

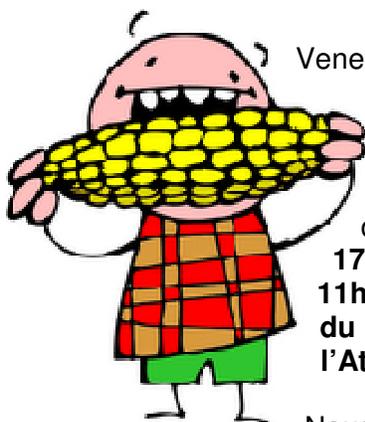


residentduplateau.com

# Le Journal du Plateau

Édition de septembre 2011

## INVITATION À L'« ÉPLUCHETTE » 2011



Venez fêter et déguster avec notre équipe de bénévoles lors de notre fête de quartier qui se déroulera **samedi 17 septembre entre 11h et 14h au Parc du Plateau, 145 de l'Atmosphère.**

Nous commencerons avec un "Zumba" pour toute la famille animé par Gina Adams de la Sporthèque. Les plus jeunes pourront continuer à faire de l'exercice dans les 2 structures gonflables, les jeux d'eau ou profiter des terrains de tennis.

Vous pourrez aussi chanter et danser lors du spectacle offert par le groupe "Les mixtes nuts". Des maquilleuses seront sur place pour vous offrir un brin de fantaisie. Notre équipe de bénévoles servira à prix modique, des épis de blé d'Inde, des hot-dogs et des rafraîchissements.

De plus cet évènement se fera éco-responsable en visant « 0 déchet ». La vaisselle mise à votre disposition sera compostable et nous vous invitons à ap-

porter votre gourde. La journée se terminera par la dégustation du gâteau de l'amitié. Nous vous attendons en grand nombre.

**Sébastien Pelletier, responsable**

**samedi, le 17 septembre 2011**

Parc du Plateau  
145 rue de l'Atmosphère  
De 11h00 à 14h00

### **Dans ce numéro :**

Épluchette	1
Mot du président	2
Mardis classiques: bilan	3
Maxime Tremblay	4
Service de la STO: améliorations	5
Fête foraine: bilan	6
Alain Riel	7
Appel aux bénévoles	9
Bulletin du Commissaire	11
Centre Ados du Plateau	14
Groupe de jeux parent-enfant	15
Échange de plantes vivaces	15
Karaté au Plateau	16

## MOT DU PRÉSIDENT



Francis Mercier  
Président de l'ARP

Chers résidents et résidentes,

Comme je vous en ai fait part dans ma lettre ouverte du 6 mai dernier, l'ARP s'est donné comme mandat d'aider les autorités municipales à dé-

velopper harmonieusement le secteur du Plateau. Cette harmonie ne concerne pas uniquement les activités communautaires mais aussi certains aspects pratiques tels que la sécurité au Plateau et plus particulièrement la sécurité sur nos rues.

Pour ce faire l'ARP s'est doté d'un comité qui a élaboré un dossier sur la sécurité qu'elle a remis à la Ville en décembre 2009. Depuis, un certain nombre de problèmes soulevés dans ce rapport ont été corrigés. Toutefois, le secteur ne cessant de prendre de l'expansion, d'autres « points sensibles » peuvent avoir vu le jour. En général, ceux-ci sont évidents pour les résidents du secteur dans lequel ils se trouvent mais le sont bien moins pour les passants, cyclistes et automobilistes occasionnels.

Pour ces raisons, le Comité de sécurité de l'ARP se penchera à nouveau sur ce dossier afin de le mettre à jour. Ces mises à jour seront d'ailleurs bientôt visibles sur le

site web de l'ARP. Toutefois, comme ce comité est constitué d'un nombre restreint de membres résidant dans des secteurs bien précis du Plateau, ceux-ci ne connaissent pas tous les nouveaux problèmes ou ne sillonnent pas le quartier pour les découvrir. L'ARP souhaite donc inviter les résidents (surtout ceux des nouveaux secteurs) à nous contacter afin de nous faire connaître vos soucis et, qui sait, peut-être à nous joindre si le cœur leur en dit!

F. Mercier  
Président de l'ARP



## MARDIS CLASSIQUES: BILAN

C'est avec bonheur et satisfaction que j'écris ces quelques lignes après la fin de cette onzième édition des *Mardis classiques*. L'été qui s'achève fut un des plus chauds que nous ayons connu en Outaouais. C'est donc sous des cieux d'azur et des températures des plus agréables que les résidents du Plateau, du Manoir des Trembles et du secteur Val Tétréau ont pu se regrouper en famille dans leurs parcs pour entendre des mélodies tantôt envoûtantes, tantôt enlevantes pour le plus grand bonheur de tous et toutes. Je pense sincèrement que comme résidents de ces secteurs nous devrions nous considérer choyés car je peux affirmer avec assurance que ce ne sont pas les résidents de toutes les villes du Québec qui peuvent jouir d'une telle activité culturelle. C'est d'ailleurs d'après moi un bijou dont il est notre devoir de préserver à tout prix et c'est ce que l'ARP s'est affairée à perpétuer. Je dis bien perpétuer car il serait injuste de ne pas souligner que les *Mardis classiques* ont été portés à bout de bras depuis les dix dernières années par monsieur André Paquin qui vient tout juste de se retirer de cette organisation.




Pierre-Valéry  
**Wandji**  
Courtier immobilier

**819.328.8097**  
pierre.wandji@olivex.ca

Agence Immobilière Olivex  
72, boul. Saint-Raymond,  
Gatineau, Québec J8Y 1S2  
T 819.776.6000 F 819.595.4994  
www.olivex.ca

C'est donc avec gratitude que je souhaite saluer M. Paquin pour nous avoir offert ses efforts durant toutes ces années, efforts qui ont invariablement produit cette perle qui nous ravit année après année. Au nom de tous les mélomanes du Plateau, merci André!

F. Mercier  
Président de l'ARP



clinique dentaire

**D<sup>re</sup> Bernadette Turcotte**  
Chirurgienne dentiste / Dental Surgeon  
Dentisterie assistée par ordinateur

260, boul. St-Raymond, local 202  
(secteur de Hull) Gatineau (Québec) J9A 3G7

**819 595-3444**  
819 595-5009

Ordre des Dentistes du Québec

## MESSAGE DE MAXIME TREMBLAY



**M. Maxime Tremblay**  
district Plateau-  
Manoir-des-Trembles.

### Prudence sur nos rues

Qui dit fin de la saison estivale, dit retour à l'école. Je vous invite à porter une attention particulière aux limites de vitesse dans les zones scolaires. Une vigilance policière accrue sera effectuée.

### Être vigilant, ça porte fruit!

Merci aux citoyens qui ont avisé la police en mai dernier suite à des actes de vandalisme sur des miroirs de voitures. Deux individus dans la vingtaine ont été appréhendés et des accusations de méfait ont été déposées.

### Inondations du 23 et 24 juin

J'ai reçu plusieurs commentaires et questions au sujet notamment de l'ampleur des précipitations; la capacité de nos infrastructures (dimension des tuyaux, capacité des installations à absorber le développement, capacité des bassins de rétention). Il semble que ce soit le débordement du ruisseau des Fées qui a causé le plus de dommage dans le secteur du Plateau. Durant les prochaines semaines, je vais m'assurer que les études et évaluations sont complétées et rendues publiques. Je vais également privilégier une rencontre d'information spécifiquement pour notre secteur. Également, dès septembre, je vais rendre accessible un forum sur mon site internet [www.maximetremblay.ca](http://www.maximetremblay.ca) et les résidents qui le désirent, pourront y déposer leur commentaire.

### Raccordement des Grives/Allumettières

Dans les prochaines semaines, nous devrions pouvoir accéder à cette nouvelle infrastructure. Je rappelle qu'il s'agit d'un investissement de 8 500 000 \$. En parallèle, le processus budgétaire a débuté pour l'installation de feux de circulation à l'intersection des Grives et du Plateau. De plus, une prochaine phase de développement de la structure commerciale débutera et le zonage permettra la venue de restaurants.

### Urbanisation du chemin Pink

Les audiences du BAPE sont complétées. Huit mémoires, dont celui de l'Association des Résidents du Plateau, ont été déposés. De plus, j'ai organisé une rencontre entre la ville et 6 citoyens du Plateau. A-t-on besoin d'élargir de 2 à 4 voies le chemin Pink ? Une nécessité, urbaniser (sécuriser les côtés, piste cyclable, etc.) le chemin Pink entre Grives et Gravité. Le débat devrait reprendre dans les prochaines semaines. Votre opinion sera importante.

### Maxime Tremblay

Conseiller municipal, district Plateau  
Manoir-des-Trembles

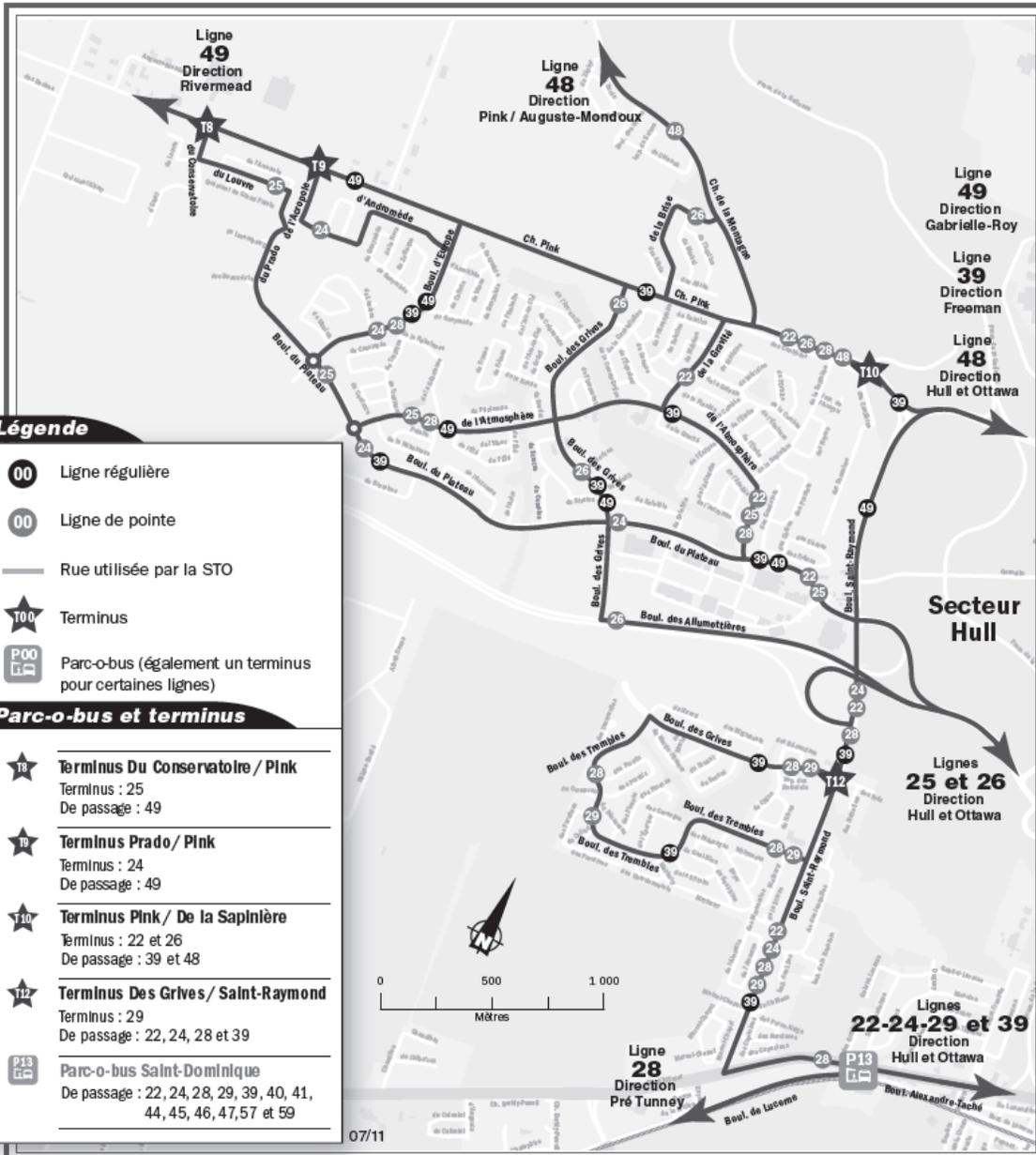
[www.maximetremblay.ca](http://www.maximetremblay.ca)  
[facebook.com/maxime123a](https://www.facebook.com/maxime123a)

# Améliorations Quartier du Plateau



Commencez  
la journée du bon pied.  
Prenez l'autobus!

**STO.ca**  
819 770-3242



## LA FÊTE FORAINE DU PLATEAU

La fête foraine s'est tenue, comme annoncé, le 28 mai. Le temps maussade, ce jour-là, n'a pas découragé les résidents du quartier et des environs à venir nombreux. L'animation a été à la hauteur des moyens mobilisés pour l'évènement. Les visiteurs y ont trouvé des activités répondant à leurs centres d'intérêts, particulièrement ceux qui ont eu le souci de divertir leurs enfants. Les adeptes des « ventes de garages » ont été comblés. Ils ont eu le loisir de flâner le long des allées bordées d'une soixantaine de stands proposant divers objets à des prix souvent symboliques. Des attractions variées ont fait le bonheur des enfants de tous âges. Exhibitions de karaté, spectacles de cirque (Groupe Athénor), maquillage et autres activités amusantes, se sont succédées sur les espaces du centre communautaire. Le service de police de Gatineau, à son tour, s'est mis au service des petits pour les initier, au moyen d'exercices ludiques, aux règles rudimentaires du civisme.

Les adultes passionnés de culture, prêtant une oreille attentive au récit de monsieur Prévot, historien, ont pu découvrir la richesse de l'histoire lointaine et contemporaine de notre région. La musique et chansons interprétées par madame Joanie Charron et le célèbre pianiste François Dubé ont accompagné le déroulement des festivités.

Les services de proximité n'ont pas été négligés. Ils sont représentés par la banque RBC, un commanditaire de l'évènement. Justement, sur ce registre, remercions Super C du Plateau et la Maison Bisson pour leurs généreuses contributions respectivement en denrées et en argent. Soulignons aussi la précieuse assistance de la ville de Gatineau par son soutien financier et la mise à disposition de moyens matériels.

Pour compléter ces divertissements, l'art culinaire s'est invité pour la circonstance, à travers ce que les organisateurs ont appelé « plateau de cultures ». Cette activité a occupé une place de choix parmi les loisirs, si on en juge par le public venu déguster les mets exotiques, certains en connaisseurs, d'autres attirés par la curiosité. Les participantes qui se sont appliquées à confectionner des plats des terroirs méritent bien la distinction de « cordon bleu ». Ces dames, cuisinières pour les besoins de l'évènement, ont revêtu leurs robes traditionnelles pour recréer le décor qui entoure ces saveurs de pays lointains. L'Algérie, Madagascar, la Chine, le Japon et la Colombie étaient représentés à ce festin.

Un grand mérite revient à des membres du comité qui se sont mobilisés pour organiser cet évènement, parfois au détriment de leurs autres obligations personnelles. Je veux évoquer, notamment, les rôles de madame Jacinthe Asselin, en charge de l'évènement et efficace dans ses actions, de madame Lili Lemieux très active, et de monsieur Francis Mercier (président de l'ARP) toujours soucieux de l'atteinte des objectifs. Les impressions des visiteurs furent généralement élogieuses. C'est la récompense des organisateurs. Évènement à rééditer.

Cherif OULD HAMOU

Membre de l'ARP

## MESSAGE D'ALAIN RIEL



**M. Alain Riel**  
district de Deschênes

Malheureusement l'article ne nous est pas parvenu à temps pour publication.

Conseiller municipal  
riel.alain@gatineau.ca

### Le Journal du Plateau

Le Journal du Plateau, organe officiel de l'ARP, est publié quatre fois l'an et est tiré à 5000 copies. Le travail est fait entièrement par des bénévoles. Les opinions exprimées dans le journal sont celles des auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de la rédaction. La rédaction se réserve le droit de refuser, d'abréger, de modifier et de formater le contenu.

Édition et mise-en-page: André Clermont  
Courriel: arp2000@gmail.com  
Site web: www.residentsduplateau.com  
Impression:  
les Ateliers d'impression la Shop

**Prochaine date de tombée**  
**1<sup>er</sup> novembre 2011**



**Offrez-vous vitalité • santé • forme !**

avec Natalie Rousseau  
Kinésiologue,  
Entraîneur personnel certifié,  
Coach en nutrition  
**819-770.2089**  
[www.hoplavie.net](http://www.hoplavie.net)

**Cardio 50+ Marche Nordique**  
**Cardio Postnatal - Bootcamp**  
**Cours en plein air pour tous!**

**Défi Poids Santé en 10 semaines**  
**PERDEZ du poids & GAGNEZ la forme**  
nutrition, exercice, motivation

**Objectif : Santé Optimale**  
**Tonifiez vos muscles, solidifiez vos os**  
**Renforcez votre immunité**  
**Restez jeune longtemps et en santé!**

**Entraînement personnel**



**NADIA HOBBS**  
**PHARMACIENNE**

92, boulevard St-Raymond, suite 201  
Gatineau (Québec) J8Y 1S7

Téléphone : 819.771.8200  
Télécopieur: 819.771.8833  
[hobbs@infopharm.com](mailto:hobbs@infopharm.com)




Membre affilié  
au réseau

**CLINIQUE**  
*Santé*

[www.cliniquesante.com](http://www.cliniquesante.com)

**SABY-SNOW**  
**DENEIGEMENT**

**PLATEAU DE LA CAPITALE**  
**TRACTEUR-SOUFFLEUSE**

Stéphane Sabourin  
TEL: 819-661-0594





**Robert Grenier, CD1**  
Agent immobilier affilié

**819.661.3775**

**RE/MAX**  
RE/MAX VISION (1990) Inc.  
Courtier immobilier agréé  
Franchisé indépendant et autonome  
de Remax Québec

[robert.remax@hotmail.com](mailto:robert.remax@hotmail.com)

## APPEL AUX BÉNÉVOLES

Chers résidentes et résidents du Plateau,

L'ARP s'est donné pour mandat de promouvoir la vie communautaire dans le secteur du Plateau et c'est bien ce qu'elle fait depuis maintenant presque vingt ans. Boums du Plateau, ventes de garage, épluchettes de blé d'inde et tant d'autres activités se sont succédées années après années. Toutefois, à chacune d'entre elles, une poignée de bénévoles s'est à chaque fois décarcassé pour vous offrir ces fameuses activités. Il faut dire aussi qu'à chaque fois, ce petit groupe s'est dispersé après l'évènement le sourire aux lèvres et la satisfaction dans l'âme. Toutefois, faute de bénévoles, les membres de l'ARP se sont souvent retrouvés devant la quasi impossibilité de poursuivre ses activités. C'est là une situation malheureuse car bien souvent nous avons reçu des courriels de résidents qui nous demandaient pourquoi l'ARP n'organise pas plus de ces activités...

C'est donc un cri du cœur que je vous lance aujourd'hui afin d'appeler ceux et celles d'entre vous qui ont déjà ressenti le goût de contribuer à la vie communautaire du Plateau mais qui n'ont pas pu le faire pour une raison ou une autre.

L'ARP a en effet grand besoin de bénévoles, que ce soit pour participer physiquement le jour d'une activité ou pour les organiser, il y a de la place pour tous les goûts et point n'est besoin de devenir res-

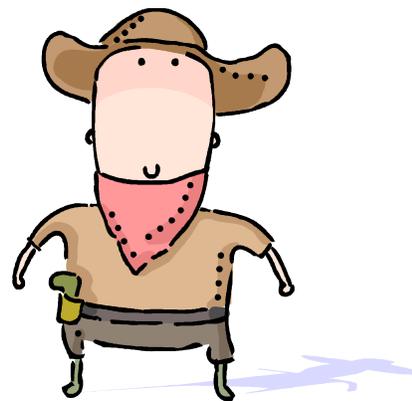
ponsable de tout ce que l'ARP entreprend pour s'impliquer. L'ARP a créé un comité responsable de rechercher activement les résidents désireux de s'impliquer dans la vie communautaire. Aussi, il est possible de le contacter via le site web de l'ARP au [www.residentsduplateau.com](http://www.residentsduplateau.com).

Je vous invite donc à faire le pas et à nous contacter, ne serait-ce que pour en discuter et voir si l'expérience pourrait vous intéresser.

Au plaisir donc de vous rencontrer!

**F. Mercier**  
Président de l'ARP

## Bénévoles recherchés



## RÉSEAU DE GARDIENNAGE

Le nom des gardiens et gardiennes sera dorénavant affiché uniquement sur notre site Internet: [www.residentsduplateau.com](http://www.residentsduplateau.com). Pour ajouter, modifier ou retirer votre nom, veuillez envoyer un courriel à: [arp2000@gmail.com](mailto:arp2000@gmail.com)

merci à tous  
nos annonceurs  
pour leur appui!

**Dre. Denise Ouellet**  
psychologue

thérapie individuelle  
thérapie de couple

[oued@videotron.ca](mailto:oued@videotron.ca)  
819-230-3565

Centre de santé du Plateau  
195 de l'Atmosphère bur. 206  
Gatineau Québec J9A 0A3



Assurance et services financiers

*Nous sommes heureuses de nous être jointes à la grande famille Co-operators.*

*Appelez-nous dès aujourd'hui afin d'évaluer tous vos besoins d'assurance et bénéficier du service exceptionnel auquel nous vous avons habitué!*

*Au plaisir de vous reparler.*

**Agence Le Plateau, Gatineau**  
**819-682-2660**



Céline Legault

Julie Filion

Marlyne Galipeau

Habitation Automobile Vie Placements Collective Entreprise Agricole Voyage

[www.cooperators.ca](http://www.cooperators.ca)

## MESSAGE DU COMMISSAIRE



Dominique Kenney  
Circonscription Du Plateau

### **Demande d'une autre école pour le Plateau**

Je vous informe qu'à la séance du 8 juin 2011, le conseil des commissaires a adopté une résolution à l'effet de demander au ministère de l'Éducation, du Loisir et du

Sport, la construction d'une nouvelle école primaire de type 4 - 24 dans le secteur urbain centre (du Plateau) en vue d'une ouverture officielle pour l'année 2013-2014.

### **Prix du commissaire**

Il me fait également plaisir de vous informer que cette année nous étions à notre sixième édition du prix du commissaire, prix instauré pour récompenser tous les efforts (rendement scolaire, comportement et la persévérance) et implications (esprit communautaire et relation positive dans le milieu) de nos élèves fréquentant les deux écoles de notre communauté. Des certificats du commissaire ont été distribués à tous les niveaux.

Le 10 juin dernier à l'école des Deux-Ruisseaux, c'était Livia Botelho qui fut désignée récipiendaire du prix du commissaire et le 15 juin à l'école du Plateau, c'est Charles Poirier qui a reçu ces mêmes honneurs. Un merci bien spécial au

personnel enseignant, membre du personnel et aux directions d'écoles pour leur collaboration à la réalisation de ce prix. Enfin bravo à tous les lauréats méritants !

### **Transport scolaire via la STO**

Soyez informés que des modifications de parcours sur les lignes de desserte de la Société de transport de l'Outaouais (STO) vers les écoles secondaires prendront effet à la rentrée du 1<sup>er</sup> septembre. Des informations à ce sujet devraient être communiquées aux élèves des secteurs concernés (dont celui du Plateau) lors de la journée d'inscription. Pour toute information supplémentaire, SVP consultez le site web ou communiquez avec le service de renseignements de la STO.

En terminant, je vous invite à me faire part de vos commentaires et questions. Il me fera un grand plaisir de vous répondre. Je vous souhaite une agréable fin d'été et une excellente rentrée.

### **Dominique Kenney**

Commissaire circonscription 08  
- du Plateau  
kenneydo@cspo.qc.ca

# merci à tous nos annonceurs pour leur appui!

PLATEAU DE LA CAPITALE

**Détente  
Santé  
du  
Plateau**

(819) 595-8540

Massothérapie  
Forfaits  
Massage aux  
pierres chaudes

www.detentesanteduplateau.com  
75, rue des Conifères  
Gatineau, QC J9A 3V4  
Membre de la FQM

Travail méticuleux  
et produits de  
première qualité

**Peinture  
Bastille**

Jean-Guy Bastille  
819 665-4182

Pour tous vos  
besoins de peinture



**YOGA MONSARRAT-AUTOMNE 2011**  
**RETROUVEZ ÉQUILIBRE, SOUPLESSE ET SOUFFLE**

Session du 14 septembre au 5 décembre (12 séances)  
Tous les lundis et mercredis à 19 h 15  
1 fois/ semaine: adulte 155\$/ étudiant et aîné 130\$  
2 fois/ semaine: adulte 255\$/ étudiant et aîné 210\$  
Séance unique: adulte 15\$/ étudiant et aîné 13\$

**COURS PRÉNATAUX (8 SÉANCES) 125\$**  
Pour réserver, s'inscrire dès maintenant au 819.773.0457  
ou par courriel: [juan29carlos@hotmail.com](mailto:juan29carlos@hotmail.com)

CHÂTEAU MONSARRAT, 100 CH. DU CHÂTEAU, SECTEUR HULL  
(près de l'angle St-Raymond sud et boul. Taché)

**Financière  
Sun Life**

Services financiers  
**François Breton inc.†**  
14, rue des Noyers  
Gatineau, (Québec) J9A 2W8

Tél. : 819 777-1515  
1 888 770-1515 Sans frais  
Télé. : 819 777-2585  
[francois.breton@sunlife.com](mailto:francois.breton@sunlife.com)  
[www.sunlife.ca/francais](http://www.sunlife.ca/francais)

Conseiller en sécurité financière, conseiller en assurance et rentes collectives et planificateur financier  
†Distributeur autorisé par la Sun Life du Canada, compagnie d'assurance-vie, et cabinet partenaire de Distribution Financière Sun Life (Canada) inc., sa filiale

**CENTRE  
CHIROPATIQUE  
DE LA MONTAGNE**

**D<sup>r</sup> Jean-Philippe Waddell, D.C.** ☎ **819.772.2836**  
Chiropraticien [drwaddell@monchiro.ca](mailto:drwaddell@monchiro.ca)

260, Boulevard St-Raymond, Bureau 203-B, Gatineau (Qc) J9A 3G7

Osez prendre  
rendez-vous!  
Vous en serez ravie ...

**Douce maman**  
GATINEAU

MICRO-BOUTIQUE SUR-RENDEZ-VOUS

VÊTEMENTS & SOUS-VÊTEMENTS  
maternité & allaitement  
TIRE-LAIT ET ACCESSOIRES  
dépositaire AMEDA  
PRODUITS & ACCESSOIRES  
pour maman et bébé  
ATELIERS & CONFÉRENCES

[www.dousemaman.com](http://www.dousemaman.com)

8 1 9 - 2 7 1 - 9 7 4 1



## LE CENTRE DE SANTÉ DU PLATEAU



**TOUS CES  
SERVICES  
AU CŒUR  
DE NOTRE  
QUARTIER!**

CLINIQUE MÉDICALE DU PLATEAU .....	819 776-0001
CENTRE DENTAIRE VADEBONŒUR ET ASSOCIÉS .....	819 770-9000
PHARMACIE FAMILIPRIX LOUISE GRÉGOIRE .....	819 770-5777
CHIROPRATIQUE ET PHYSIO DU PLATEAU DE LA CAPITALE .....	819 778-5205
COCOA BEACH ET SPA .....	819 777-7007
NOËL, SINOTTE ET ROCHETTE-ZEGERS PSYCHOLOGUES .....	819 776-0005
CAFÉ ATMOSPHÈRE .....	819 771-2226
CENTRE MÉDICAL CHAMPLAIN .....	819 777-7270



195, RUE DE L'ATMOSPHÈRE  
(COIN BOULEVARD DES GRIVES)

*Pour un chez vous ... à votre image!*

*Condos - Maisons de Ville - Semi-détachés - Unifamiliales*



RBC: 2348-5966-46

**CENTRE DE PRÉSENTATION - OUVERT 7 JOURS**  
8 boul. du Plateau, Gatineau      819.595.5962      **junic.ca**

# CENTRE ADOS DU PLATEAU

**tous les vendredis et les samedis de 18h à 22h**

Le Centre Ados du Plateau (CAP) est un endroit positif pour les jeunes âgés entre 12 à 17 ans. Au CAP, les adolescents ont la chance d'être écoutés et de donner leur opinion afin de s'impliquer dans les activités de leur centre. Deux animateurs dynamiques et motivés sont sur place en tout temps pour animer les jeunes dans leurs projets et activités.

## Cet automne au Plateau !

Après un été de congé, le Centre Ados du Plateau vous offre une toute nouvelle programmation que vous pouvez sommairement consulter ici-bas. (Pour avoir plus de détails sur nos activités, veuillez

consulter le site web de l'ARP). Notez particulièrement la date du 17 septembre à vos agendas puisque la troupe de «**Team Fokus**» sera avec nous à partir de 16h00 dans le «skatepark» du Plateau! N'hésitez pas à apporter vos planches à roulettes!

Dès la fin du mois d'août, le Centre Ados continue également d'offrir à votre disposition le gymnase de l'école du Plateau tous les samedis de 18 h à 22 h.

Écrivez-nous à :

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

Pour connaître nos activités: [www.residentsduplateau.com/](http://www.residentsduplateau.com/)

Facebook : Centre Ados du Plateau



## Programmation – Août à novembre 2011

Août		
V-19	Réouverture du Centre ! «Eau» secours ! »	19h00 à 20h00
V-26	BBQ, musique et Volleyball extérieur !	18h30 à 20h30
Septembre		
V-2	On Cuisine !	18h30 à 20h00
V-9	Murs de graffiti	18h00 à 22h00
S-17	«Team Fokus» et BBQ!	16h00 à 20h00
Octobre		
V-7	On Cuisine !	18h30 à 20h00
S-15	Atelier sur la toxicomanie	19h00 à 21h00
V-28	La «Boum» de l'Halloween! ☺	19h00 à 22h00
S-29	Décoration de citrouille	18h00 à 22h00
Novembre		
V-4	On Cuisine !	18h30 à 20h00
S-26	Concours de danse sur la Wii : Just Dance II	19h30 à 22h00

*Sujet à changement. Consultez le site internet et facebook afin d'être informé de tout changement. \*\**

## GROUPE DE JEUX PARENT-ENFANT 1 À 5 ANS

Depuis maintenant 11 ans, cette activité communautaire gratuite et basée sur une organisation bénévole, regroupe des parents avec leurs enfants au Centre Communautaire du Plateau.

Sous la supervision de Renée Marleau Charbonneau, les parents et enfants participent aux comptines, chansons, histoires, bricolages et jeux. Les bébés sont les bienvenus avec leurs frères/sœurs.

Pour la saison 2011-2012, l'ARP continue à parrainer cette activité qui est très appréciée par les résidents et résidentes du Plateau qui sont à la maison ou en congé parental en leur permettant d'échanger de l'information et de rencontrer des parents du quartier. Ce regroupement se rencontre dès la mi-septembre jusqu'à la mi-mai tous les vendredis matin de 9h00 à 11h15 au Centre Communautaire. Pour plus d'informations ou pour vous inscrire, contactez Renée au 819-772-9045 ou joelcharb@netscape.net

## ÉCHANGE DE PLANTES VIVACES

Pour tous les intéressés de jardinage et d'aménagement de plantes vivaces, vous pourrez venir partager vos plantes, trouvailles et connaissances lors de l'épluchette de blé d'inde de notre quartier qui aura lieu samedi 17 septembre au Parc du Plateau. Apportez des graines recueillies sur vos roses trémières, vos lupins, une partie d'une plante que vous avez séparée... et vous pourrez repartir avec des nouveautés pour vos plates-bandes. Tout est gratuit et se fait sous le signe du bon voisinage. Cette activité se tient depuis onze ans sous la supervision de Mme Sylvie Fillion.

C'est un rendez-vous, beau temps, mauvais temps, au Parc du Plateau entre 11h00 et 13h00, samedi 17 septembre.

Sylvie Fillion [sylvieafillion@videotron.ca](mailto:sylvieafillion@videotron.ca)  
Lili Lemieux [lililemieux@hotmail.com](mailto:lililemieux@hotmail.com)



## KARATÉ AU PLATEAU

L'ARP a commencé à offrir des cours de karaté en octobre 2010 par le biais de la toute nouvelle École de Karaté du Plateau. Celle-ci, maintenant officiellement reconnue par l'association de Karaté Wado offre des cours aux jeunes et moins jeunes du quartier à des prix plus que modiques. En effet, les Sensei Simon Raybould, Anthony Bhagwandin et Jo Sletbak ont offert leur temps bénévolement afin de transmettre leur savoir-faire à environ 15 jeunes de 6 à 11 ans ainsi que 4 adultes qui ont eu la chance de suivre des cours tous les samedis matin jusqu'à la fin juin 2011. L'ARP souhaite ainsi créer un sentiment d'appartenance à leur communauté chez les jeunes du quartier en leur offrant une activité et un lieu commun au cœur de leur communauté.

Initialement, la disponibilité de locaux ne permettait pas d'offrir plus qu'une période de cours par semaine. Toutefois, cette année, les cours reprendront à raison de deux classes par semaine, soit les mercredis soirs de 19h00 à 21h00 et les samedis matins de 08h00 à 11h00. Ces deux périodes par semaines permettront d'offrir une meilleure continuité et permettrons

aux élèves de progresser beaucoup plus rapidement dans la maîtrise de l'art martial qu'est le karaté. Jusqu'à présent le segment 6-11 ans du cours est bien représenté. L'ARP souhaite maintenant développer le groupe des 12 ans et plus afin de mieux représenter la population du Plateau. Les cours recommenceront le mercredi 14 septembre et une journée d'inscription aura lieu au Centre communautaire du Plateau le vendredi 9 septembre à partir de 19h00. Le coût d'une session de 10 semaines sera de 25\$ pour les enfants de moins de 12 ans, 40\$ pour les 12 à 18 ans et 60\$ pour les adultes. Trois sessions seront offertes durant l'année 2011-2012. Pour plus de détails, je vous invite à consulter le site web de l'ARP au [www.residentsduplateau.com](http://www.residentsduplateau.com).

Enfin, l'ARP compte sur vous, les résidents du Plateau, pour propager et ainsi mieux faire connaître cette activité chez nos résidents.

F. Mercier  
Président de l'ARP

