

Cap-Infos

« Ça va bien aller ! »



CAPTCHPL

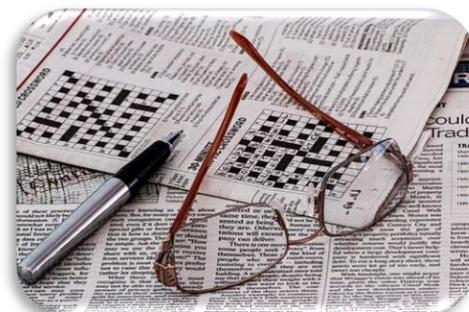
Centre d'Aide Personnes Traumatisées Crâniennes
et Handicapées Physiques Laurentides

Bonjour à vous tous !

Mot des comités Journal & Vie Associative

Depuis mars dernier et les événements découlant de la pandémie, l'équipe du Captchpl a communiqué avec les membres de l'organisme à plusieurs reprises. Lorsqu'est venu le temps de trouver une thématique pour un nouveau journal, l'équipe a été inspirée par des anecdotes racontées par les membres. Celles-ci faisaient sourire : elles racontaient des moments cocasses ou mignons mettant en vedette des animaux de compagnie ou sauvages. En rencontre virtuelle avec les

membres des comités, nous nous sommes dit que ce serait assurément un bon sujet pour ce journal; tout l'monde a besoin de sourire, ces temps-ci plus que jamais ! Nous espérons donc que les textes mettant en vedette vos complices du monde animal sauront vous plaire. ***Bonne lecture !***



Mot de la direction en cet automne 2020

Bonjour chers membres du CAPTCHPL,

En ce début de zone rouge, il est clair qu'il n'y aura aucune activité de groupe ou rencontre individuelle en personne. Nous décidons que d'ici janvier 2021, les employés (es) du Centre d'Aide seront présents(es) au bureau en semaine en alternance et en respectant toutes les consignes sanitaires recommandées par le gouvernement du Québec. Les employés (es) feront donc en grande majorité du télétravail.

Nous tenterons d'être imaginatifs pour vous offrir certaines activités d'intégration sociale via ZOOM.

Nous suggérons aux personnes ayant une adresse courriel de nous la faire parvenir sur «captchpl@videotron.ca» Ainsi, vous pourrez recevoir les liens internet pour vous brancher sur la plateforme Zoom et participer aux activités qui vous intéresseront d'ici janvier 2021.

Prenez note que nous sommes une petite équipe de travail et que nous couvrons tout le territoire des Laurentides. Nous ne sommes pas des experts en électronique, même si nous sommes en train d'apprivoiser la plate-forme ZOOM. Notez que, nous aussi vivons cette pandémie, tout comme vous, et que nous pouvons être confinés à tout moment si l'un de nos proches doit passer un test de la Covid-19.

Nous vous demandons donc d'être indulgents (es) et compréhensifs (ves) envers l'équipe du Centre d'Aide qui met tout en œuvre, au meilleur de ses capacités, pour que vous receviez des services adéquats. Juste vous rappeler que pour remplir la mission de l'organisme, nous communiquons de différentes façons avec les membres, afin de vérifier leur état général et de faciliter leur intégration sociale.

Merci de collaborer avec nous en ces temps exceptionnels et incontrôlables!

Michel Lajeunesse, Directeur général du CAPTCHPL



23^e anniversaire du CAPTCHPL

Le 23 septembre 2020 l'organisme a eu 23 ans...

Bien que nous ne puissions le célébrer de façon aussi spéciale que les années passées, cet anniversaire est digne de mention !

Joignez-vous à nous lors de la présentation de ce journal sur Zoom le jeudi 15 octobre prochain dès 11h00. Préparez-vous un breuvage festif et, malgré la distanciation sociale, nous porterons un toast tous ensemble! *(idée de décoration de verre un peu plus loin)*

À la recherche d'un nouveau nom pour le journal du CAPTCHPL : « À votre Écoute ! »

Lors des activités de vie associative de mars dernier, quelques membres des secteurs nord et sud ont fait ressortir des noms intéressants, faisant du sens, en lien avec la mission de l'organisme. Puis, les membres des comités de vie associative et du journal se sont penchés sur ceux-ci pour en faire ressortir leurs préférés. Maintenant, nous demandons votre collaboration pour arriver à un choix commun qui nous ressemble et nous rassemble. Donc, dans la liste suivante nous vous demandons de choisir celui que vous désirez garder.

Nous prendrons contact avec vous d'ici les prochaines semaines pour recueillir votre réponse. Ensuite, nous compilerons les noms pour finalement garder celui qui reviendra le plus souvent.

Cap sur sa Vie

L'Arc-en-ciel, on a tous nos couleurs

Le Porte-Voix

Regard Nouveau

Nouveau Départ

« Mes amis à poils et à plumes »

Maxime a eu plusieurs animaux depuis sa jeunesse:

Il a eu un lapin-nain, nommé Caramel, qui appartenait aussi à sa soeur Maripyer. Celui-ci devait faire ses besoins dans une litière comme les chats, mais cela n'a pas été un succès. Il était doux et il a fallu souvent courir après lui pour le rattraper.

Il aimait notre compagnie tout de même!

Maxime a vécu l'expérience de posséder à deux reprises des chiens merveilleux de la Fondation Mira. Chacun de ses chiens a vécu 14 ans. Ils ont été des soutiens importants auprès de Maxime. Le Labernois se nommait Liban et le Golden Labrador, Annapolis. C'est la Fondation qui choisit le nom des bêtes. Ils ont parfois accompagné Maxime dans son milieu scolaire. Ça fait du poil au sol ces belles compagnies-là! Chaque fois que Maxime échappait un objet au sol, le chien se penchait pour le

lui remettre. Même des sous! Des pinsons, des serins et des perruches ont aussi fait partie de la maisonnée. Présentement, Maxime a une perruche, nommée Pichou, qui se permet de chanter plus fort que nous chaque fois que nous parlons au téléphone ou bien lorsque nous avons des invités.

Maxime a aussi une petite chienne de 10 ans nommée Frimousse. Celle-ci veut le suivre partout et elle n'aime pas qu'il sorte sans elle à l'extérieur. Heureusement, il n'y a pas de poil au sol, car elle a un pelage en laine.



Durant l'année 2020, Maxime a vu de ses yeux vus différents animaux que l'on ne voit qu'à l'occasion. C'est certain qu'il les a montrés à son entourage. Il vous les présente à l'instant:

neuf dindes sauvages à l'avant sur notre terrain. Une grosse libellule couleur or sur le mur de la maison. Un énorme papillon dans l'arbuste chez ses grands-parents. (C'est la première fois que j'en vois un comme celui-là.) Il y a aussi un lièvre qui se retrouve souvent dans les parages de leur maison. Chez nous, plusieurs oiseaux viennent visiter Maxime. Il se place sur la galerie et ceux-ci viennent sans inquiétude se nourrir près de lui. Nous apercevons des tourterelles, des cardinaux, des pic-bois, des geais bleus et des chardonnerets.



par Diane Morissette & Maxime Lemaire

« Mon animal préféré »

Aujourd'hui, je vous présente mon animal préféré, qui est en fait un insecte : **le papillon**.

Le papillon se transforme; sa vie commence par un oeuf, il devient ensuite chenille, pour poursuivre dans un cocon et terminer en papillon.

La durée de vie du papillon est de quelques jours à 10 mois.

Il existe plus de 150 000 sortes de papillons. Il y en a partout au monde sauf en Antarctique.



Voici la symbolique du papillon que je trouve très appropriée dans les moments que l'on vit présentement: Le papillon est un symbole de métamorphose, de transformation et de changement vers ce qu'il y a de plus élevé. Il nous enseigne à transformer consciemment nos vies, qu'il faut laisser nos désirs se réaliser, que nous pouvons créer de nouvelles situations pour améliorer le quotidien. Pour moi, le papillon représente aussi la liberté et l'amour.



En terminant, je veux vous proposer un film très touchant :
Le Papillon Bleu.

Par Camille Ménard



Mot de Pierrette

« Un peu avant la pandémie, j'ai eu en cadeau un petit animal que j'ai appelé « Nikita ». Devinez de quel type d'animal il s'agit? Réponse page suivante... »



Elle fait beaucoup de choses qui me rendent heureuse.

Au déjeuner, je l'installe sur une chaise à côté de moi et aussitôt elle jappe pour avoir son petit morceau de rôti et de fromage. Elle fait des petits gémissements et penche la tête de côté pour que je lui en donne encore. Elle me procure beaucoup de joie et de réconfort. Une chose que vous ne savez pas, c'est que ce petit animal de compagnie est en peluche et animé. Il n'a pas besoin de beaucoup d'entretien; seulement essuyer son poil autour de son museau. Étant une lève-tôt, j'aimerais bien aller le promener le matin, mais vous aurez compris que cette activité est plutôt infaisable avec Nikita. Pourtant, il y aurait un avantage intéressant du fait qu'il soit en peluche, c'est que je n'aurais pas besoin de ramasser ses petits besoins. Vous savez? On peut tous avoir un animal de compagnie, qu'il soit en peluche, en tissus, sur une photo, dans un livre ou sur votre ordinateur, etc. L'important c'est d'y croire. Il peut être notre confident, notre ami « mignon » qui nous donne beaucoup de réconfort en ces temps difficiles. Alors moi, même si j'ai 72 ans, j'ai sur mon lit un petit animal en peluche que je serre dans mes bras pour m'endormir plus facilement.



Par Pierrette Gros-Louis



UNE JOURNÉE DANS LA VIE DE CAFÉE.



Je me réveille en même temps que mon Papa. Après s'être habillé, il vient me chercher pour aller faire mes besoins. C'est ma première promenade de la journée. Après ça, je suis très fatiguée. Je vais faire une sieste dans le lit que m'a fait Tante Karine. Il est confortable et je m'endors rapidement.

Bon, maintenant que Maman est levée, je vais aussi me lever pour lui tourner dans les pattes en espérant qu'elle me donne quelque chose à manger. Comme ça sent bon le pain qui grille... Mais je préfère le bon fromage. Je savais qu'elle ne pouvait pas m'oublier... Elle sort le fromage et me demande si j'en veux un morceau, puis un autre et encore un autre. Après mon petit-déjeuner, il est temps pour moi de faire la sieste.

Maman fait beaucoup de choses dans la maison et je sais exactement quand c'est l'heure du repas juste par les bons effluves qui me chatouillent les narines. Je crois qu'il est temps de sortir pour faire une promenade. J'ai envie de faire pipi. Maman vient se promener avec moi. Comme il y a

beaucoup d'odeurs à découvrir dehors! Après la promenade, c'est l'heure du lunch. Maman me donne de beaux morceaux de poulet pour le lunch. C'est délicieux!

Après le lunch, comme j'ai fait beaucoup d'efforts pour manger, je dois retourner m'étendre et faire une autre sieste. Maman me dit que je ronfle et que je fais des rêves en dormant. Pour ma part, je sais que je fais des siestes et que ça me fait beaucoup de bien.

Qui passe sur mon terrain? **WOUF WOUF WOUF!!!** Je veux que cette personne parte. Elle est chez moi et me dérange dans mon sommeil. **WOUF WOUF WOUF!!!** Maman me demande d'arrêter d'aboyer. **WOUF WOUF WOUF!!!** C'est l'homme avec le chandail jaune et la grosse poche qui s'approche de la maison. Qu'est-ce qu'il veut encore? **WOUF WOUF WOUF!!!** Il me dérange et vient tout près de ma maison. **WOUF WOUF WOUF!!!** Maman me dit encore : « Merci », mais qu'il faut que j'arrête d'aboyer. OUF, il est parti!



Une autre sieste sur le fauteuil de Maman. **HUMMM!** elle doit être en train de préparer le repas, parce que quelque chose me chatouille le nez. Ah! Oui, elle fait des burgers. Ça sent bon et je suis certaine que je vais faire un repas de roi. **HUMMM!** des burgers.

WOUF WOUF WOUF!!! Ah! C'est Papa qui arrive. Il semble fatigué, mais je veux qu'il joue avec moi. Je lui apporte mon Bébés et il me le lance et joue avec moi pendant quelques minutes avant d'aller embrasser Maman et d'aller prendre sa douche.

Youppi! C'est l'heure de la bouffe. J'ai la queue qui branle tellement je suis heureuse. Après le repas, je vais encore faire une sieste pendant que Papa et Maman regarde un film. Bon, comme je n'ai pas vu Papa de la journée, c'est lui que je vais voir pour qu'il m'amène pour la promenade. Il semble contrarié, car il vient juste de s'asseoir. Mais je veux aller me promener avec lui. Finalement, il se lève et vient avec moi.

Après notre petite promenade, je retourne me coucher et Papa remet son film. Encore une sieste, mais je vais me coucher à côté de Maman pour qu'elle me gratte la bedaine. Il n'y a qu'elle qui me gratte comme ça et j'adore quand elle me gratte. Là, j'entends la voix de Maman qui m'appelle. Elle me dit qu'il est temps d'aller me coucher dans ma maison. Elle vient dehors avec moi pour que je fasse pipi, puis je me couche dans ma maison avec mon bébé pour la nuit. Elle et Papa vont se brosser les dents, puis c'est à leur tour d'aller dormir.

Bonne nuit à tous!

Par Christine Chapleau



J'adore mon chat !!

La preuve...
je me suis fait faire un t-shirt spécial

Dominique Cyr



Pour se divertir



Mot Mystère d'Élizabeth, thème: «FAMILLE»

G	R	A	N	D	M	A	M	A	N
R	U	E	O	S	A	I	C	H	I
A	I	E	U	L	M	N	O	A	E
N	O	E	E	C	A	E	U	M	C
D	N	T	V	C	N	E	S	S	E
P	C	N	E	H	A	S	I	T	A
A	L	A	N	I	E	D	N	E	P
P	E	T	F	R	E	R	E	R	A
A	N	C	E	T	R	E	N	T	P

Àïeul
Àînéés
Ancêtre
Cadet
Cousin
Frère
Grand-maman
Grand-papa
Hamster
Maman
Neveu
Oncle
Papa
Sœur
Tante

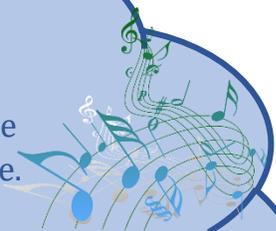
SOLUTION, MOT DE 5 LETTRES

La Musique et le Confinement

“Les premiers mois du confinement, la musique a été une précieuse alliée pour moi. Pendant que je lisais, j’écoutais une musique douce.

Pour plus d’énergie, je mettais de la musique latino et je dansais partout dans mon appartement! La musique m’a définitivement aidée à passer à travers cette période plutôt difficile. J’ai été très heureuse de la première activité organisée par l’édifice où j’habite : danse en ligne dans le stationnement avec une distanciation de deux mètres entre les participants et participantes. Ça nous a fait un bien fou !!! »

par Gem Ribotti



CITATION CAMOUFLÉE

Dans la grille, rayez les mots en suivant à la lettre toutes les instructions. Assemblez ensuite les mots restants, dans l'ordre d'apparition, pour découvrir une citation.

1. Rayez tous les mots qui se terminent par un *S*.
2. Rayez tous les mots qui se terminent par *ENT*.
3. Rayez tous les mots qui contiennent la suite de lettres *CHA*.
4. Rayez tous les synonymes de *grand*.
5. Rayez tous les noms d'*animaux*.
6. Rayez tous les noms de *couleurs*.
7. Rayez le mot le *plus long* dans chaque ligne.

Argent	Violet	Vous	Cheval	Dimension
Heureux	Si	Amis	Vert	Tout
Colossal	Condition	Chanson	Dent	Cours
Charme	Souris	Était	Préférable	Toujours
Souvent	Appréciation	Noir	Facile	Vais
Bleu	Géant	Freins	Dérangeant	Rat
Rien	Complimenter	Ne	Immense	Achat
Biens	Âne	Orientation	Jaune	Forment
Machinal	Serait	Nous	Mouton	Aiment
Pas	Imperméable	Beau	Fières	Méchant

CITATION DE NANCY KAWAYA _____

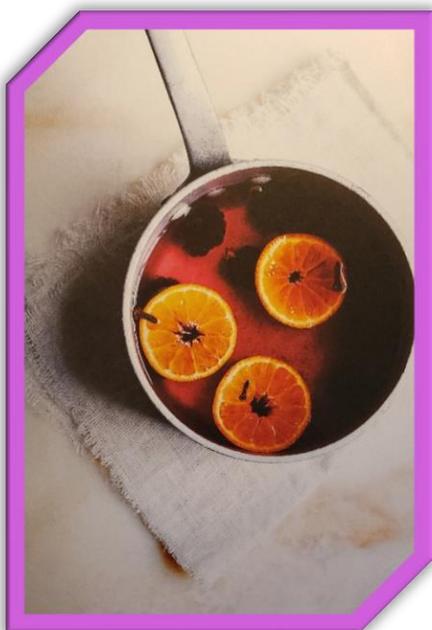
Réponse à la page 18



Breuvages bienfaisants

Il me fait plaisir de partager avec vous ces deux recettes de breuvages prises dans le livre : *Eaux et infusions bienfaisantes* par Georgina Davies.

Bonne dégustation...Pierrette G-L



MÛRE, CLÉMENTINE & CLOU DE GIROFLE

INGRÉDIENTS

8 mûres

4 clous de girofle

2 clémentines

500ml d'eau

Dans un bol, écrasez les mûres avec le dos d'une cuillère. Transférez-les avec leur jus dans une petite casserole et ajoutez les clous de girofle. Coupez l'une des clémentines en rondelles fines et déposez-les dans la casserole. Coupez la seconde clémentine en deux, pressez-le jus sur les autres ingrédients avant de verser l'eau. Laissez frémir de 5 à 10 minutes à feu doux, puis versez précautionneusement dans des tasses.

Vous pouvez aussi mettre l'ensemble des ingrédients préparés dans une petite théière, verser l'eau bouillante et laisser infuser de 5 à 10 minutes.

**Breuvage aux vertus fortifiantes.*

MANDARINE & CONCOMBRE

INGRÉDIENTS

2 mandarines

½ concombre

1.25 litre d'eau

Coupez les mandarines en rondelles fines et déposez-les dans un grand pichet. À l'aide d'un économe, détaillez des rubans dans la longueur du demi-concombre et répartissez-les sur le dessus. Versez l'eau froide et laissez infuser au moins 2 heures au réfrigérateur avant de déguster. Servez en mettant, si vous le souhaitez, un ruban de concombre et une rondelle de mandarine dans chaque verre.

** Boisson aux vertus relaxantes.*



PARASOL DÉCORATIF POUR RENDRE NOS BREUVAGES FESTIFS & ENJOLIVER NOTRE QUOTIDIEN EN CES TEMPS INCERTAINS !

- 1- Découper 10 cercles de la même dimension dans du papier coloré. C'est la dimension des cercles qui déterminera la grosseur du parasol. La circonférence d'un verre peut très bien faire l'affaire.
- 2- Chaque cercle doit être plié en demi-lune.
- 3- Ensuite, les replier de nouveau. Les cercles deviennent des quarts de lune.
- 4- Coller la partie centrale de chaque quart de lune.
- 5- Par la suite, coller chaque quart de lune l'un par-dessus l'autre dans le même sens.
- 6- Rejoindre les deux extrémités pour fermer le parasol.
- 7- Ajouter un bâtonnet à brochette ou bien une paille au centre du parasol.
- 8- Une grosse perle trouée peut être ajoutée au-dessus du parasol et en-dessous pour bien le faire tenir et l'enjoliver.



PHOTOS POUR AIDER AU MONTAGE



Projet réalisé par Maxime Lemaire et Diane Morrissette



*« La rose ne peut éclore que si elle se tourne vers le soleil qui la dépasse infiniment.
Le visage d'autrui est mon soleil. Il me transcende. Il met en question
les prérogatives de l'égo qui veut tout absorber et rester en bouton. »*

Joie de vivre | 59 | Éditions Jouvence
Jacques de Coulon

Image: Shutterstock



Les chiots au regard tendre, chatons maladroits et poupons adorables exercent sur nous une influence démesurée. La jeune mais très sérieuse science du mignon se penche sur le phénomène. Le mignon rend gaga. C'est plus fort que nous : nous perdons systématiquement nos moyens devant toutes ces choses ravissantes qui peuplent notre quotidien.

Un nouveau champ de recherche inusité explore ce véritable phénomène de société : la science du mignon. Il regroupe à peine une dizaine de chercheurs issus de domaines différents, mais passionnés par l'étude des côtés lumineux – et obscurs – du beau à croquer.

«C'est comme si le cerveau des participants avait été pris en otage, littéralement, [par le mignon].»

– Joshua Paul Dale,
père fondateur de la science du mignon

Un cerveau configuré : Dans une étude qu'a publiée en 2008 la revue *PLOS ONE*, des chercheurs américains ont recouru à la magnétoencéphalographie pour scruter le cerveau d'adultes à qui l'on montrait des clichés de nourrissons.

De manière surprenante, les scientifiques ont décelé de l'activité dans le cortex orbitofrontal, une partie du cerveau liée à la récompense et à la prise de décision, à la vue d'images aussi bien familières que non familières. La rapidité de la réponse est tout particulièrement étonnante : de l'ordre d'un septième de seconde, soit bien en deçà du temps normalement nécessaire pour se forger une opinion. « L'activité dans le cortex orbitofrontal est si instantanée qu'elle survient selon toute vraisemblance avant n'importe quel processus cognitif conscient », note d'ailleurs l'équipe de chercheurs. Plusieurs études ont par la suite validé ces observations et démontré jusqu'à quel point le cerveau est programmé pour réagir fortement à ce qui est trop chou.



Manufacturer le mignon : Le mignon exerce donc un formidable pouvoir d'influence sur nous tous. Les as de la publicité l'ont compris depuis belle lurette : ce qui est mignon se vend mieux.

Regarder des animaux mignons nous rend plus performants 03-18 (JdM) V. Cordier-Chemarin Pour lutter contre le manque de motivation au travail, des scientifiques japonais préconisent le visionnement de vidéos d'animaux mignons. Ils nous rendent pas seulement plus heureux, ils influencent aussi notre comportement », explique Hiroshi Nittono, auteur de l'étude. Ainsi, les sentiments provoqués à la vue d'animaux mignons favorisent l'exécution des tâches qui demandent effort et concentration.

Sur le vent du Nord ...

RACONTEZ-NOUS VOS... Histoires d'animaux...



YVES PROVOST nous raconte que cet été deux Orignaux ont été aperçus dans le village d'Huberdeau. Ils se promenaient sur la rue principale et ils sont allés se baigner dans la rivière. À sa connaissance, ce n'est jamais arrivé. Ce n'est pas habituel, selon lui, d'apercevoir des orignaux dans son coin de pays. Il a vu des photos et c'était très impressionnant.

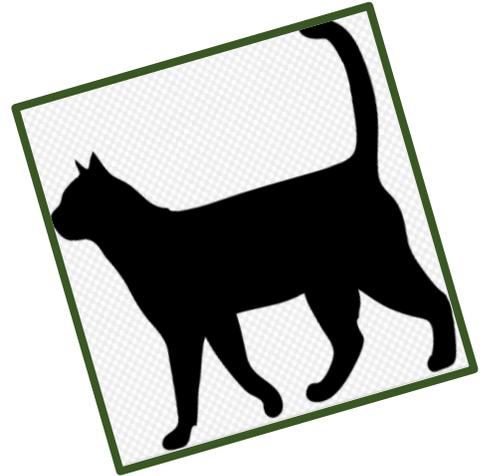
De plus, il nous raconte son expérience d'enfance avec Bouboule, son chien. Un mélange de chow-chow avec un berger allemand. Chaque fois qu'il revenait de l'école, son chien était assis à l'attendre devant la porte. Il ne manquait pas une journée. Il est décédé à l'âge de 14 ans. C'était un très bon chien.



ISABELLE PLOUFFE a aussi eu un chien qui s'appelait Puppy, qu'elle a eu jusqu'en 2011. Il était très protecteur avec elle. Aujourd'hui, elle a Croustille qui est pas mal plus tranquille. C'est un petit caniche toy qu'elle promène partout avec son quadriporteur. Il est assurément très heureux avec elle qui le traite aux petits soins.

MATHIEU PERREAULT nous parle du chat dont il s'est occupé pendant cinq ans. Ses voisins, étant partis outremer pendant un certain temps chaque année, ont demandé à Mathieu de s'occuper de leur chat Bidou. Chaque jour, Mathieu est allé nourrir et prendre soin de Bidou. Dernièrement, ce chat est décédé et Mathieu lui a construit une croix avec le nom de Bidou. Une belle attention de sa part.

Il nous raconte aussi la fois où il a été arrosé par une mouffette. Quelle mauvaise expérience pour lui, mais qui apporte encore aujourd'hui beaucoup de fous rires aux autres.



JULIE PAPINEAU nous parle de son petit shih tzu qui a près de douze ans. Il s'appelle Toby et il dort tout le temps. Elle a aussi vécu, comme Mathieu, une expérience avec une mouffette qui était sur sa galerie. Il faisait noir et quand son père a vu la bête, il a dit à Julie de ne pas faire de bruit pour qu'elle ne les arrose pas. Ils ont fait très attention et ont pu rentrer dans la maison. Ouf!



“Savez-vous quels seront les personnages les plus apeurant à l'Halloween cette année? Ceux qui ne porteront pas de masques ! »

Par Élisabeth L.

RECETTE MAISON DE BISCUITS POUR CHIENS

Un petit creux...

On dit que les chiens sont les meilleurs amis de l'humain.

Pourquoi ne pas les gâter en leur cuisinant de délicieux biscuits.

Ricardo nous propose ici une recette simple et délicieuse pour votre animal préféré!

INGRÉDIENTS

- 70 g (1/2 tasse) de farine de blé entier
- 45 g (1/4 tasse) de semoule de maïs
- 25 g (1/4 tasse) de flocons d'avoine à cuisson rapide
- 125 ml (1/2 tasse) de beurre d'arachide naturel
- 1 oeuf, légèrement battu
- 60 ml (1/4 tasse) d'eau



INGRÉDIENTS

1. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F). Tapiser une plaque à biscuits de papier parchemin.
2. Au robot culinaire, réduire en fine poudre la farine, la semoule de maïs et les flocons d'avoine. Ajouter le beurre d'arachide et l'œuf. Mélanger jusqu'à ce que la texture soit lisse et homogène. Ajouter l'eau et mélanger à nouveau jusqu'à ce qu'une boule se forme. Sur un plan de travail, pétrir la pâte 1 minute pour lui donner de l'élasticité.
3. Sur un plan de travail légèrement fariné de farine de blé entier, abaisser la pâte à une épaisseur d'environ 5 mm (1/4 po). Découper des biscuits à l'aide d'un emporte-pièce en forme d'os. Réutiliser les retailles. Répartir les biscuits sur la plaque.
4. Cuire au four 20 minutes ou jusqu'à ce que les biscuits commencent à dorer et soient bien séchés. Laisser refroidir complètement. Emballer dans des boîtes ou des sacs hermétiques.
5. Les biscuits pour chiens se conservent plusieurs semaines dans un contenant hermétique dans un endroit frais et sec.

Par Isabelle Cloutier

DEVINETTES



CHAQUE PHRASE VOUS DONNE TROIS INDICES.
DEVINEZ CE DONT IL EST QUESTION.

1. IL PEUT ÊTRE MATERNEL, DE POULE OU EN POUDRE. le lait
2. IL PEUT ÊTRE DE PIERRE, D'ARTICHAUT OU SUR LA MAIN. _____
3. ELLE PEUT ÊTRE DE BANANE, D'OURS OU DE CHAGRIN. _____
4. IL PEUT ÊTRE DE PROIE, DU PARADIS OU DE MALHEUR. _____
5. ELLE PEUT ÊTRE DE GLACE, DE PEINTURE OU D'OZONE. _____
6. IL Y A LE FINAL, LE SENSIBLE ET CELUI QU'ON MARQUE. _____
7. IL Y A LA DROITE, LA DURE ET CELLE QU'ON GARDE. _____
8. IL Y A CELUI QUI PASSE, LE PERDU ET LE BON VIEUX. _____
9. IL PEUT ÊTRE ERRANT, DE FUSIL OU DE GARDE. _____
10. ELLE PEUT ÊTRE D'AIR, DE BEC OU DE SANG. _____
11. IL Y A EU LA SAINTE, LA FROIDE ET LA MONDIALE. _____
12. IL Y A LE RAPIDE, L'ÉLECTRIQUE ET LE PETIT QUI VA LOIN. _____

Réponses à la page 18



Crédit d'impôt pour personnes en situation de handicap

Dans le cadre des prestations d'urgence pour la COVID-19, le gouvernement fédéral émet un paiement unique de 600\$ aux personnes en situation de handicap qui en feront la demande.

Pour vérifier si vous êtes éligibles voir le site suivant :

www.canada.ca/fr/services/prestations/covid-19-prestations-urgence/paiement-unique-personnes-handicapees.



Les jeux de la page 9 et de la page 17 sont tirés de « Cerveaux actifs- Le grand livre », Gilles Bergeron, PH.D.

SOLUTION DE LA PAGE 9, CITATION CAMOUFLÉE : « Si tout était facile, rien ne serait beau. »

SOLUTION DES DEVINETTES DE LA PAGE 17

1 : lait	4 : L'oiseau	7 : La Ligne	10 : la prise
2 : le cœur	5 : la couche	8 : le temps	11 : la guerre
3 : la peau	6 : le point	9 : le chien	12 : le train

VOICI NOTRE PROGRAMMATION D'ACTIVITÉS POUR LA SQTCC

événement coordonné par : **CONNEXION>TCC.OC**
Regroupement des associations de personnes
traumatisées craniocérébrales du Québec

soutenu par :
Santé et Services sociaux Québec
Transports Québec

LA SEMAINE QUÉBÉCOISE DU TRAUMATISME CRANIOCÉRÉBRAL

du 15 au 21 octobre 2020

Un choc qui dure.

www.connexiontccqc.ca [f/sqtcc](#) #tcc3lettres

TCC*, 3 LETTRES QUI CHANGENT DES VIES.
*traumatisme craniocérébral

PROJET 1 : CAMPAGNE POSTALE

**CAMPAGNE DE FINANCEMENT,
DE VISIBILITE ET DE
SENSIBILISATION**

Du 1^{er} au 15 octobre

PROJET 2 : SUR ZOOM

**PRÉSENTATION DU JOURNAL,
TOAST AU 23^E DU CAP &
DISCUSSION SOUS LE THÈME :
TCC, UN CHOC QUI DURE !**

Inscriptions obligatoires : membres seulement
Jeudi 15 octobre.....11H00 à 12H00

PROJET 3 : SUR ZOOM

LANCEMENT NOUVEAU SITE WEB

Créé par le comité FSR composé par des membres
et supervisé par animatrice et intervenante

Ouvert aux membres et au public

Vendredi 16 octobre.....13H30 à 14H30

PROJET 4 : SUR ZOOM

QUIZ ET BINGO

Quiz sous le thème TCC un choc qui dure
& BINGO avec prix de participation

Inscriptions obligatoires : membres seulement

Mardi 20 octobre.....13h30 à 14h30

IMPORTANT

VEUILLEZ NOUS AVISER, SI VOUS VOULEZ RECEVOIR LES LIENS
POUR REJOINDRE LES PROCHAINES ACTIVITÉS &
PRÉSENTATIONS SUR ZOOM EN ÉCRIVANT AU
CAPTCHPL@VIDEOTRON.CA

VOUS POURREZ PARTICIPER AUX ACTIVITÉS VIA VOTRE
ADRESSE COURRIEL OU VOTRE NUMÉRO DE TÉLÉPHONE.



PROCHAINE PARUTION DU JOURNAL PRÉVUE EN DÉCEMBRE PROCHAIN
(DATE DE TOMBÉE DES ARTICLES 16 NOVEMBRE)

*Nous recherchons tous types de petites découvertes
faites durant cette année étrange de la pandémie.*



** Jolis endroits plus ou moins près de chez vous*



** Sites internet présentant des choses intéressantes, intrigantes ou drôles*

** Activités artistiques ou autres types d'activités à faire chez soi*

** Groupes de musique, artistes québécois ou canadiens dans différents domaines*



** Produits du terroir, boutiques de produits québécois*



*Votre participation permettra de mettre de l'avant de nombreux joyaux
de notre province et de notre pays. L'équipe de rédaction du journal compte
sur vous pour avoir une prochaine édition inspirante et riche de contenu !*



CAPTCHPL

Centre d'Aide Personnes Traumatisées Crâniennes
et Handicapées Physiques Laurentides

C.P. 11, Saint-Jérôme

1-888-431-3437

Crédits Images de ce journal : les sites de Pixabay et Burst