp RKY et à vous, cher lecteur/lectrice, de partager un peu de notre aventure.

## Des ambassadeurs jeunesse chez les Coyotes

Éric Galarneau



Du 11 au 18 octobre, Kingston a accueilli la délégation d'ambassadeurs jeunesse de sa ville sœur, Scottsdale, en Arizona. Les trois élèves américains, Owyn, Oliver et Luis, ont été reçus par les Coyotes, Erika et Léo, et leur famille. Une semaine riche en activités éducatives et culturelles leur a permis d'explorer la vie à Kingston. Merci au Bureau de l'Éducation Internationale du CEPEO pour le soutien dans cette aventure hors de l'ordinaire.



Tout au long de la semaine, les élèves ont plongé au cœur des expériences francophones et canadiennes : pêche en eau douce, promenade en forêt pour observer les couleurs automnales, visite au labyrinthe de maïs, cueillette de pommes, pique-nique sur l'île Wolfe, et même l'épreuve des terreurs de Fort Fright au Fort Henry.



Sur le plan éducatif et historique, les jeunes ont abordé les autochtones de Cataraqui, la présence française à Fort Frontenac, la conquête anglaise, les multiples facettes de l'héritage de Sir John A. Macdonald, les enjeux contemporains des Premières Nations, les efforts de réconciliation inspirés par Gord Downey, ainsi que la réalité des pénitenciers et des institutions post-secondaires de la région.

Une soirée spectacle a été offerte par l'agente de musique de la Ville de Kingston. De plus, le Musée maritime des Grands Lacs nous a gracieusement invités à explorer ses espaces, incluant le S.S. Keewatin, navire de croisière de l'époque édouardienne.



La délégation a été reçue à l'hôtel de ville de Kingston où elle a pu s'entretenir avec le Maire Paterson, un francophile engagé dans le dossier des Villes jumelles (Sister City).



L'immersion s'est poursuivie à l'école : les ambassadeurs ont non seulement été hébergés par des familles francophones, mais ils ont aussi passé une journée en milieu scolaire minoritaire. Ils ont participé, entre autres, aux activités du Projet Empreinte, assisté à une présentation sur la culture Métis, et même joué au Loup-Garou. En retour, les élèves de Scottsdale ont partagé les réalités de la vie en Arizona aux élèves de Mille-Îles.

Créée après la Seconde Guerre Mondiale par le président américain Eisenhower, l'organisation Sister City (Villes jumelles) a pour mission de promouvoir les bonnes relations entre les nations par la coopération et les échanges communautaires. Les ambassadeurs étudiants pratiquent ainsi, un à un, la diplomatie citoyenne.

Les liens entre Scottsdale et Kingston existent depuis plus de 30 ans. Ces rapprochements personnels et pacifiques sont d'autant plus précieux dans le contexte politique actuel : ils forgent de nouvelles amitiés et offrent une meilleure compréhension des défis de la vie quotidienne à l'étranger. L'échange se poursuivra en mars 2026, lorsque la délégation de Kingston se rendra à Scottsdale pour explorer les diverses facettes de la vie en Arizona.



## Foire artisanale

ESP Mille-Îles

**Gardez la date**

5 décembre 2025

Foire artisanale organisée par les élèves de l'école  
secondaire publique Mille-Îles

Performances sur scène:

**EXPLoMusique!****AFRO MAMA RYTHMÉES**

au Théâtre Le Sésame

Billets en vente bientôt !





# PORTES OUVERTES

à VOTRE ÉCOLE FRANCOPHONE



**MILLE-ÎLES**  
ÉCOLE SECONDAIRE PUBLIQUE

**27 NOV. | 17 h à 19 h**



ÉCOLE ÉLÉMENTAIRE PUBLIQUE  
**MADELEINE-DE-ROYBON**

**1<sup>er</sup> DÉC. | 18 h à 19 h**



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

**INSCRIVEZ-VOUS !**



MILLE-ÎLES



MADELEINE-DE-ROYBON



## Du côté du Conseil des écoles catholiques du Centre-Est

L'élite de demain :  
quand les jeunes  
leaders du CDE  
s'inspirent à IAWAH

ESC Sainte-Marie-Rivier



Les élèves du Conseil des Éléves de Sainte-Marie-Rivier (CDE-SMR) préparent une année riche en engagement, en francophonie et en leadership, forts de leur expérience au stage annuel du CECCE.



L'avenir est entre de bonnes mains. C'est le sentiment qui régnait au camp IAWAH, à Godfrey, où près de 200 jeunes leaders ont convergé pour le Stage des GDEs (Gouvernements des Éléves) du Conseil des écoles catholiques du Centre-Est (CECCE). Parmi eux, les membres du Conseil des Éléves (CDE) de l'école secondaire **Sainte-Marie-Rivier (SMR)** ont marqué leur présence, du 6 au 9 octobre, pour un événement qui est bien plus qu'une simple retraite de planification.

Ce rassemblement annuel est un creuset d'échanges et d'inspiration. Pour les élèves de SMR, ce fut une occasion privilégiée de réseauter

avec leurs homologues, jeunes et adultes, responsables des mêmes dossiers systémiques à travers le Conseil. Au-delà des ateliers et des stratégies, le stage a permis aux participants de s'enrichir d'expériences de team building en plein air et de vivre pleinement leur identité – leur **francophonie** et leur **catholicité** – au sein d'un grand groupe uni.

Ces quelques jours intenses en formation et en camaraderie sont une véritable rampe de lancement pour l'année scolaire à venir. Les jeunes leaders de Sainte-Marie-Rivier utiliseront les connaissances et les outils acquis pour :

1. **Optimiser leur dynamique de groupe** : Mettre en œuvre des pratiques de gestion d'équipe plus efficaces et collaboratives.
2. **Animer la vie étudiante** : Concevoir et organiser des activités enrichissantes qui non seulement valoriseront l'identité des élèves, mais renforceront également le très prisé « esprit d'école » des Dragons de SMR.
3. **Représenter la voix des élèves** : Devenir les porte-parole des intérêts de leurs pairs au sein de la communauté scolaire et à l'échelle du conseil.

De plus, l'équipe du CDE-SMR jouera un rôle clé dans deux initiatives majeures du CECCE cette année. Ils seront notamment responsables de mener une **consultation** essentielle auprès de leur communauté scolaire relative à la nouvelle planification stratégique du Conseil, et de participer activement à **l'implémentation d'une nouvelle plateforme de communication** destinée aux élèves.

Ce sont de bien belles initiatives qui annoncent une année scolaire dynamique et engagée à Sainte-Marie-Rivier. Il faudra surveiller de près l'impact et les réalisations de ces jeunes leaders inspirés !

## L'Action de grâce et célébrations de la Parole

ESC Sainte-Marie-Rivier



Le 14 octobre dernier, l'école SMR a accueilli le père Jan au théâtre Le Sésame afin d'y vivre deux célébrations de la Parole dans le cadre de l'Action de grâce et faire le lancement de notre Dragon-DON.

Ces célébrations empreintes de reconnaissance et de solidarité ont rassemblé toute la communauté scolaire dans un bel esprit de partage. Nous avons eu la chance de compter sur la précieuse participation en chant de Mmes Flore Tsakem et Ruth Tchinda (membres du personnel enseignant), ainsi que sur la présence de M. Évina (membre de la communauté) au piano, qui ont offert une magnifique touche musicale à l'événement.



Le lancement du **Dragon-DON**, notre collecte de denrées au profit de **Martha's Table** en collaboration avec le RSIFEO, marque le début d'une période d'engagement et de générosité à l'école. Ensemble, nous espérons faire une différence concrète pour les personnes dans le besoin de notre communauté.



## Académie des habiletés de hockey (AHH): sur la glace et au-delà!

ESC Sainte-Marie-Rivier



Le début de l'année a marqué le véritable coup d'envoi des activités pour nos jeunes athlètes de l'Académie des habiletés de hockey (AHH)!

Nos élèves ont repris leurs séances d'entraînement sur la glace, axées sur le développement des habiletés techniques, de la prise de décision rapide



et de la confiance en situation de jeu. Ces apprentissages demeurent au cœur de notre mission: former des joueurs complets, capables d'exceller autant sur la patinoire que dans leur communauté.

Dans cette même optique, le groupe intermédiaire a démontré un superbe esprit d'initiative en réalisant un grand nettoyage extérieur de l'école, un geste concret de leadership citoyen et écologique. Leur implication reflète l'importance du respect de son environnement; une valeur essentielle aussi dans le sport d'équipe.

Du côté du groupe du secondaire, les élèves ont pris part à une activité de stratégie en équipe qui a mis à l'épreuve leur communication, leur esprit d'analyse et leur capacité à réagir sous pression; des compétences clés pour tout joueur de hockey. Enfin, nos jeunes ont aussi entrepris leur préparation physique et mentale en plein air, amorçant la formation « Nager pour survivre », une étape essentielle avant les épreuves d'aventure et d'autonomie qui marqueront le voyage de fin d'année.

À travers chacune de ces expériences, l'AHH continue de bâtir des leaders résilients, engagés et passionnés; des joueurs de hockey qui se distinguent autant par leur talent que par leurs valeurs.

Les élèves du Conseil des Élèves de Sainte-Marie-ces jeunes leaders inspirés !



## Événements à venir

ESC Sainte-Marie-Rivier



## Campagne de financement - bûches de Noël

### Campagne de financement



Un délice à partager au temps des Fêtes!



|                        |                                                |                             |                  |
|------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|------------------|
| Bûche Framboisier 27\$ | Bûche Fudge à Whisky à la Vanille (MARTO) 28\$ | Bûche Sucre à la Crème 27\$ | Bûche Fudge 27\$ |
|------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|------------------|

Commandez vos bûches de Noël de la Pâtisserie Michaud et aidez des élèves à financer leur voyage. Faites-le **avant le 31 octobre** et Michaud remettra **1\$ supplémentaire par bûche** à notre campagne.

VISITEZ NOTRE BOUTIQUE AU  
[willy.patisseriemichaud.com/boutique/esc-sainte-marie-rivier](http://willy.patisseriemichaud.com/boutique/esc-sainte-marie-rivier)



Aidez des élèves de la 10<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année à découvrir le monde pendant leur semaine de relâche. Chaque bûche vendue contribuera à financer une partie de leur voyage en Italie et Grèce. Faites vite! La campagne prend fin le 25 novembre.

## Journée / Accueil des 6e !



**La journée des futurs 7e de Sainte-Marie-Rivier!**  
Venez passer la journée avec nous!

**Quand?** 5 novembre 2025 de 9h00 à 14h

**Où?** Sainte-Marie-Rivier  
1381 Ave Demers, Kingston

**Quoi ?** Les élèves de 6e année auront la chance de vivre différents ateliers et rencontrer des nouvelles personnes qui seront parmi nous l'an prochain. Veuillez svp apporter vos collations et une bouteille d'eau. Chaque élève recevra une pointe de pizza et une boîte de jus pour le dîner. N'oubliez pas vos souliers d'intérieur!

**Qui ?** Tous les élèves de 6e année qui sont intéressés à venir chez nous l'an prochain.

Si vous n'êtes pas présentement un élève de Monseigneur Rémi-Gaulin, veuillez svp remplir le formulaire avant le 3 novembre 2025, en utilisant le code QR suivant afin de vous inscrire.



Vous avez des questions? Pas de problème, veuillez communiquer avec la conseillère en orientation, Mme Jennifer Gervais au [gervaje@ecolecatholique.ca](mailto:gervaje@ecolecatholique.ca)

À la recherche d'une école francophone pour le parcours secondaire de votre enfant? Vous êtes invités à inscrire votre enfant de la 6e année à cet événement. Une belle occasion de se familiariser avec l'école et de créer de nouveaux liens.

## Portes ouvertes



**On vous attend**  
**Événement PORTES OUVERTES 2025-2026**



**Commencez vos festivités**

- ✓ Venez rencontrer les enseignants et le personnel
- ✓ Explorez nos programmes spécialisés
- ✓ Voyez nos élèves en action
- ✓ Marché de Noël des artisans
- ✓ Ramassage des bûches de Noël du voyage international
- ✓ Ramassage des poinsettias du Conseil d'école

**4 DÉCEMBRE 17H30-19H30**  
1381 avenue Demers

613-546-5270 [marie-rivier.ecolecatholique.ca](http://marie-rivier.ecolecatholique.ca) Écoles catholiques Centre-Est

Le 4 décembre, venez explorer nos programmes spécialisés et nos installations, rencontrer l'équipe-école et découvrir une communauté dynamique. Vous pourrez même vous gâter au Marché de Noël des artisans du CCF. On vous attend!



# Une journée en 7<sup>e</sup> année



5 novembre 2025



Élèves de  
6<sup>e</sup> année,  
venez passer  
une journée  
avec nous!

Pour plus  
d'information





## Organisme en action

ACFOMI

## La Franco-Foire



De nombreuses activités familiales, un spectacle retraçant l'histoire du cirque présenté par le Centre culturel Frontenac et un atelier de salsa ont été proposés, rendant cette journée inoubliable. Les organisations présentes ont ainsi pu présenter leurs services aux visiteurs venus en nombre.

Un immense merci à tous nos exposants, visiteurs et commanditaires qui ont fait briller cette 29<sup>e</sup> édition de mille feux.

Nous vous attendons déjà avec enthousiasme pour la 30e édition !





RSIFEO

## Collecte de denrées alimentaires non périssables



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

Le Réseau de soutien à l'immigration francophone de l'Est de l'Ontario (RSIFEO) organise une collecte de denrées alimentaires non périssables au profit de Martha's Table, du 13 au 24 octobre 2025. La remise des dons se fera le samedi 8 novembre.

Cette initiative s'inscrit dans le cadre de la Semaine nationale de l'immigration francophone, qui se tiendra cette année du 3 au 8 novembre 2025 sous le thème : « Merci d'enrichir notre francophonie ».

Des bacs de collecte sont installés dans les locaux du Centre culturel Frontenac, de la Route du Savoir, des écoles secondaires publique Mille-Îles et catholique Sainte-Marie-Rivier, de la garderie Croque-Soleil, de l'école élémentaire publique Madeleine-de-Roybon ainsi que de l'ACFOMI.

Si vous passez par l'un de ces lieux, nous vous invitons chaleureusement à faire un don. Nous remercions sincèrement les partenaires mentionnés pour leur précieuse collaboration à ce projet. Ensemble, contribuons à bâtir une communauté plus forte et solidaire !



## COLLECTE

DE DENRÉES ALIMENTAIRES NON PÉRISSABLES

DU 13 AU 24 OCTOBRE 2025



**Portes  
ouvertes**  
Venez découvrir  
votre future école  
secondaire !



4 décembre 2025, 17h30 à 19h30

Écoles  
catholiques  
Centre-Est

ÉCOLE SECONDAIRE CATHOLIQUE  
SAINTE-MARIE-RIVIER

Django's Kitchen

## Jazz Manouche

Notre groupe local, **Django's Kitchen** (qui a présenté un spectacle au **Centre culturel Frontenac** le 1er mars 2024) a été sollicité pour organiser un événement d'un soir pour **Christine Tassan & les imposteurs**.

Ce groupe montréalais est incroyablement talentueux et novateur, un incontournable pour les amateurs de jazz, et plus particulièrement de jazz manouche.

L'événement aura lieu le **22 janvier à 19 h** à « **The Next Church** », une salle intimiste située au 89, rue Colborne, Kingston (Ontario) K7K 1C8, Canada.

Pour acheter des billets, rendez-vous sur ce site :

[events.com/r/en\\_US/tickets/christine-tassan-et-les-imposteurs-kingston-january-1014159](https://events.com/r/en_US/tickets/christine-tassan-et-les-imposteurs-kingston-january-1014159)

[christinetassan.com/christinetassan-et-les-imposteurs/](https://christinetassan.com/christinetassan-et-les-imposteurs/)



le 22 janvier à 19 h à  
« **The Next Church** »  
89, rue Colborne, Kingston  
Présenté par: **Django's Kitchen**

christinetassan.com

les productions  
des imposteurs

ADL

Conseil des arts  
du CanadaCanada Council  
for the Arts

musicaction

Canada

## Découvrez



Saison  
artistique  
2025-2026



Artistes de Kingston



# ATELIER D'INFORMATION JURIDIQUE

ENGAGEMENT COMMUNAUTAIRE POUR LA PRÉVENTION DE  
LA VIOLENCE FAMILIALE ET ENTRE PARTENAIRES :

## VOIX ET CHOIX!

 5 FÉVRIER 2026

 17 H - 18 H 30

 GRATUIT

 EN PERSONNE : 760 Route 15, Unité 11, Kingston, Ontario, K7L 0C3

 INSCRIPTIONS : par courriel à [info@acfomi.ca](mailto:info@acfomi.ca) ou appeler au 613-546-7863

## Carnet des lecteurs

## Hommage à Gabrielle Gosselin : Après 45 ans, le centre Frontenac a-t-il encore une âme?

Guy Monette



Je ne sais pas exactement ce qu'est une âme, mais j'ai connu et aimé celle que plusieurs ont qualifiée d'âme du Centre culturel Frontenac.

C'était évidemment il y a si longtemps que personne ne s'en souvient. Non, c'est faux, puisque la grande salle, trop souvent vide, à l'entrée du centre, se nomme l'accueil Gabrielle Gosselin. Le conseil d'administration devait avoir de bonnes raisons pour ainsi honorer Mme Gosselin.

Il est maintenant question de célébrer son apport !!! Tâche impossible ! Je ne connais que peu de choses à son sujet. Au secours !

Que ceux et celles qui ont connu Gabi viennent m'aider. Et je ne me gêne pas de nommer directement ici des noms qui me viennent à l'esprit. Ce n'est pas moi qui vous appelle à l'aide, c'est Gabi. Vous le lui devez.

Où sont les Pierre et Aline Laforest ? Les Napoléon Gaultier ? Les Jean Héroux ? Les Joy Obadia ? Les Marie-Noël Saint-Cyr ? Les Martin Laforest ? Les Gabriel Toussaint ? Les Marie-Andrée Hueglin ? Les Normand Dupont ? Les Louise LaRue ? Les Marc Bissonnette ? Les Ghyslaine Laliberté ? Les Jeannine Proulx ? Les Marie-Pierre Marcagy ? Les Pierre Perrault ? Et où êtes-vous tous ceux que j'oublie ?

Contactez moi au [monetteguy900@gmail.com](mailto:monetteguy900@gmail.com) ou au 613 484 4838.

## MA JOURNÉE DE GLOIRE SPORTIVE

Paul Heppelle

Je dois commencer ce récit par une confession publique : le titre original était trompeur. Un intitulé plus honnête serait : « Ma journée de gloire sportive... et de gros ratés ». Vous voyez le genre. Oh, j'ai bien touché à divers sports au cours des années, mais je ne suis PAS un athlète, quelle que soit la définition, à la grande déception de mon père athlète phénoménal. Certes, j'ai fini par devenir un skieur de fond pas trop mauvais, et, pendant deux étés à la quarantaine, j'ai poussé les vrais sportifs au bord de la crise de nerfs grâce à mon légendaire « lancer en cloche » au Slow Pitch,



ce cousin dilettante du baseball. Pour le reste, j'ai participé - et le mot est généreux - aux activités sportives imposées par les profs du secondaire et du collège, avec l'enthousiasme d'un chat qu'on traîne sous la douche.

J'ai toutefois réussi en 1962 à faire inscrire mon nom sur le trophée du *Flag Football Senior A*. Oui, c'est bien son vrai nom, inutile de chercher une traduction poétique. Mon équipe a remporté le championnat et, croyez-le ou non, j'ai joué un rôle déterminant.

Pour ceux qui l'ignorent, le *flag football* - ou, pour les puristes, « football américain sans contact » - consiste surtout à se passer le ballon, courir un peu, puis arracher à la ceinture d'un adversaire un petit bout de tissu - « le drapeau », ce qui met fin à l'action. Wikipédia, d'ailleurs, nous rassure que « les règles traditionnelles du football américain sont souvent éliminées ou modifiées afin de refléter le caractère plus récréatif du jeu, ainsi que la volonté d'éviter les contacts physiques et les blessures. » En somme, c'est du football américain... mais sous bulle de protection réglementaire.

Peut-être... mais le *flag football* auquel moi je participais ressemblait davantage à une mêlée sans foi ni loi, où les « règles » n'étaient respectées que par inadvertance et, disons-le, de temps à autre. Et, outre « le drapeau » on portait aucun équipement spécial - T-shirt, pantalons, espadrilles, c'est tout. Oh, et « arracher le drapeau ». Certes, il était interdit de plaquer un adversaire, mais rien n'empêchait de le bousculer de l'épaule ou de lui donner un petit coup de hanche pour l'envoyer hors du terrain. On pouvait aussi, tout à fait par hasard bien sûr, emmêler ses pieds dans ceux d'un adversaire et, une fois celui-ci au sol, eh bien... le drapeau était juste là, non ? Et si, au passage, une chemise ou une jambe de pantalon se retrouvait déchirée, c'est évident qu'on croyait avoir saisi « le drapeau » !

Presque sans exception, après chaque match, l'infirmerie devait gérer une belle collection d'égratignures, de coupures, de bleus... et, à l'occasion, un os cassé.

Et nous voici donc au cœur de l'histoire. C'est la finale et la fin du match. Nos adversaires sont assez proches de la ligne de but pour tenter un placement. Les deux équipes se mettent en place. Le botteur est à cinq ou six mètres derrière la ligne offensive de son équipe. Comme d'habitude, on m'a collé en défense sur la ligne - l'unique endroit où les vrais sportifs de mon équipe se sentaient à l'aise de me mettre. Ce jour-là, je suis presque en face du botteur. Le quart-arrière commence son compte à rebours. Mon coéquipier me glisse un « Suis-moi ! » La balle est mise en jeu. Mon énorme ami Henri bondit vers l'avant. Je le suis. Il repousse son défenseur. Une brèche s'ouvre dans la ligne. Je m'élance, les mains levées, tendu au maximum.

Quand je repris mes esprits quelques instants plus tard, mes coéquipiers exultaient. Leurs félicitations enthousiastes se firent toutefois plus discrètes lorsqu'ils remarquèrent mon visage ensanglanté. J'étais sonné. Je sentais le goût du sang. Je recrachai une dent... puis une autre. Mes mains et ma chemise étaient couvertes de rouge. J'entendis alors quelqu'un s'écrier : « Mon Dieu, il a bloqué le botté ! »

Oui, j'avais bel et bien bloqué la tentative de placement. Le prix à payer ? Deux yeux au beurre noir, un nez en miettes, une cloison nasale déviée, trois incisives supérieures envolées, et les genoux écorchés. Aujourd'hui, un dentiste aurait remis les dents en place dans la foulée. Magie de la médecine dentaire moderne. Mais nous étions au début des années 60, dans la Saskatchewan rurale. La ville la plus proche était à deux heures et demie de route et je n'avais ni assurance ni le moindre sou en poche pour défrayer les coûts.

Mais enfin, tout est bien qui finit bien, n'est-ce pas ? Nous avons gagné le match, la finale en plus... et quelque part, dans les entrailles de cette vénérable institution de la Saskatchewan, il y a un trophée où figure MON nom.

## Lorraine et... l'amour?

Joy Obadia

Lorraine participe à plusieurs groupes de conversation en anglais, en français et en espagnol, majoritairement féminins. On y parle de sujets intéressants les femmes, bien sûr, comme par exemple coiffures, crèmes pour le visage, souliers, nouvelles robes, pantalons et tout ce qui concerne l'apparence. Immanquablement, on y parle aussi des petits-enfants: cadeaux, visites, gardiennage et compagnie. Lorraine se dit souvent qu'elle ne doit pas être une femme, car tout cela l'ennuie.

Dernièrement elle est sortie avec deux vieilles amies dont l'âge combiné totalise 182 ans. Bien à l'aise dans un tout petit café intime, l'une d'elles se prononce pour la première fois sur son mari en disant « J'ai un mari qui m'aime et il me le dit. ». Quelle surprise, puisque depuis les 35 ans que Lorraine la connaît elle n'a jamais fait autre chose que critiquer son époux.

En fait, Lorraine est si étonnée qu'elle a une envie soudaine de diffuser cette bonne parole; donc, au cours de la réunion de son groupe de conversation en espagnol, auquel participe sa vieille amie, Lorraine ose dire, « Nous avons parmi nous une femme qui est aimée de son mari, puis, figurez-vous, il le lui dit »!

La réaction a été immédiate. « Ouais, c'est ben beau mais ce sont les actes qui comptent, les petits gestes de tous les jours; sans ça, c'est des paroles vides de sens. Mon mari, il m'apporte des fleurs à chaque mois et il s'offre pour laver la vaisselle. » Et aux autres de tomber d'accord; les gestes disent tout, mon mari se souvient de ma fête, le mien me donne des cadeaux qui tiennent compte de mes goûts, le mien m'aide parfois avec le ménage.

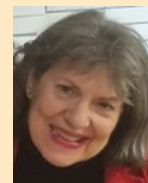
Lorraine se sent carrément dégonflée, mais en son for intérieur, elle sait que les autres sont jalouses, qu'elles auraient aimé entendre ces paroles magiques. Pour elle, les paroles sont importantes; elles sont une preuve d'affection et d'amour.

Malheureusement, elle ne retiendra pas longtemps cette certitude. Toujours observatrice, elle remarque le langage d'un autre groupe de femmes, à savoir une petite chorale féminine où on n'hésite pas à verbaliser à l'extrême les sentiments positifs partagés. Il y a toujours une dette d'accolades à payer, des compliments sur tout, jusqu'aux lacets des souliers, embrassades et formules d'adresse comme, « Chérie, ma soie, tu sais que je t'aime d'amour, moi aussi, je t'appelle bientôt! Et la directrice de chorale de lancer, « Mes fabuleuses femmes, la répétition est finie, vous me manquez déjà, je vous adore ». Il faut dire qu'entre les membres d'une chorale, c'est un peu... inhabituel, voire exagéré, se dit Lorraine.

À la réflexion, car Lorraine réfléchit beaucoup, elle conclut qu'il y a une grande variabilité parmi ses différents groupes et il est toujours dangereux de lancer un cri du cœur devant un petit rassemblement qui s'intéresse surtout aux prix de la lingerie! Est-ce que le tout se passerait autrement dans un groupe mixte ou majoritairement masculin?

## La musique

Louise LaRue



J'adorais les samedis de mon enfance en automne. Quand les autres allaient jouer dehors, je restais autour de ma mère qui faisait ses tartes en me racontant les scénarios des opéras que nous écoutions ensemble à la radio. Pour moi, c'était le spectacle le plus complet qu'on puisse imaginer. Ses descriptions musicales, ses explications des façons dont l'accompagnement orchestral se mariait à toutes les parties chantées me fascinaient. Elle résumait les partitions en italien et en allemand qu'elle connaissait sur le bout de ses doigts et grâce à ses présentations, je voyais même les décors et les costumes correspondants aux époques où l'action se déroulait.



Le summum de la musique, c'était ça : écouter de la musique en compagnie de personnes qui vibraient aux sons les plus suaves et même cacophoniques, pourvu qu'ils nous parlent, qu'ils nous transportent d'enthousiasme. Je me rappelle les joyeuses séances d'apprentissage de chansons enfantines avec mon frère et ma sœur que ma mère accompagnait au piano en jouant certaines notes pour que nous chantions juste. Que de fous-rires en chantant faux exprès pour la voir sourciller ! J'aimais l'entendre jouer, autant pour nous - et elle l'a fait volontiers jusque dans son grand-âge - qu'avec nous à qui, mine de rien, elle a enseigné la théorie de la musique autant que le développement de nos voix ou de notre oreille musicale.

Il n'y avait pas qu'elle qui écoutait de la musique de tout son cœur. Le contemplateur des orages et des salves musicales n'était pas loin. C'était mon père qui aimait la musique, confortablement installé au salon et nulle part ailleurs. Son support à lui, c'était le disque. Le nec plus ultra en sa présence, était d'écouter, de ne faire que ça, parfois passivement pour la seule émotion, mais surtout activement pour analyser ce qu'on avait entendu. Mon père nous racontait ainsi pourquoi les timbaliers faisaient rouler leurs baguettes aux moments dramatiques des pièces symphoniques quand nous écoutions en stéréo (nouveau de l'époque) de la musique classique qui nous impressionnait vivement par le nombre des instrumentistes et la diversité des mouvements et des œuvres orchestrales. Ses goûts musicaux embrassaient non seulement la musique classique, mais aussi les grands ensembles de jazz et les chœurs mixtes, y compris le fameux chœur des cosaques du Don.

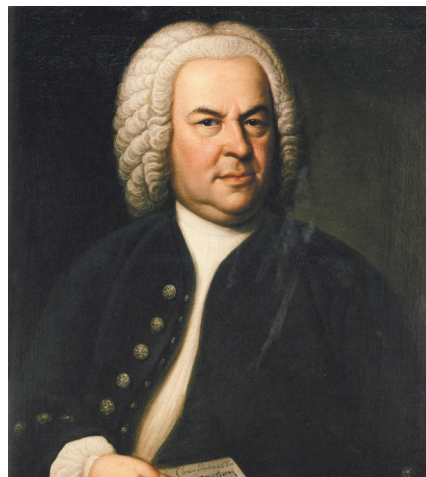
Il me semble être née et avoir vécu entourée de personnes qui faisaient ou écoutaient de la musique. Celle de ma mère, grande amatrice des compositeurs romantiques du XIXe siècle, celle toute différente, de mon père, celle de mes professeurs de piano et de mes oncles et tantes qui chantaient un répertoire aussi varié que large et dansaient pendant des soirées entières aux rythmes endiablés de la samba et du swing.

Si mes parents aimaient les formations orchestrales, j'ai plutôt développé un goût pour les petits ensembles. Les quintettes à vent, quatuors à cordes, sonates pour piano et violoncelle de la musique de chambre m'ont enchantée. Mon compositeur favori, lui, a travaillé plusieurs genres en vogue à son époque et je ne saurais dire ce que je préfère des cantates, des concertos pour clavecin, des suites ou des fugues de Jean-Sébastien Bach.



*Mozart - le plus grand compositeur de musique classique au monde*

*Barbara Krafft, 1819  
Domaine public -  
via Wikimedia Commons*



*Johann Sebastian Bach  
XVIIIe siècle*

*Domaine public -  
via  
Wikimedia Commons*

L'époque baroque est celle que l'on entend chaque jour chez moi. Selon les moments de détente, de travail, d'échanges, les fonds sonores diffèrent, mais j'aime aussi les plages de silence pour l'écriture, la contemplation ou la réflexion. Rêver en musique ne procure pas les mêmes sensations que celles que l'on découvre en écoutant le vent, les rires lointains des enfants dans

les parcs, les cigales ou le clapotis de l'eau au bord du lac Ontario. Je n'en renierais aucune, car toutes ces vibrations dans l'espace et le temps m'ont apporté au fil des décennies, les éléments essentiels à l'harmonie entre pensées et actions qui jaillit autant du rock-blues que des madrigaux de la Renaissance italienne.

Récemment, je me suis immédiatement tournée vers la musique lors de la mort d'un ami. C'est un moyen infallible de mieux gérer la douleur, car plonger dans les notes m'apporte toujours détente et bien-être. Qu'importe le genre, dopamine et endorphine sont au rendez-vous quand on se met à l'écoute musicale. Même les requiems ont un effet apaisant, du moins, sur moi. Je recherche sans cesse les bienfaits qu'apporte la musique sur le cerveau et le corps. La musicothérapie que je pratique, c'est l'écoute musicale, les concerts et quelques pas de danse. Et ça fonctionne !

Je reconnais avoir eu beaucoup de chance de naître dans un milieu culturel d'amateurs de musique férus de toutes les expressions musicales et ouverts aux nouveautés. Ces connaisseurs ont su m'instiller le goût de découvrir, au-delà du connu, les arcanes de la musique du monde comme de l'électroacoustique. A mon tour, je discute goûts musicaux avec les ados qui m'initient à la Kpop, les jeunes qui tentent de me vendre le hip-hop, sans parler des quinquagénaires qui vantent le postminimalisme à la Alexandra Stréliski. Quelle qu'elle soit, la musique ne laisse personne indifférent, en automne surtout, pour faire le lien dans la chaleur de notre foyer, entre l'été le long des plages et les froidures qui approchent.

## De retour à Baie-Saint-Paul

Normand Dupont

Je suis retourné peindre à Baie-Saint-Paul pour une 14<sup>ème</sup> année consécutive. C'est toujours enthousiasmant de me préparer : j'organise mon matériel d'art, me fais une liste de quelques

éléments à magasiner et c'est fébrile que je prends la route. Ma sœur aînée s'est jointe pour une troisième fois. On a du plaisir à se retrouver et à créer ensemble pendant 5 jours. Cette année, deux américaines du Texas étaient aussi de la partie.

Ma sœur, Geneviève et moi, nous sommes retrouvés à Québec au Musée National des Beaux-Arts de Québec pour aller voir l'exposition des œuvres de Niki de Saint Phalle, une surprenante collection de ses créations, vibrantes de couleurs, de formes organiques exprimant la joie, le ludisme et, parfois, dénonçant des injustices. Une belle découverte!

<https://www.mnbaq.org/programmation/expositions/niki-de-saint-phalle>

Arrivés à Baie-Saint-Paul, nous sommes accueillis chaleureusement par Yves Thériault qui s'ingénie à nous concocter de savoureux repas et Denise Pelletier, peintre qui nous propose une activité brise-glace. Elle a tracé le paysage qui fait face à leur maison et nous propose de le peindre.





Le lendemain matin, nous marchons dans le rang et nous nous rendons chez un voisin où je fais un croquis de deux de ses bâtiments. La perspective à flanc de colline m'intéressait particulièrement.



En après-midi, nous allons à Baie-Saint-Paul et je fais un croquis de trois clochers qui dépassent les arbres.



La journée suivante, je finis une peinture entreprise la veille en me basant sur une photo que j'avais prise trois années plus tôt le matin, à l'heure où la lumière du lever de soleil frappait les vieilles planches d'un hangar. Denise me dit que c'est la cabane à Mathurin. Une toile aux tons d'automne. Puis,



je travaille à une linogravure. Sur une petite plaque de linoléum, je dessine une maison des Éboulements en me basant sur un de mes croquis. Il me faut inverser l'image afin qu'une fois imprimée, la maison et le paysage y soit dans le bon ordre.





À l'aide de gouges, j'enlève des sections de l'image. J'encre la plaque à l'aide d'un rouleau, y pose un papier, et l'image se transpose. L'avantage de cette technique, c'est qu'on peut imprimer plusieurs versions de notre dessin.



On termine la journée en se rendant à Saint-Joseph-de-la-Rive où je fais un croquis du bord du fleuve avec, sur la montagne, l'église du village voisin, Les Éboulements.



Pour notre avant-dernière journée, nous allons faire des croquis au quai de Petite-Rivière-Saint-François : j'en fais deux. Le premier de la rive en regardant vers l'est et le deuxième en regardant vers l'ouest. Dans celui-ci, je suis attiré par un cargo rouge au loin sur le fleuve avec, en avant-plan, un anneau de sauvetage rouge et un bateau rouge.



De retour en studio, je peins le paysage dessiné le matin avec un tronc d'arbre échoué et des foins salés au bord de l'eau.





Finalement, la cinquième journée, je peins un bouquet de tulipes.



L'atmosphère est plaisante tout au long du séjour : de beaux échanges avec les autres peintres, de l'émulation, du partage d'idées et de techniques, de souvenirs de voyage. Un ressourcement, une pause de créativité !

**Le 5 à 7 franco**  
**du jeudi 13 novembre aura lieu au**  
*The French Meetups of Thursday November 13 will be held at*

**MAYLA** CONCERT  
 343 King St E, Kingston, ON K7L 3B5

eventbrite.com/e/5-a-7-franco-mayla-tickets-1629114739039

#### Les prochaines dates :

- 13 nov. 2025, **Mayla**, 343 King St E, Kingston, ON K7L 3B5
- 11 déc. 2025, **The Iron Duke**, 207 Wellington St, Kingston, ON
- 08 janv. 2026, **The Duchess Pub**, 1206 HWY 15 #8A, Kingston, ON
- 12 fevr. 2026, **La Vida Bistro Bar**, 1329 Gardiners Rd Suite 109, Kingston, ON K7P 0L8
- 12 mars 2026, **Mayla**, 343 King St E, Kingston, ON K7L 3B5
- 09 avr. 2026, **The Iron Duke**, 207 Wellington St, Kingston, ON
- 14 mai 2026, **The Duchess Pub**, 1206 HWY 15 #8A, Kingston, ON
- 11 juin 2026, **The Iron Duke**, 207 Wellington St, Kingston, ON

Contactez-nous pour devenir hôte. Les hôtes reçoivent une carte-cadeau pour accueillir les participants et prendre des photos.

[coordinationccfkingston@gmail.com](mailto:coordinationccfkingston@gmail.com)

## Le coin gourmand

### Dartois à l'ananas

Daniel LeBlanc



Il y a des recettes qui nous restent favorites depuis notre enfance.

Pour nous, les dartois à l'ananas, qui ont été servis pendant les fêtes depuis 1961, resteront des desserts qui nous rappellent notre tendre jeunesse. C'est une de ces rares recettes qui nous épate et qui est réussie telle quelle. Prenez soin de bien lire la recette en entier avant de commencer.

Alors, sans plus tarder, je la partage avec vous :

#### Ingrédients pour la pâte :

- 4 tasses de farine tout usage, tamisée
- ¼ de cuillère à thé de sel
- 1 tasse de sucre
- 1 tasse de graisse végétale
- 2 œufs larges
- 1 tasse de crème sure 14%
- 2 cuillères à thé de bicarbonate de soude

#### Ingrédients pour la garniture :

- 1 tasse de sucre
- ¼ tasse de fécule de maïs
- 1 canette de 20 onces (570 ml) d'ananas déchiquetés

#### Pour finir :

- 1 œuf large
- 1 cuillère à table d'eau froide
- 1 tasse de pacanes hachées
- ¼ tasse de sucre glace

#### Méthode :

- Mettre dans un bol la farine, le sel et une tasse de sucre et bien mélanger. Ajouter la graisse et la couper finement dans le mélange.

- Battre ensemble légèrement à la fourchette, 2 œufs et la crème sure. Ajouter le bicarbonate de soude et brasser. Ajouter ce mélange aux ingrédients secs et mélanger jusqu'à l'obtention d'une pâte souple.
- Bien refroidir au frigo pendant 45 minutes.
- Pendant ce temps, mélanger 1 tasse de sucre et la fécule de maïs dans la partie supérieure d'une casserole double (bain-marie) sans chauffer. Ajouter petit à petit et en brassant constamment, un peu du jus d'ananas pour former une pâte. Ajouter ce qui reste du jus et des fruits et bien mélanger.
- Mettre au bain-marie bouillant et cuire, en brassant de temps à autre, jusqu'à ce que le mélange soit épais et un peu transparent. Bien refroidir.
- Chauffer le four à 335 degrés Fahrenheit (conventionnel et non à convection).
- Rouler les ¾ de la pâte refroidie en un carré d'environ 15 x 10 pouces (environ 38 cm x 25 cm). Couvrir une tôle à gâteau roulé de la même grandeur, d'un papier parchemin et placer cette abaisse sur la tôle en prenant soin de bien presser dans les coins et sur les côtés. Maintenant étendre la garniture à l'ananas sur la pâte.
- Rouler ce qui reste de la pâte et l'abaisser à ¼ de pouce d'épaisseur (6.35mm). Couper l'abaisse en mince rubans et les disposer sur le dessus de la garniture en les quadrillant. Battre à la fourchette, 1 œuf et 1 cuillère à table d'eau froide et badigeonner les rubans de pâte de ce mélange. Parsemer de pacanes et cuire pendant 30 à 45 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit bien doré.
- Refroidir et servir en petits rectangle saupoudré de sucre glace.

Vous pouvez utiliser la garniture de votre choix car la pâte s'adapte bien à différents petits fruits. Cette recette est tirée du journal de Québec " Le Soleil " autour de 1961.

Si vous avez des commentaires; prière de bien nous les laisser savoir au :  
coordinationccfkkingston@gmail.com



# L'Informel

Un magazine qui nous **rassemble**

## 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-nformel/](http://www.centreculturelfrontenac.com/magazine-nformel/)

## Ensemble, tissons des liens communautaires !

Vous souhaitez contribuer à l'Informel ? 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...

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.

[coordinationccfkingston@gmail.com](mailto:coordinationccfkingston@gmail.com)  
Au plaisir de vous lire !



Le Centre culturel Frontenac de Kingston

## Les formats

### Formats

Les frais sont sans taxes  
Tax not Included

## Accord de publicité

### Advertising agreement :

ENTRE | BETWEEN

#### Le Centre culturel Frontenac

1290 rue Wheathill, ON, K7M 0A7

(613) 546-1331

ccfkingston@gmail.com

ET | AND

Nom de l'entreprise | Enterprise name :

Personne de contact | Contact person :

Numéro de telephone | Phone number :

Courriel | Email :

Adresse | Address :

Autres détails (optionnelle) | other details (optional) :

#### Page complète

Full Page

**21,59 x 27,94 cm**

160\$ par parution  
per release

740\$ par année  
per year

#### Carte

Card

**10,80 x 6,60 cm**

50\$ par parution  
per release

246\$ par année  
per year

#### 1/2 Page

Horizontal(e)

**21,59 x 13,97 cm**

125\$ par parution  
per release

615\$ par année  
per year

#### 1/2 Page

Vertical(e)

**10,80 x 27,94 cm**

125\$ par parution  
per release

615\$ par année  
per year

#### 1/3 Page

**21,59 x 9,31 cm**

115\$ par parution  
per release

566\$ par année  
per year

#### 1/4 Page

**10,80 x 13,97 cm**

85\$ par parution  
per release

418\$ par année  
per year

### Cocher les options désirées | Tick desired options

### Format de la publicité | Ad Format

|                          | Dates de tombée<br>Deadline | Numéros<br>Issue | Parution<br>Publishing date | Page complète<br>Full Page | Horizontale<br>Horizontal | Verticale<br>Vertical    | 1/4 page                 | Carte<br>Card            |
|--------------------------|-----------------------------|------------------|-----------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | 10-07-2025                  | Vol50#1          | 27-08-2025                  | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | 22-10-2025                  | Vol50#2          | 29-10-2025                  | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | 10-12-2025                  | Vol50#3          | 17-12-2025                  | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | 18-02-2026                  | Vol50#4          | 25-02-2026                  | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | 22-04-2026                  | Vol50#5          | 29-04-2026                  | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | 17-06-2026                  | Vol50#6          | 24-06-2026                  | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Nom complète | Full name : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

Centre culturel Frontenac : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_



# Merci à nos contributeurs et contributrices, nos partenaires et bailleurs de fonds

Financé par le gouvernement du Canada  
Funded by the Government of Canada

Canada



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

Ontario



kingston  
arts council



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



Écoles  
catholiques  
Centre-Est



Fédération  
culturelle  
canadienne-  
française



ACFOMI



VOYAGEMENTS  
THÉÂTRE DE CRÉATION EN TOURNÉE



Alliance nationale de  
l'industrie musicale



THE KICK & PUSH  
FESTIVAL



LA ROUTE  
DU Savoir  
CENTRE DE FORMATION POUR ADULTES



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



Centre  
franco-ontarien  
de folklore

KCFF  
KINGSTON CANADIAN FILM FESTIVAL

REELOUT  
QUEERFILM  
FESTIVAL  
KINGSTON ONTARIO CANADA



The Iron Duke



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