

## Mot de la rédactrice

Bonjour,

*Nous sommes fiers d'être de retour, de vous retrouver et de vivre ensemble cette nouvelle rentrée. Merci à vous tous, apprenants et tuteurs, d'avoir repris le chemin du Cébo et bienvenue à tous les nouveaux tuteurs et apprenants.*

*L'équipe du Cébo s'engage pour une nouvelle année, différente cette fois-ci car un de nos membres nous a quittés pour l'au-delà. Quand un des nôtres part, c'est avec tristesse que nous lui disons aurevoir. Ce qui compte aujourd'hui, c'est de l'avoir connu et de l'avoir eu dans nos vies. Aurevoir et merci Daniel.*

*Au nom de toute l'équipe du Goéland, nous souhaitons que cette nouvelle année vous apporte beaucoup de satisfactions personnelles, de réussites et de joies.*



Berthe

«Un compliment est un rayon de soleil»



### DANS CE NUMÉRO

Carnet de Nicole .....	2
Entre nous .....	3
Pédagogie.....	6
Petit coin de poésie.....	7
Point de vue .....	8
Céboroscope.....	9
Anniversaires .....	10
Actualités.....	11
Les trouvailles de Mado.....	12
Amusons-nous.....	14
Le défi du Goéland .....	16
Nous sommes concernés .....	17
Juste pour rire.....	18
Ça se passe au Cébo.....	19
La parole est à vous .....	24
Solutions .....	33

### RÉDACTRICE EN CHEF

Berthe St-Pierre

### MISE EN PAGE

Diane Moore

### COLLABORATION

Daniel Lange

Mado Lacroix

Lise Lamothe

Reine Mailly

Nicole Patenaude

Micheline Périard

Apprenants

Tuteurs



## LES RICHES ET LES PAUVRES

Un jour, le père d'une très riche famille amène son fils à la campagne pour lui montrer comment vivent les gens pauvres.

Ils y passent quelques jours sur la ferme d'une famille qui n'a pas beaucoup à leur offrir.

Au retour, le père demande à son fils: "As-tu aimé ton séjour?"

"C'était fantastique Papa!" répondit le fils.

"As-tu vu comment les gens pauvres vivent?" demanda le père.

"Ah oui !" répondit le fils.

"Alors, qu'as-tu appris?" demanda le père.

Le fils lui répondit: "J'ai vu que nous n'avions qu'un chien alors qu'ils en ont quatre.

Nous avons une piscine qui fait la moitié du jardin et ils ont une grande crique.

Nous avons des lanternes dans notre jardin et eux ont des étoiles partout dans le ciel.

Nous avons une immense galerie à l'avant et eux ont l'horizon.

Nous avons un domaine mais eux ont des champs à perte de vue.

Nous avons des serviteurs alors qu'eux servent les autres.

Nous achetons des denrées et eux les cultivent.

Nous avons des murs autour de la propriété pour nous protéger.

Eux ont des amis qui les protègent."

Le père en resta muet.

Le fils rajouta: "Merci Papa de m'avoir montré tout ce que nous n'avons pas".

Auteur inconnu

Nicole Patenaude



# Entre nous ...

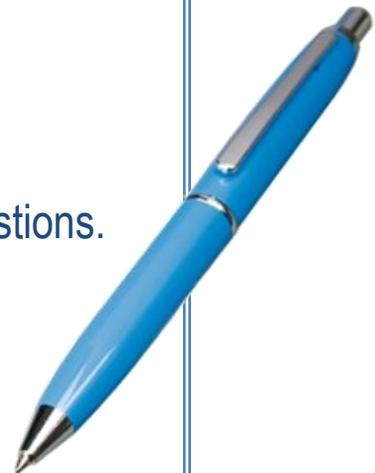
Le Cébo est là pour alphabétiser et chaque semaine, apprenants, tuteurs et membres de l'équipe se côtoient à l'École Secondaire de l'Île et à la Maison de l'Amitié.

À chaque parution du Goéland, notre journaliste vous fera connaître le côté un peu plus personnel de ces personnes.

Pour cette nouvelle entrevue, **Claude Guindon**, tuteur et **Marcel Nana**, apprenant, ont accepté de répondre à mes questions.

*Réalisé par notre journaliste,*

***Mado Lacroix***



## Claude Guindon

1. **Lorsque vous étiez jeune, quel était votre plus grand rêve ?**  
*J'ai toujours rêvé de faire de la coopération internationale comme mon grand frère.*
2. **Un souvenir de votre enfance ?**  
*Je ne peux oublier les étés au chalet.*
3. **Quels emplois avez-vous occupés au courant de votre vie ?**  
*Plus jeune, j'étais animateur communautaire. Par la suite, j'ai œuvré dans l'enseignement au CEGEP.*
4. **Votre meilleur moyen de vous défouler ?**  
*Je saute sur mon vélo ou je prends une marche. En hiver, c'est à raquettes que je me défoule.*
5. **Votre passe-temps favori ?**  
*Comme j'aime la nature, je passe le plus de temps possible à l'extérieur.*
6. **Votre mets favori ?**  
*Un bon gigot d'agneau me ravi.*
7. **Qu'est-ce qui vous irrite le plus ?**  
*L'injustice et les inégalités.*
8. **Un objet dont vous ne pouvez pas vous passer ?**  
*Sans ma voiture, je suis démuni.*
9. **Quelle tâche vous ennuie le plus ?**  
*Ce qui m'ennuie le plus ce sont certaines tâches manuelles comme réparer une porte, un robinet etc...*
10. **Qu'est-ce qui vous rend le plus heureux ?**  
*Des choses simples de la vie comme : la nature, les enfants ainsi que le bénévolat.*
11. **Un voyage que vous aimeriez faire ?**  
*J'aimerais bien visiter l'Islande.*
12. **Une personne que vous admirez beaucoup ?**  
*Ma sœur Roseline pour le cheminement qu'elle a fait dans sa vie.*
13. **Un talent que l'on ne connaît pas de vous ?**  
*À ne pas y croire, j'ai une facilité dans certains sports.*
14. **La plus vieille chose que vous possédez ?**  
*Un bas de Noël de mon enfance.*
15. **Une phrase qui vous décrit le mieux ?**  
*Je suis une personne fiable qui apprécie la différence.*

## Marcel Mana

1. **Comment avez-vous connu le Cébo ?**  
*En faisant une recherche sur Internet.*
2. **Quel était votre but de venir au CÉBO ?**  
*Apprendre à lire et à écrire.*
3. **Quand vous étiez jeune, quel était votre plus grand rêve ?**  
*Aller à l'école ( parce que je devais travailler pour soutenir la famille).*
4. **Quel est votre passe-temps favori ?**  
*Le bénévolat dans les églises. Aider les gens par la prière.*
5. **Votre chanson préférée ou votre programme de télévision préféré ?**  
*Je m'intéresse à ce qui se passe dans le monde alors je regarde les nouvelles à la télé.*
6. **Un objet dont vous ne pouvez pas vous passer ?**  
*La bible ( beaucoup plus que le téléphone).*
7. **Votre mets préféré ?**  
*Un bon plat de légumes.*
8. **Qu'est-ce qui vous fâche le plus?**  
*Le mensonge, je recherche surtout la vérité.*
9. **Vous gagnez un montant d'argent, quelle est la première chose que vous faites ?**  
*J'aiderais les gens malades.*
10. **Une phrase qui vous décrit le mieux ?**  
*Un travailleur dévoué et fiable au travail.*

Merci à Claude et à Marcel !

*Mado*

# PÉDAGOGIE

ÉCOUTER , PLANIFIER,  
ORGANISER, ÉVALUER,  
AJUSTER

## Processus de lecture

VOICI UNE DESCRIPTION SOMMAIRE DU PROCESSUS DE LECTURE. IL SE COMPOSE DES TROIS ÉTAPES SUIVANTES :



### ① AVANT LA LECTURE

### ② PENDANT LA LECTURE

### ③ APRÈS LA LECTURE

#### ① AVANT LA LECTURE

1. Sélectionner un texte significatif (échange avec l'apprenant)
2. Déterminer le but de la lecture (s'informer, avoir du plaisir, ....)
3. Faire le point sur les connaissances de l'apprenant sur le sujet et ce qu'il cherche à connaître
4. Déterminer la façon d'aborder la lecture (lecture continue ou 1 paragraphe à la fois ou ....)

#### ② PENDANT LA LECTURE

Lire pour comprendre le texte et pour garder le fil de la lecture

- Utiliser des stratégies pour reconnaître des mots
- Utiliser des stratégies pour comprendre un mot plus difficile
- Utiliser le contexte pour comprendre le sens d'un mot
- Utiliser des outils de référence pour soutenir la compréhension

#### ③ APRÈS LA LECTURE

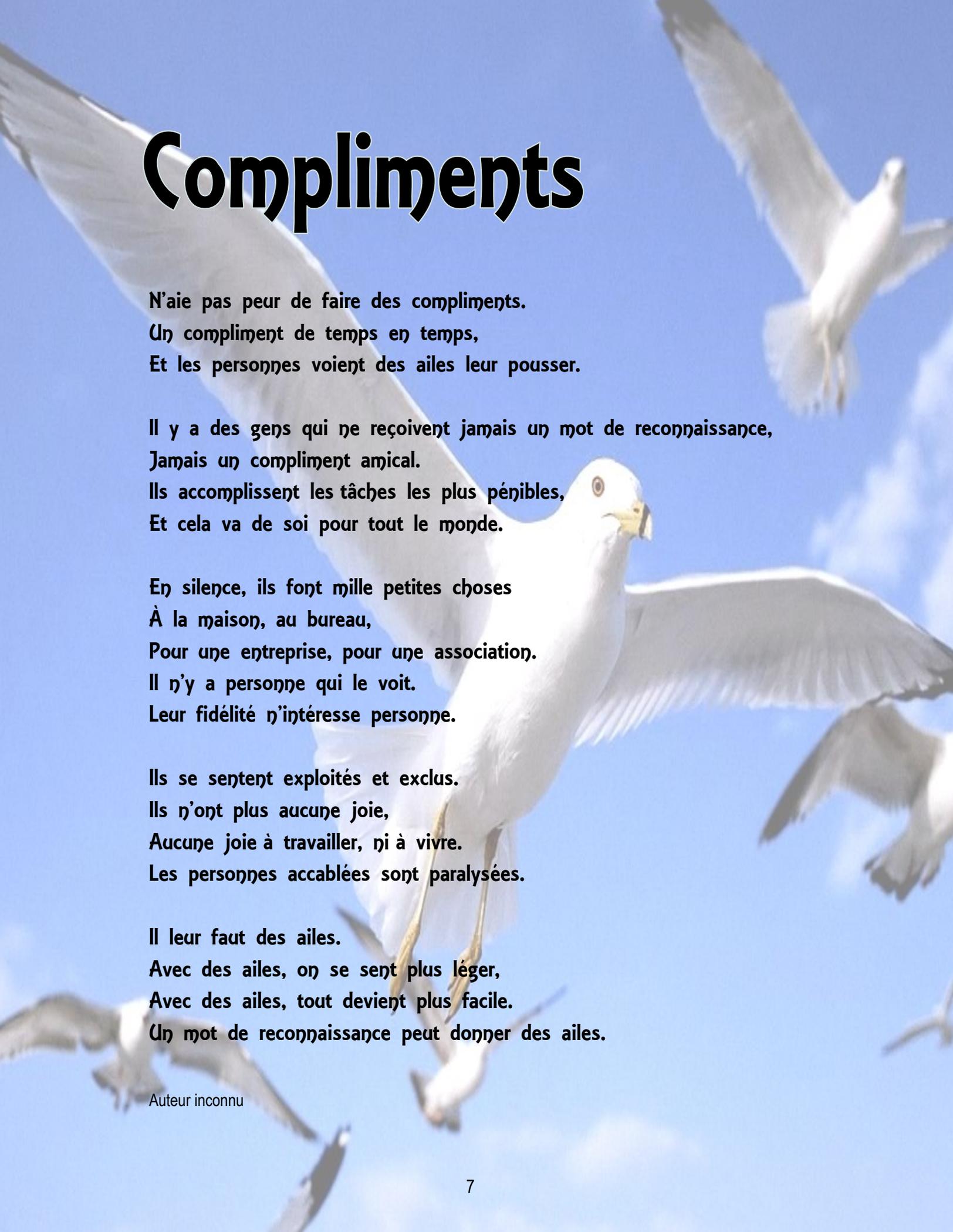
Revenir sur le but de la lecture  
Déterminer les connaissances acquises  
Identifier les difficultés rencontrées

EN SUIVANT CES ÉTAPES, LE LECTEUR POURRA PROFITER PLUS EFFICACEMENT DE SES LECTURES.

« La valeur d'un homme tient à sa capacité à donner et non à sa capacité de recevoir »  
(Albert Einstein)

Pédagogiquement vôtres,  
*Mado et Reine*, conseillères

# Compliments



N'aie pas peur de faire des compliments.  
Un compliment de temps en temps,  
Et les personnes voient des ailes leur pousser.

Il y a des gens qui ne reçoivent jamais un mot de reconnaissance,  
Jamais un compliment amical.  
Ils accomplissent les tâches les plus pénibles,  
Et cela va de soi pour tout le monde.

En silence, ils font mille petites choses  
À la maison, au bureau,  
Pour une entreprise, pour une association.  
Il n'y a personne qui le voit.  
Leur fidélité n'intéresse personne.

Ils se sentent exploités et exclus.  
Ils n'ont plus aucune joie,  
Aucune joie à travailler, ni à vivre.  
Les personnes accablées sont paralysées.

Il leur faut des ailes.  
Avec des ailes, on se sent plus léger,  
Avec des ailes, tout devient plus facile.  
Un mot de reconnaissance peut donner des ailes.

Auteur inconnu



## La crise des migrants

La crise des migrants en Europe occupe l'actualité depuis un bon moment. Cela m'interpelle. Je veux, dans un premier temps, comprendre avec vous le sens des mots souvent utilisés pour parler d'immigrants et partager avec vous mes premières expériences en sol canadien.

Le présent texte comprendra deux parties: la première comprendra les définitions des termes relatifs à l'immigration et la seconde présentera mes débuts en tant qu'immigrant.

En première partie, j'ai consulté le Petit Larousse illustré de 2015 et je vous fais part des définitions des termes couramment utilisés.

Le migrant ou la migrante est la personne qui se déplace de son pays vers un autre pays pour s'y établir.

L'immigrant ou l'immigrante est la personne qui vient s'installer dans un pays étranger au sien.

L'émigré ou l'émigrée est la personne qui quitte son pays pour s'établir dans un autre pays, s'expatrier.

Le demandeur d'asile est la personne qui demande une place dans un autre pays pour se protéger ou pour se réfugier.

L'exilé ou l'exilée est la personne qui peut être condamnée à l'exil ou qui quitte volontairement son pays. Elle est soit obligée de partir loin de son pays, soit expulsée de son pays.

Le réfugié ou la réfugiée est la personne qui quitte son pays ou fuit sa région pour des raisons politiques, religieuses, raciales ou pour échapper à une catastrophe.

Il y a aussi une autre catégorie de personnes qui vivent déjà dans le pays d'accueil. Ce sont les ressortissants étrangers.

Le ressortissant est une personne protégée par les représentants diplomatiques ou consulaires d'un pays donné lorsqu'elle réside dans un autre pays.

Parmi les plus courants, on peut citer les touristes, les étudiants et les visiteurs qui ont besoin d'un visa pour rentrer dans un pays donné.

Le visa de touriste permet de visiter des lieux pour le plaisir de faire des activités.

Le mandat d'étudiant permet à un ressortissant étranger d'étudier dans un domaine donné dans un autre pays jusqu'à l'obtention d'un diplôme.

Le visa de visiteur permet de venir assister à un événement social, professionnel ou familial et de séjourner dans le pays pendant un temps limité.

Daniel



## LION

(23 juillet—22 août)

Vous êtes une personne qui donne toujours le meilleur d'elle-même. Vous aimez être en bonne compagnie et votre humour est contagieux. Profitez de ce temps des fêtes pour faire des heureux par votre présence. Ne restez pas inactif et profitez des sorties entre amis.

## BALANCE

(23 septembre - 22 octobre)

Vous êtes très doué pour raconter des histoires et avez beaucoup d'imagination. Vous êtes le premier à rire de vos malheurs et cela vous aide à vous en sortir plus vite. En famille et avec vos amis, vous ressentirez beaucoup de joie et de réconfort.

## SAGITTAIRE

(22 novembre - 20 décembre)

Vous gagnez en confiance et cela se reflète sur votre environnement. C'est le temps de finir ce que vous avez commencé. Soyez indulgent envers les gens qui vous entourent. Prenez le temps de vivre, de bien dormir et d'avancer à votre rythme.

## VIERGE

(23 août - 22 septembre)

Vous êtes une personne qui tirez profit des situations et qui croit au bonheur. En ce temps de l'année, reprenez contact avec des parents et des amis que vous n'avez pas vu depuis longtemps. Vous n'appréciez pas les cancons et cela est tout à votre honneur.

## SCORPION

(23 octobre - 21 novembre)

Vous faites preuve de plus de concentration. Cela vous aide à finaliser des projets et vous êtes le premier surpris des résultats. Faites-vous confiance et exploitez votre créativité et l'avenir guidera vos pas dans la bonne direction.

## CAPRICORNE

(21 décembre - 19 janvier)

Vous avez le cœur sur la main et êtes toujours prêt à aider. En famille et avec vos amis, vous ressentirez beaucoup de joie et de réconfort. Vous êtes une personne sociable et les gens apprécient votre humour. C'est le temps de commencer un entraînement, votre santé en bénéficiera.



# Bonne fête !

## JUILLET

- 1 Nathalia Costa Pacheco
- 8 Gilberte Barbe
- 15 Jacqueline Aboussi
- 28 Michèle Bernard
- 31 Colette Gagné

## OCTOBRE

- 7 Suzanne Bourbonnais
- 7 Carmelle Desjardins
- 10 Pierre Petit
- 22 Pierre Aubin
- 31 Francine Guindon

## AOÛT

- 1 Diane Moore
- 1 Julie Oganda
- 8 Danielle Demers
- 11 Bernard Gabriel
- 12 Jean-Claude Vigneault
- 12 Alexis Joyal Poulin
- 14 Thierry Robinson
- 17 Suzanne Lanthier
- 18 Hélène Gauvreau
- 18 Rollande Major
- 20 Jacques Lambert
- 26 Fabienne Beausoleil
- 27 Maurice Facette
- 27 Marcelle Chabot

## NOVEMBRE

- 13 Suzanne Gratton
- 16 Joseph Monette
- 18 Lise Lamothe
- 20 Mado Lacroix

## SEPTEMBRE

- 1 Hélène Labelle
- 3 Monique Fortin
- 4 Nicole Bisson
- 5 Reine Mailly
- 12 Marilène Plouffe
- 13 Jean Leclerc
- 18 Richard Dubois
- 30 Richard Boulanger

## DÉCEMBRE

- 17 Francine Monette
- 27 Claude Guindon
- 31 Marcel Nana
- 31 Claire Bond
- 31 Fatima Bah Matou

# ACTUALITÉS

## PARTIR À VÉLO



Enfourcher son vélo et s'aventurer par une belle journée sur les routes et les chemins ...voilà une belle façon de s'adonner à un exercice sain. La pratique du vélo au Québec a connu au cours des dernières années un essor considérable.

Cependant, en vélo, il y a des règles à respecter. La sécurité à vélo commence par le respect du Code de la sécurité routière. Ouvrir l'œil, être vu et rouler en sécurité, c'est important.

Le code de la sécurité routière considère le vélo comme un véhicule autorisé à circuler sur la route publique. En tant que cycliste, vous avez des droits, mais aussi des obligations au même titre que l'automobiliste. Pour un partage de la route en toute sécurité, il y a des règles à respecter et des comportements à mettre en pratique.

### IL EST RECOMMANDÉ, ENTRE AUTRE, DE ...

- 😊 Circuler à l'extrême droite de la chaussée et dans le sens de la circulation.
- 😊 Établir un contact visuel avec les autres usagers de la route et signaler ses intentions au moment d'une manœuvre.
- 😊 Être bien visible.
- 😊 Porter un casque protecteur.



### IL EST INTERDIT DE...

- ☹ Circuler avec un vélo dont les freins sont en mauvais état.
- ☹ Transporter un passager à moins qu'un siège fixe soit prévu à cette fin.
- ☹ Circuler avec des écouteurs aux oreilles.
- ☹ Consommer des boissons alcoolisées en circulant.

Le vélo accessible à tous, reste synonyme de santé et de liberté.

Bonne randonnée !

*Lise*

# Les trouvailles de Mado



**VOICI EN RAFALE UN MÉLI-MÉLO D'ASTUCES, DE TRUCS ET DE TECHNIQUES POUR VOUS SIMPLIFIER LA VIE AU QUOTIDIEN.**



- ◆ Vos bottes sont détrempées, séchez rapidement l'intérieur à l'aide du séchoir à cheveux. À essayer!
- ◆ Pour chasser des odeurs de poisson ou autres dans la maison, faites chauffer à feu doux, dans une poêle antiadhésive, un mélange de 125 ml (1/2 tasse) de sucre, 5 ml (1c.à thé) de cannelle et 15 ml (1c. à soupe) de vanille. L'odeur indésirable fera place à des parfums de biscuits fraîchement sortis du four. Ni vu, ni connu !
- ◆ Si vous retrouvez votre brassée froissée dans la sècheuse, mettez-y une éponge propre et humide et faites fonctionner la sècheuse pendant une dizaine de minutes. L'humidité défroissera les vêtements.
- ◆ Pour attacher un bracelet sans tracas, faites tenir en place sur le poignet une des extrémités du bijou à l'aide d'une bande de ruban adhésif. Ainsi, vous pourrez sans difficulté rejoindre cette partie avec l'autre extrémité.
- ◆ Pour atténuer une brûlure sur la langue, frottez celle-ci avec une rondelle de pomme de terre crue. Répétez l'opération au besoin, avec un autre morceau de pomme de terre.
- ◆ L'astuce pour faire dorer les oignons sans les brûler est de les enrober de farine avant de les faire cuire.
- ◆ Quelques types de thé à boire selon le symptôme que vous avez (remèdes de grand-mère) :
  - contre l'insomnie, le remède est une tisane de camomille
  - contre les ballonnements, le remède est un thé à la menthe
  - contre un métabolisme lent, le remède est un thé vert
- ◆ Pour réduire les odeurs de pied, un bain de pied à l'eau tiède additionnée de 30 ml (2c.à soupe) de vinaigre de cidre et quelques tiges de romarin frais éliminera les mauvaises odeurs. À répéter deux fois par jour jusqu'à ce que le problème s'atténue.
- ◆ Pour faire le maïs en épi le plus délicieux que vous ayez jamais mangé :
  - remplir une grande casserole d'eau
  - ajouter 1/2 tasse de beurre et 1 tasse de lait
  - porter à ébullition
  - Déposer les épis dans la casserole, baisser un peu le feu, et faire cuire entre 5 et 8 minutes.



- ◆ Pour éliminer les mauvaises odeurs de la poubelle, aspergez l'intérieur avec du vinaigre blanc avant de mettre un nouveau sac.
- ◆ Pour que le ketchup coule plus vite, placez une paille en plastique à l'intérieur de la bouteille puis retirez-la.
- ◆ Mettez de la laque (fixatif) sur le bout d'un fil pour le raidir et l'enfiler plus facilement dans le chas de l'aiguille.
- ◆ Pour faire disparaître les taches d'eau sur la vitre de douche, essuyez la vitre avec un chiffon microfibre sec humecté d'eau vinaigrée après l'avoir nettoyée.
- ◆ Pour enlever les étiquettes des bocaux, laissez tremper ceux-ci dans l'eau très chaude. Enlevez le gros. Faites une pâte avec du bicarbonate de soude et de l'huile d'olive ou autres. Appliquez la pâte, la laisser le plus longtemps possible. Rincez à l'eau et au savon. Et voilà !
- ◆ Comment bouillir des pommes de terre sans dégât? J'ai la solution : une petite cuillère de margarine dans l'eau avant d'allumer le rond. Plus d'écume qui éclabousse votre cuisinière et le tour est joué.
- ◆ Pour se débarrasser de la mauvaise haleine, voici quelques recettes naturelles de nos grands-mères qui font encore leurs preuves :
  - au lever, se gargariser avec un verre d'eau chaude additionnée de sel et de jus de citron
  - se rincer la bouche avec un mélange de vinaigre de cidre, de menthe fraîche et d'eau
  - manger du persil frais ou croquer un clou de girofle ou un grain de café.
- ◆ Pour un chou-fleur croquant :
  - 1 c. à soupe de farine par litre d'eau de cuisson
  - Remuer pour éviter les grumeaux
  - ajouter le chou-fleur lorsque l'eau bout
  - cuire 20 min. et égoutter
  - Le chou-fleur sera croquant et restera blanc. Pour réduire la cuisson, ajoutez une pincée de bicarbonate de soude.
- ◆ Vous avez coupé de l'ail ou de l'oignon et vos mains ont une odeur désagréable? Désodorisez-les avec un peu de dentifrice. Terminées les mauvaises odeurs !

Espérant que certains de ces petits trucs feront partie de votre quotidien à l'avenir, au plaisir de vous entretenir à nouveau.

*Mado*

Tiré d'extraits sur Internet et du magazine La Semaine Pratique, édition 3





# AMUSONS-NOUS

On le trouve dans les choses simples ...

-----  
(mot de 7 lettres)

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

Ami  
Aide  
Applaudissement  
Appui  
Attitude  
Bravo  
But  
Civil

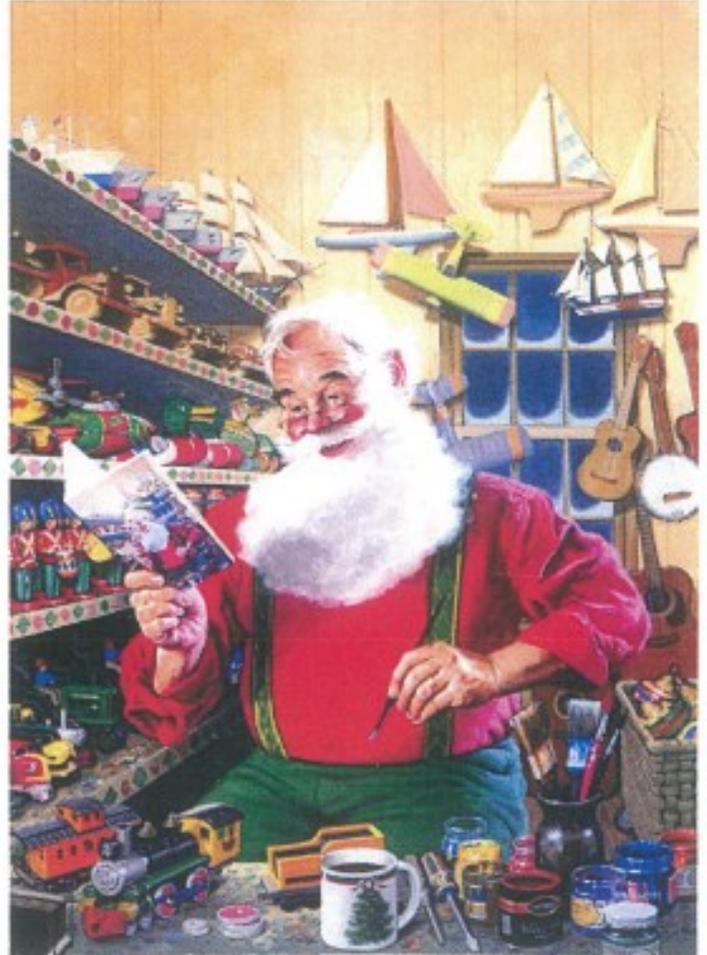
Éloge  
Encensement  
Encouragement  
Estime  
Félicitations  
Fier  
Gentillesse  
Hommage

Honneur  
Louange  
Main  
Merci  
Mérite  
Mot  
Nid  
Paroles

Plaire  
Politesse  
Positive  
Prix  
Sens  
Signes  
Trophée



# Jeu des 12 erreurs

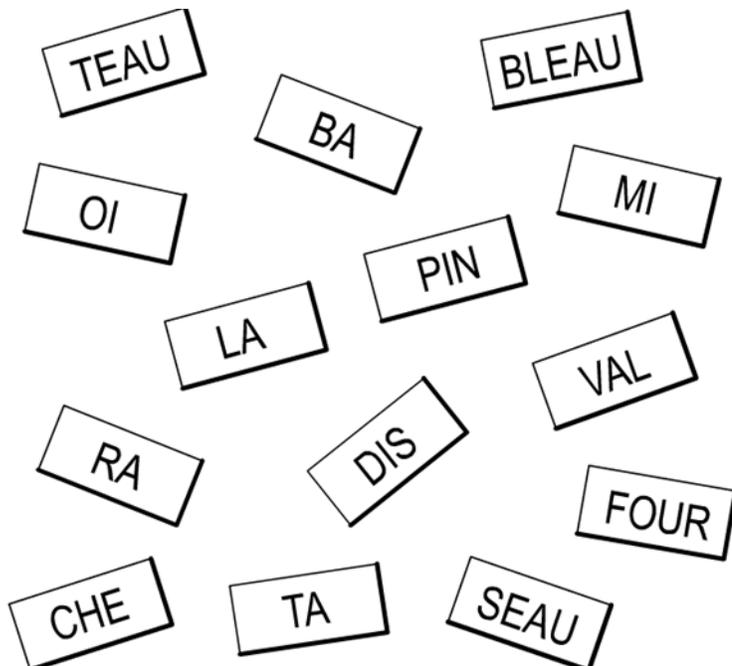




# Défi du Goéland

## Bouts de mots

Sept mots de deux syllabes sont cachés dans ce jeu.  
Pour les retrouver, relie deux par deux les syllabes éparpillées.



## Proverbe

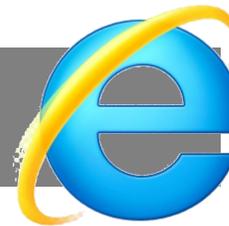
Remplace les mots dans le bon ordre pour découvrir un proverbe .

sa à chasse place Qui la perd va

« Il y a autant de générosité à recevoir qu'à donner . »



Nous sommes concernés par...



internet

Une très grande majorité des foyers Québécois sont branchés à internet. D'après CEFRIO (voir réf) en 2015, 2.9 millions de foyers québécois étaient branchés à Internet. Pour la même période, l'augmentation est encore plus élevée chez les adultes de 65 ans et plus.

La première règle importante quand on a un ordinateur et que l'on est branché sur internet, c'est d'être bien protégé.

Si nos enfants veulent aller sur internet, on doit s'asseoir avec eux et leur faire comprendre que les gens sur internet sont des étrangers de la même façon que les étrangers dans la rue. N'hésitez surtout pas à installer l'ordinateur dans un endroit où vous circulez souvent (ex : salon, salle familiale) afin de toujours savoir quand votre enfant s'en sert et garder un œil sur les sites qu'il fréquente. Ne lui donnez jamais votre mot de passe, c'est une façon pour vous de savoir qu'il ne peut s'en servir sans votre autorisation.

Avec Google, on trouve de tout, mais il est important de ne pas oublier que tout le monde peut écrire ses idées et que rien n'est censuré. Prenez le temps de vérifier la source de ces informations car certaines peuvent être fausses.

Il y a beaucoup de gens sérieux qui fournissent des informations fiables, que ce soit sur la santé, les finances, les voyages, spectacles, recettes, jeux, déco et j'en passe. Ce que j'apprécie le plus est l'avantage des courriels. Ce réseau est implanté dans beaucoup de pays à travers le monde et est disponible en tout temps qu'importe l'heure et il est plus économique que l'interurbain.

Surtout, n'oublions pas que Facebook donne l'impression aux gens d'avoir beaucoup d'amis et d'être près l'un de l'autre, mais attention, internet ne laisse ni chaleur ni odeur et surtout ni vraie présence.

Bonne navigation

**Berthe**

Réf : [www.cefrio.qc.ca](http://www.cefrio.qc.ca)

*S'il y a quelque chose sur vous que personne ne doit connaître, vous devriez peut être ne pas en parler sur l'endroit le plus en vue.*  
(Citation d'Éric Schmidt, ancien PDG de Google)

# JUSTE POUR RIRE !

C'est un petit garçon qui rentre de l'école en pleurant. "Qu'as-tu?" lui demande sa maman. "J'ai un zéro en géographie." "Pourquoi?" "Je ne sais pas où est le Portugal." "Tu ne sais pas. Quel idiot, passe-moi la carte du Canada." Et la mère cherche, cherche. "Elle n'est pas assez précise. Passe-moi la carte de la province." Et la mère cherche, cherche. "Elle est nulle cette carte, passe-moi celle de la ville." Et la mère cherche, cherche. "Ça doit pas être loin le Portugal, la femme de ménage est portugaise pis elle vient travailler en bicyclette."



Un couple d'un certain âge se promenait, la main dans la main dans un centre d'achat. Le monsieur parlant à sa femme, l'appelait "ma chérie, mon amour, mon trésor", à chaque fois qu'il lui adressait la parole. Un homme assis tout près d'eux arrêta le monsieur, il lui dit qu'il trouvait ça beau les petits noms qu'il donnait à sa femme. Le vieillard de répondre: "C'est parce que je perds la mémoire et je ne me souviens pas de son nom."

Avant, je ne savais pas bien écrire et un jour, j'ai eu un téléphone portable.  
É depuis, il c produit kelk choz 2 bizar.

Les parents, c'est deux personnes qui t'apprennent à marcher et à parler  
pour te dire après de t'asseoir et te taire.

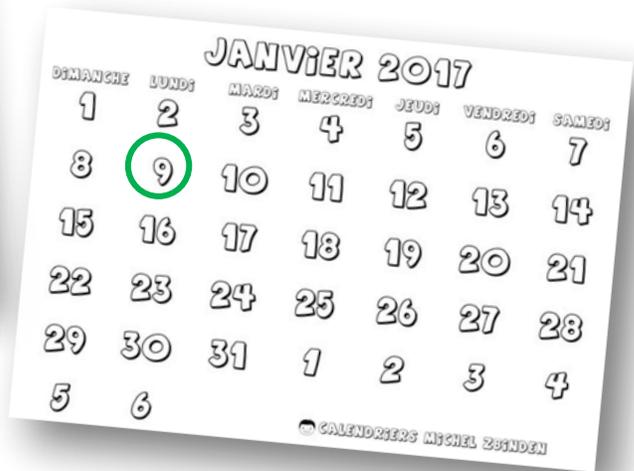
La seule fin heureuse que je connaisse, c'est la fin de semaine !

## Nouvelles



- ❄ C'est le 28 avril 2016 au restaurant le Vieux Duluth que le souper de fin d'année qui regroupe apprenants, tuteurs, conjoints et membres de l'équipe a eu lieu. Cette dernière rencontre avant les vacances est toujours très chaleureuse.
- ❄ La journée Internationale de l'Alphabétisation célèbre cette année son 50<sup>e</sup> anniversaire sous le thème « Lire le passé, écrire le futur ».
- ❄ Tous les ans, le 1<sup>er</sup> octobre, les Canadiens rendent hommage aux aînés. Il est important de souligner l'effort de ces femmes et de ces hommes qui ont contribué à faire de notre pays ce qu'il est aujourd'hui et qui continuent d'enrichir nos vies.
- ❄ La journée des enseignants et enseignantes a eu lieu le 5 octobre 2016 sous le thème « Valorisons les enseignantes et enseignants, améliorons leur statut professionnel »
- ❄ L'Assemblée générale du Cébo a eu lieu le 6 octobre 2016.
- ❄ Francine Guindon et Berthe St-Pierre ont rencontré, le 6 octobre 2016, des personnes du 83 Hanson intéressées à connaître les services offerts au Cébo. Le témoignage de Francine a touché toutes les personnes présentes. L'accueil de Gabriella et Alex de la Maison de l'Amitié fut très apprécié.
- ❄ Réseau Outaouais, organisme qui travaille à l'insertion sociale et professionnelle, fête cette année son 30<sup>e</sup> anniversaire. En tant qu'organisme, le Cébo était présent au vin et fromage qui a eu lieu le 20 octobre 2016.
- ❄ Une soirée pour rendre hommage à nos bénévoles qui donnent de leur temps pour aider les apprenants a eu lieu le 10 novembre 2016. Paulette Lalande, mairesse de Plaisance, Préfète de la MRC de Papineau et animatrice lors de la fête de Noël au Cébo depuis de nombreuses années, nous a entretenus sur son parcours comme femme politique dans un monde d'hommes. Un délicieux buffet a agrémenté cette belle soirée.
- ❄ Le 15 novembre 2016, une sortie a eu lieu du Musée de la Guerre avec quelques apprenants et tuteurs. Cette visite fut une gracieuseté de Jacques Pouliot, ancien membre des Forces armées canadiennes.
- ❄ La première sortie culturelle a eu lieu le 17 novembre 2016 au Théâtre de l'Île. Apprenants et tuteurs ont apprécié cette comédie de Michel Tremblay « Le Gars de Québec ».
- ❄ La ligne Info-Alpha, initiative de la Fondation pour l'alphabétisation, est un service téléphonique d'aide, d'écoute et de référence en alphabétisation et en formation de base, couvrant toutes les régions du Québec, sans frais et confidentiel, accessible du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h au numéro 1-800-361-9142.
- ❄ La soirée de Noël aura lieu le 11 décembre 2016 et regroupera apprenants, tuteurs et membres de l'équipe.

# Dates à retenir ...



« Le plus court chemin d'une personne à une autre, c'est un brin de gentillesse. »



# TOUTES NOS CONDOLÉANCES

À **Carmelle Desjardins**, tutrice, pour le décès de son frère **Bernard**, le 17 avril 2016  
et de son frère **Albert** le 28 avril 2016.

À **Suzanne Gratton**, apprenante, pour le décès de son frère **Pierre**, le 21 août 2016.

À **Francine Guindon**, pour le décès de son beau-frère, **Lucien Lalonde**,  
le 4 septembre 2016. Il était l'époux de **Claudette Guindon**, ancienne apprenante.

À **Hélène Gauvreau**, membre du Conseil d'administration et du Comité de direction, pour le décès de sa  
nièce, **Francine Gauvreau**, le 31 octobre 2016, à l'âge de 47 ans.





**1953-**  
**2016**

*C'est avec beaucoup de tristesse que nous avons appris le décès de DANIEL LANGE à l'âge de 63 ans, le 1er octobre dernier. Il était le papa d'Evelyne, de Geneviève et de 2 petits-enfants.*

*Sa participation en tant que membre fondateur du Cébo lui a valu un hommage de notre fondatrice, madame Nicole Patenaude, en août dernier. Daniel a fait partie du premier conseil d'administration provisoire et à son décès était toujours membre du CA et membre de l'équipe de direction. Il a aussi été responsable du tutorat au centre de détention de Hull sur une période de 10 ans et tuteur au Cébo. Membre du comité du journal Le Goéland, Daniel s'est impliqué jusqu'en dernier en finalisant ses articles de « Point de Vue » pour le journal de décembre 2016 et celui d'avril 2017. Merci pour tant de générosité.*

*Malgré tes souffrances Daniel, ton sens de l'humour était toujours contagieux. Tu nous rassemblais en nous racontant tes éternelles histoires que nous connaissions depuis longtemps. On les riait encore en août dernier.*

*Tu t'es battu contre la maladie depuis nombre d'années, mais le Seigneur en a décidé autrement et est venu te soulager.*

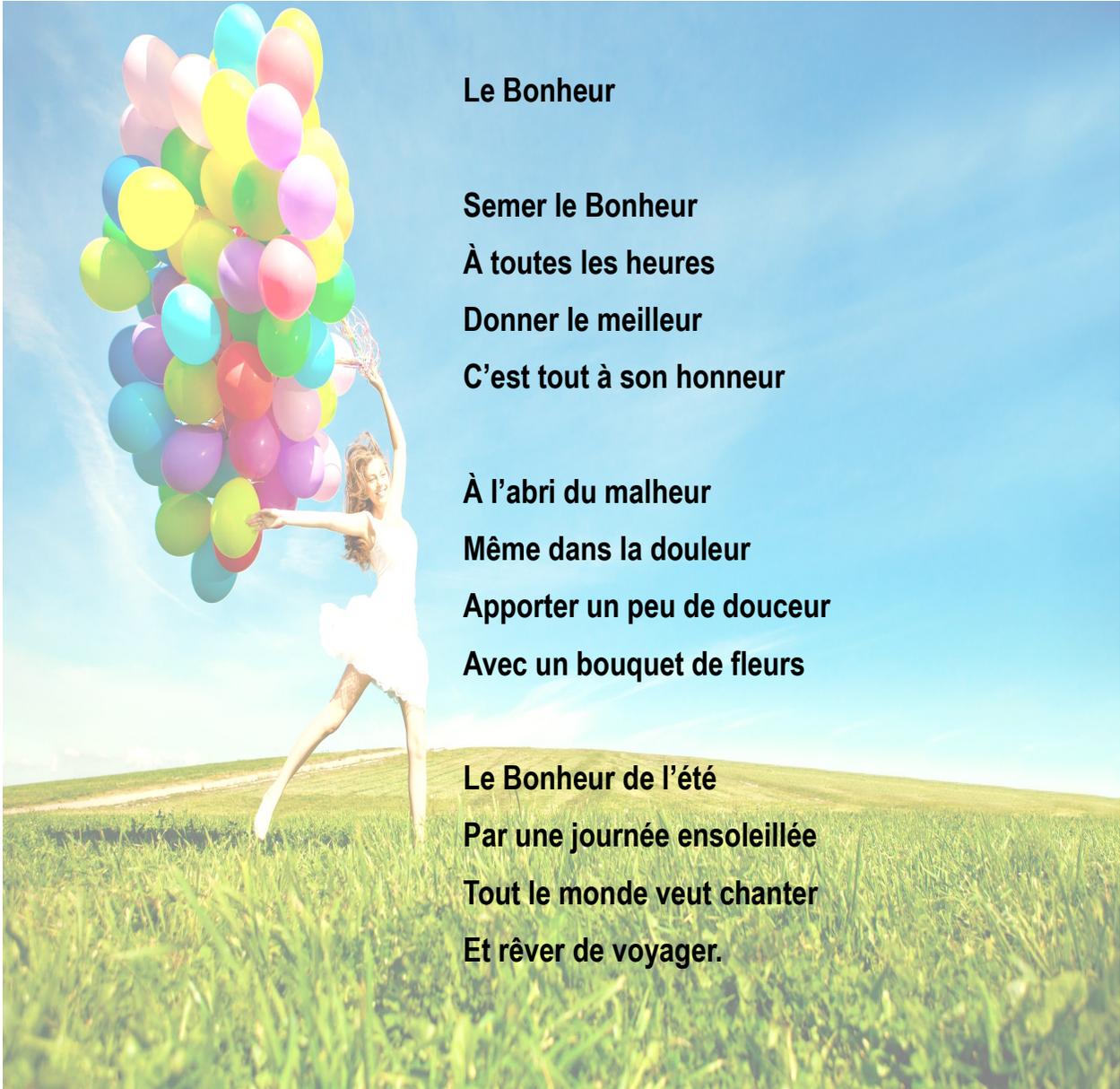
*Pour toujours, tu feras partie du Cébo.*

*Repose en paix Daniel*

## POÈME D'UNE APPRENANTE

*J'aime la poésie parce que ça me fait découvrir de nouveaux mots. Je peux inventer une histoire avec mon imagination. C'est intéressant de lire un beau poème et de connaître les poètes.*

Chantal Lapointe



**Le Bonheur**

**Semer le Bonheur**

**À toutes les heures**

**Donner le meilleur**

**C'est tout à son honneur**

**À l'abri du malheur**

**Même dans la douleur**

**Apporter un peu de douceur**

**Avec un bouquet de fleurs**

**Le Bonheur de l'été**

**Par une journée ensoleillée**

**Tout le monde veut chanter**

**Et rêver de voyager.**

## La parole est à vous ... apprenants et apprenantes

Cette chronique permet aux apprenants de s'exprimer sur un sujet de leur choix ou de répondre à la question suivante :

« Êtes-vous capable de faire des compliments ou d'accepter d'en recevoir »

J'ai la facilité de reconnaître quand je peux faire un compliment à quelqu'un. Il faut connaître un peu la personne. Certaines personnes, aiment recevoir des compliments, tandis que d'autres plus humbles et timides se sentent inconfortables en recevant un simple compliment.

Dans mon cas, ça ne me dérange pas, si je sais que je le mérite et si la personne qui le fait est sincère.

Natalia

## FAIRE DES COMPLIMENTS

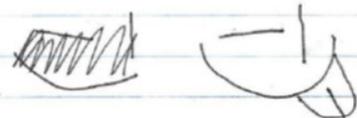
J'aime faire des compliments à des personnes que j'apprécie.

Par exemple, quand je rencontre mes cousines je commente leur coiffure, leur habit et leur maquillage.

OU Bien Je remercie ma mère pour le repas qu'elle a préparé.

EN FIN, Je complimente les habits et les coupes de cheveux de mes amis.

J'accepte volontiers les remarques positives qui me sont faites.



Alix Jemal-Polien

Alix Jemal-Polien

J'accepte les compliments.  
Les sorties en dehors, Les  
soupers au restaurant avec  
mes amis à alymer et  
magasiner au tigre géant  
Font plaisir à Chantal.

Pierre Petit

Je suis capable de faire  
des compliments pour  
une bonne cause. Exem-  
ple un enfant qui à  
la fin de l'année scolar-  
re, a obtenu une bon-  
ne moyenne.

Recevoir.

Recevoir une récompen-  
se pour toute bonne  
action envers les  
autres.

Elvira Bogellas

Oui, je peux faire des  
compliments à ceux qui font  
des bonnes actions car cela  
donne du courage.

Oui, je peux accepter un  
compliment car cela me  
fait un grand bien.

Richard Dubois

Ça dépend des compliments.

Je peux dire oui ou non.

Oui l'aine reçoit des  
compliments mais ça dépend de  
la manière que c'est dit.

Judi. O.

Je fais des Compliments à plusieurs personnes. Mon professeur est bon pour aider les élèves à comprendre. Je dis à mes enfants qu'ils travaillent bien à l'école. Je pense que mon frère Martiam a été très généreux avec moi. Il m'a fait des cadeaux. J'ai reçu des compliments des gens que j'ai aidés à l'église ou au travail. C'est un signe de ~~com~~ considération que j'accepte avec joie.

Marcel PANA

Faire des compliments et en Recevoir.

Je suis capable de faire des compliments. Faire des compliments à une personne Te donne de la joie car de la voir heureuse et se sentir belle, jolie, ravissante réjouit le cœur. Cela lui donne de la confiance. Je peux aussi accepter des compliments. Quand je reçois des éloges cela fait du bien à mon ego et je dis toujours merci. Nous ne donnons pas assez de félicitations aux gens que nous aimons. Les compliments donnent de la joie, du bonheur, de la confiance.

Suzanne Gaulton

non j'en ai jamais fait mais j'aime beaucoup en recevoir

Jacqueline Groux

Je suis capable de donner des compliments aux autres. j'aime en faire. Quand je fais un compliment cela veut dire que c'est : beau, bien fait, gentil et que j'apprécie l'effort que la personne a en fait. Par contre, j'ai de la difficulté à en recevoir. Je suis pas à l'aise donc je suis gêné.

Bisèle Larente

Oui, je suis capable de recevoir des compliments. Ces compliments m'encouragent et m'aident à continuer. Les tuteurs et les tutrices sont bien aimables à toutes nos rencontres. J'oublie mes troubles et je suis à l'aise quand on s'entraide. Merci.

Maurice Facette

## Les compliments

Je fais souvent des compliments aux personnes de la maison de l'amitié, Nadine, Tania, Junior et Josée.

Des compliments sont aux gens qui font des soirées au CEBO.

Je fais des compliments aux personnes qui ont de beaux vêtements.

J'aimerais recevoir plus souvent des compliments sincères.

Marie Barbeau

## Les compliments

Oui, je fais des compliments à ma mère et mes amies sur leurs tenues vestimentaires et leurs photos.

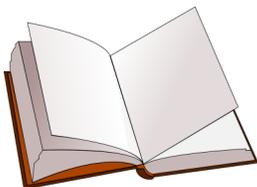
Moi, par contre, j'aime aussi recevoir des compliments, mais pas trop car ça me gêne et ça me donne l'impression qu'on veut me demander une faveur!

Danica.

## Les compliments

J'aime ça faire des compliments quand il y a des fêtes, quand il y a des soirées. Ceux qui préparent les soirées et ceux qui organisent les fêtes méritent des beaux compliments parce qu'ils y mettent leurs temps, leurs talents et souvent leurs argentés à préparer tout ça pour les autres. De mon côté, j'aime quand je fais des choses que les autres apprécient.

Jacqueline Turissau  
septembre 2016



**Vous aimeriez lire d'anciens textes des apprenants ?**

**Rendez-vous sur le site du Cébo ([www.cebo.ca](http://www.cebo.ca)).**

**Sélectionnez "Publications", choisissez un journal du Goéland au hasard et retrouvez "La parole est à vous".**

**Bonne lecture !**

## La parole est à vous ... tuteurs et tutrices

*Cette chronique permet aux tuteurs de s'exprimer sur un sujet de leur choix ou de répondre à la question suivante :*

**« Êtes-vous capable de faire des compliments ou d'accepter d'en recevoir »**

Oui, je suis capable de faire des compliments et cela me plaît parce que cette parole peut faire plaisir à la personne si c'est dit avec le cœur et d'autre part, cela peut aider la personne à se construire, à grandir, à apprendre à aimer la vie qui est si belle. Si je fais des compliments, je risque aussi d'en recevoir et cet échange peut devenir un départ pour un beau partage entre nous.

Je suis aussi capable d'en recevoir et je sens vite si c'est une chose formelle ou une réalité qui rejoint la personne ... et au fond, cela fait plaisir.

**Carmelle Desjardins**

Je suis bien à l'aise à faire des compliments. Lorsqu'on démontre un brin de gentillesse ou de courtoisie envers une autre personne, non seulement cela nous est réconfortant mais ça déteint sur l'autre personne. Tout ça est gratuit ! Et puis tout le monde est heureux. De toute façon, je préfère, de loin, faire des compliments que d'en recevoir. Pourquoi vous dites ? Eh bien ! Malgré les apparences, je suis de nature gênée et je ne sais pas trop comment réagir lorsqu'on me donne des compliments.

**Suzanne Lanthier**

*Oui, il m'arrive de complimenter ou d'être complimentée. Lorsque je complimente une personne, je lui adresse un message positif qui vient de mon cœur et sans arrière-pensée.*

*Quand on me complimente, je réponds "Merci" pour signifier que j'apprécie puisque c'est agréable de recevoir un compliment.*

**Claire Bond**

FAIRE ou ACCUEILLIR un COMPLIMENT, c'est garder une bonne relation avec les personnes.

Oui, c'est important d'exprimer un compliment en toute simplicité et sincérité à une personne qui réalise un projet ou autre chose d'important pour elle. C'est la reconnaître dans ce qu'elle est et dans ce qu'elle réalise de bon et de beau dans sa vie. C'est aussi un encouragement à continuer de s'épanouir dans ses capacités de créer.

Oui, je trouve important d'accueillir un compliment, car les personnes savent reconnaître ce que je viens d'accomplir avec ce que je suis et mes capacités de m'impliquer dans un projet.

**Madeleine St-Jacques**

Je suis capable de faire et de recevoir des compliments car je considère que c'est une forme de reconnaissance, d'appréciation et aussi d'encouragement. Que ce soit pour souligner un travail d'équipe, pour remercier suite à un souper entre amis ou encore un effort personnel, c'est toujours apprécié de savoir que le temps et les efforts consacrés sont reconnus à leur juste valeur.

**Francine Monette**

*Je suis surtout capable de faire des compliments car j'apprécie les services, les bons mots, les sourires de mes compagnes. Je tiens à leur exprimer mes compliments à l'occasion. Je suis aussi reconnaissante quand on me fait un compliment. Cela m'encourage et me fait bien plaisir.*

**Fabienne Beausoleil**

## LE COMPLIMENT

*Naturellement, j'aime faire des compliments et en recevoir s'ils sont sincères.*

*Au cours de ma marche quotidienne, je félicite les dames qui ornent leur parterre de belles fleurs, les hommes qui entretiennent bien leur pelouse. Les occasions de complimenter les gens ne manquent pas. Je peux le faire pour leurs réalisations, leur avoir, leur manière d'être.*

*Pour les mêmes raisons, à l'occasion, je peux me féliciter, dans mon for intérieur. Préférablement, je laisse aux autres le soin de le faire. Dans les deux cas, c'est bon pour l'estime de soi.*

*Terminons par une digression. "Jacques, récite ton petit compliment pour grand-maman." Dans ma tendre enfance, je recevais des compliments si je réussissais à débiter par coeur ma narration, mon compliment appris à l'école.*

**Jacques Lambert**

Suis-je capable de faire des compliments ou d'en recevoir n'est pas une question facile. Je suis d'un naturel expressif, alors il m'est facile de dire à telle ou telle personne: "Ton travail est bien et tu réponds bien à la question". Mais le hic est: suis-je capable d'en recevoir? Ma réponse est simple "Non". Avec le temps, j'ai graduellement accepté d'en recevoir en toute humilité. Donc, si je fais des compliments, je dois être capable d'en recevoir et ce, peu importe la circonstance. Ces remarques, réflexions, m'apprennent à grandir et cheminer. Donc mes amis, pour mieux me comporter, n'ayez pas peur de me dire ce que vous pensez de moi ...

Un tuteur qui vous aime,

**Jean-Claude Vigneault**

## ÊTES-VOUS CAPABLE DE FAIRE DES COMPLIMENTS OU ACCEPTER D'EN RECEVOIR ?

Pour moi, il est plus facile de faire des compliments que d'en recevoir. J'aime bien reconnaître le travail accompli ou certaines qualités que je retrouve chez les gens qui m'entourent. Plusieurs n'ont pas eu la chance de recevoir des compliments, y compris dans leur milieu familial. Pourtant, c'est dans sa famille que l'on doit commencer à être reconnu pour ses qualités. Ainsi, on prend l'habitude de reconnaître autant chez les autres que chez soi nos contributions positives à la vie.

Être capable de recevoir des compliments peut sembler moins important mais c'est essentiel pour développer une bonne estime personnelle. Plusieurs personnes croient que le compliment qui leur a été fait n'était pas si mérité et ça leur passe souvent comme de l'eau sur le dos d'un canard. Pourtant, une personne qui prend la peine de nous complimenter est sincère et souhaite que cette reconnaissance soit ressentie positivement. En résumé, être capable de recevoir un compliment peut amener une plus grande confiance en soi et une meilleure appréciation de sa propre personne.

**Claude Guindon**



*Oui, j'aime faire des compliments car souvent la personne qui reçoit le compliment n'est pas au courant qu'elle a telle force ou telle qualité et que cette prise de conscience peut affecter positivement toute sa vie ou même la changer radicalement. Et plus les gens réaliseront leurs beaux côtés, plus la société sera créatrice et festive.*

*Avec les années, j'ai appris à accepter les compliments car donner en refusant d'accepter à notre tour revient à dire: "Je n'en ai pas besoin", ce qui nous priverait d'une façon simple et agréable de nous enrichir les uns les autres.*

**Roseline Brien**



# SOIRÉE DE NOËL

**Le dimanche 11 décembre 2016**  
**à compter de 18 h 30**  
**au local 156**  
**de l'École secondaire de l'Île**

*Un rendez-vous  
à ne pas manquer !*

# Solutions

## AMUSONS-NOUS

Page 14

**B O N H E U R**

## DÉFI DU GOÉLAND

Page 16

Bouts de mots:

**RADIS**

**CHEVAL**

**FOURMI**

**BATEAU**

**TABLEAU**

**LAPIN**

**OISEAU**

Proverbe:

**QUI VA À LA CHASSE PERD SA PLACE**



## JEU DES 12 ERREURS

Page 15

1. Pinceau dans la main du Père Noël
2. Cou du canard sur la 1re tablette
3. Toupie
4. Mât du gros bateau à voile
5. Pinceau dans le pot
6. Bretelle du Père Noël près du pinceau
7. Fenêtre arrière de la locomotive
8. Banjo
9. Roue du tracteur sur la 1re tablette
10. Fenêtre en plus sur le wagon orange
11. Petit bateau à voile
12. Contour du pot de peinture rouge.



**Joyeux Noël**  
**Bonne Année**