

CAHIER PASSE-TEMPS

COVID-19/MAI 2021



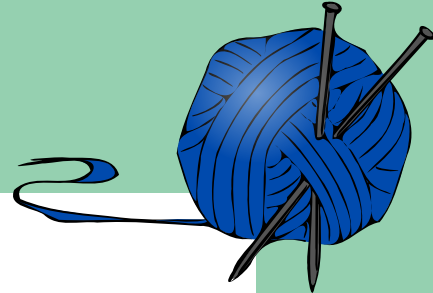
Centre Social
de la
CROIX BLANCHE

960, avenue Dessane, Québec (Québec) G1S 3J9
Tél.: 418-683-3677 • Téléc.: 418-683-3678 •

www.croixblanche.ca



Table des matières



AGA	2
Au revoir	3
On se tricote un été!.....	4
Nouvelles brèves.....	5
Le retour du jardinage.....	7
Le conseil des membres.....	8
Concours: quel sera mon nom.....	10
Programmation.....	11
Description des activités.....	13
Sorties culturelles.....	16
18-40 ans et plus.....	17
Escouade.....	18
Quand rencontrer les nouveaux employés?..	19
Bricolage à faire à la maison	20
Se tricoter un bon souper.....	22
Les semis	24
Cinéma.....	25
L'histoire mystérieuse du tricot.....	27
Ouverture du jardin des artistes!.....	29
Le journal des membres.....	30
À vos crayons!.....	35
Vos ressources.....	43





Le 14 mai 2021,

Avis de convocation - Assemblée générale annuelle 2021

Madame,
Monsieur,

À titre de présidente du conseil d'administration, il me fait plaisir de vous inviter à participer à la prochaine assemblée générale annuelle du Centre Social de la Croix Blanche. Cette rencontre se déroulera le

Judi 17 juin 2021 à 18 h 30

Sur Zoom
(Visioconférence)

Cette assemblée vous permettra de connaître les détails de ce qui s'est fait au Centre durant l'année 2020-2021 et de préciser les orientations pour la prochaine année. Cette soirée vous permettra également de rencontrer virtuellement tant les membres et le personnel que les administrateurs.

Contactez-nous pour recevoir l'ordre du jour de cette réunion ainsi que le projet de procès-verbal de l'assemblée générale annuelle du 26 novembre 2020.

Inscription **obligatoire** par courriel à equipe@croixblanche.ca ou par téléphone au (418) 683-3677. Ayez en main une adresse courriel pour que nous puissions vous envoyer les informations pour vous joindre à la réunion Zoom. Si vous n'avez pas accès à internet, il y a une possibilité de vous regrouper en petits groupes restreints à des lieux à déterminer.

Nous comptons sur votre présence et vous prions d'agréer, Madame, Monsieur, nos salutations distinguées.



Monique Maltais
Présidente



Au revoir Jacqueline

C'est avec tristesse que nous avons appris le décès de Madame Jacqueline D. Mercier. Elle nous a malheureusement quitté au mois d'avril dernier à l'âge de 81 ans.



Madame Mercier fréquentait la Croix Blanche depuis 1993. Elle était un exemple de courage et de résilience, car en raison de problèmes de santé, elle se déplaçait en fauteuil roulant électrique. Donc, depuis de nombreuses années, nous la voyions seulement au party du mois au Centre communautaire Lucien-Borne. Ceux et celles qui prenaient le temps de discuter avec Jacqueline ont, sans aucun doute, remarqué sa bonne humeur, son positivisme et sa gentillesse.

De la part de toute l'équipe du Centre Social de la Croix Blanche et de tous ceux qui l'ont connu. Nous souhaitons offrir nos condoléances à sa famille, ses nombreux amis et, en particulier, à son amie Madame Annette Morissette.

Nous gardons que des bons souvenirs. Jacqueline nous vous saluons et nous vous souhaitons un bon voyage.

On se tricote un été!

Le beau temps est à nos portes: il n'est surtout pas le temps de baisser les bras. Tous nos efforts collectifs ont pour but de s'offrir un bel été avec de la chaleur, mais surtout de la chaleur humaine!

À la Croix Blanche, nous croyons que le mois de mai est le parfait mois pour se préparer à passer un bel été! Il est temps de faire le ménage du printemps, de dépoussiérer les chaises extérieures, de sortir le panier à pique-nique, etc.

Malgré les moments plus difficiles, rappelons-nous que nous travaillons tous à se tricoter un été qui sera remarquable!

Moisson Québec - Cueillette



Dès le mois de juin, Moisson Québec sera de retour en cueillette à la Croix Blanche. Vous devez prendre rendez-vous auprès de Sabrina et vous devez amener vos propres sacs.

N'oubliez pas de ramener les sacs de la Croix Blanche distribués au cours des derniers mois !

Rencontre du conseil des membres



Pour participer à la première rencontre du Conseil des membres, la date n'étant pas fixée, vous pouvez tout de même appeler pour vous inscrire. Ainsi, lorsque la date sera établie, vous serez les premiers contactés.

N'oubliez pas de nous transmettre votre candidature si vous voulez être un (une) porte-parole pour les membres.

Début des activités d'été sur inscription



L'horaire des activités estivales est bien chargé donc il est très important de vous inscrire pour chacune des activités à laquelle vous voulez participer.

Assemblée générale annuelle



Tous les détails concernant l'AGA sont disponibles à la page 2.

Vous pouvez vous inscrire par téléphone pour l'AGA qui est le 17 juin.

Party hot dog

Pour célébrer la St-Jean-Baptiste, nous vous convions au traditionnel party hot dog revisité. Les inscriptions sont obligatoires! Vous pourrez vous inscrire dès le 24 mai! Prévoyez vos transports: il est important d'arriver et de repartir exactement à l'heure prévue pour que tout le monde puisse participer à l'activité.

Après votre activité, vous devrez **rapidement** quitter la Croix Blanche. Aucune exception de sera tolérée.

Mesures d'hygiène

Malgré l'avancement de la vaccination, il est important de continuer tous nos efforts sur les mesures sanitaires (distanciation, masque, etc.).

Si vous avez des symptômes de la COVID-19, vous devez rester à la maison. Appelez-nous si vous devez annuler votre activité!

Cartes de cinéma

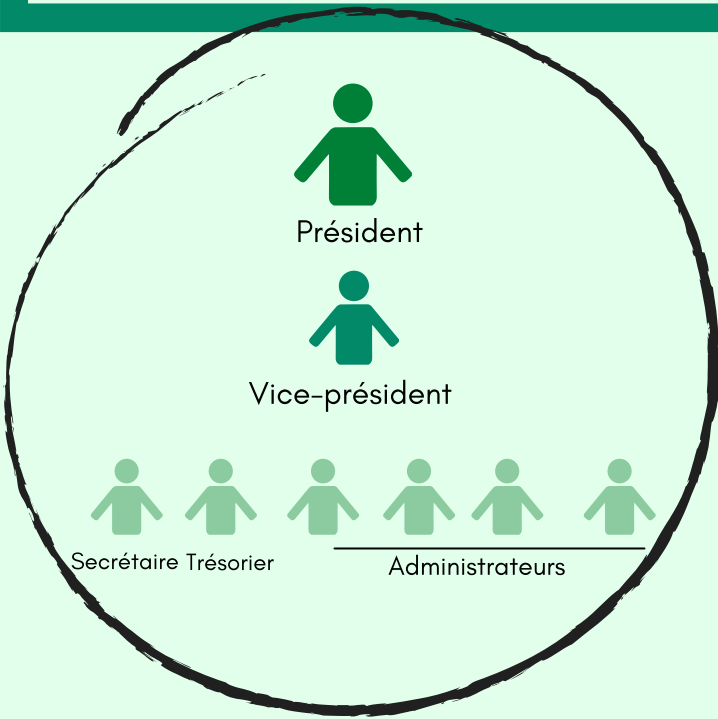
Avec la réouverture des cinémas, les cartes de cinéma de la Croix Blanche sont de nouveau disponibles pour vous! Téléphonez à Sabrina pour réserver votre carte au coût de 3\$.

C'est le grand retour du JARDINAGE!

Dès le 6 mai de 14h à 16h, tu pourras recommencer à profiter des ateliers de jardinage à la Croix Blanche. Pour t'inscrire, appelle Véronique au Centre !

418-683-3677

Avant: le comité des membres



Conseil d'administration

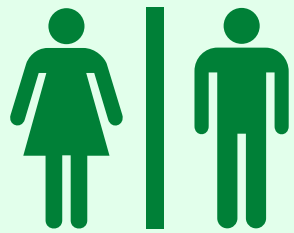
Rencontres en comité fermé



Argent du comité

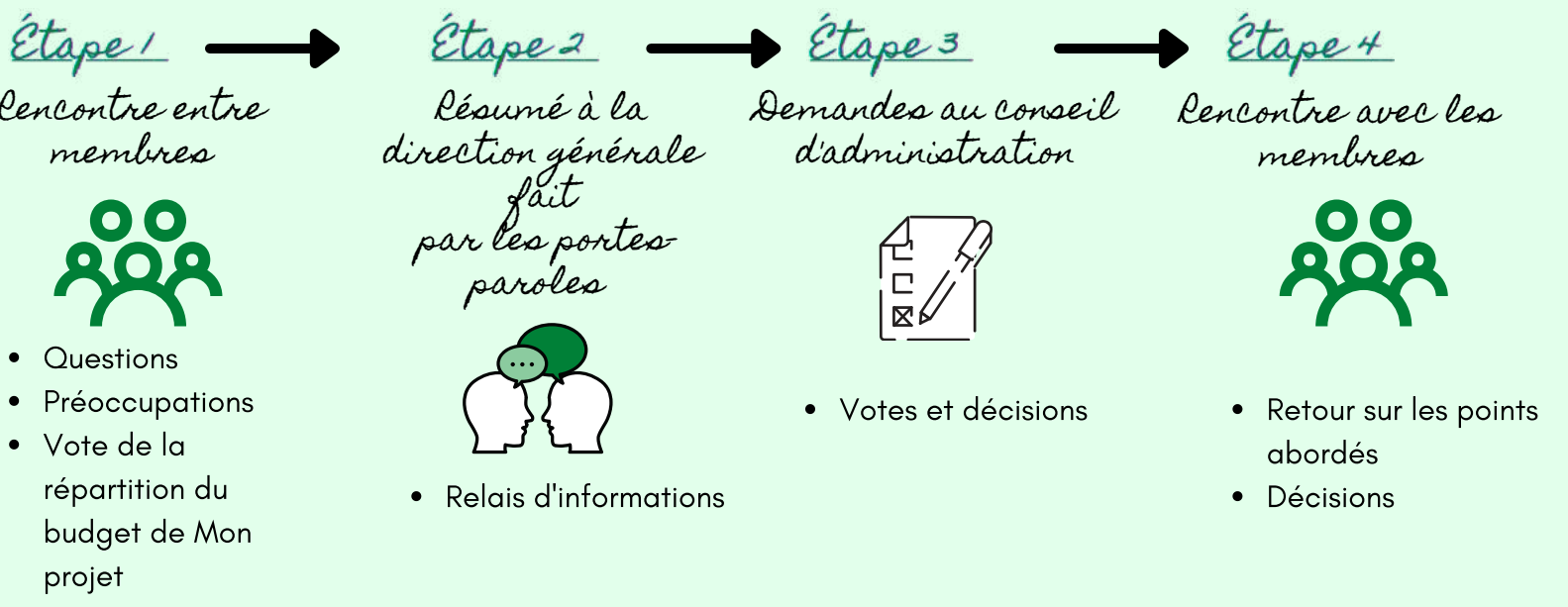
2500\$ → poulet St-Hubert à Noël

Maintenant: le conseil des membres



Portes-paroles

- Un ou une porte-parole, ça te représente!
- Il ou elle est là pour t'écouter et te consulter.
- Il ou elle parlera de tes questions aux personnes qui pourront t'aider



- C'est un processus démocratique! Ce sont les membres, ensemble, qui décident ce qu'ils veulent demander.
- Tu n'as pas été en mesure de participer au dernier conseil? Aucun problème! L'information sera accessible en tout temps au secrétariat.



Invitation à la première rencontre du conseil des membres

9

Date à venir

1. Pourquoi ton implication est-elle nécessaire au bon fonctionnement du Centre?

- Nous devons savoir si nos services te conviennent
- Tes préoccupations nous intéressent
- Tu auras un droit de vote afin de sélectionner les activités financées dans l'année à venir (exemple : les voyages, les sorties et les divers ateliers)
- Échanger entre membres de la Croix Blanche est à la base d'un organisme sain et fort!

2. Principes généraux du nouveau conseil des membres :

- Il est ouvert à tous, sous forme d'un conseil de quartier
- Si tu as un enjeu dont tu veux parler avec le conseil, tu n'as qu'à t'inscrire à la prochaine rencontre
- Pour l'instant le nombre d'inscriptions est limité à 10 membres
- Les portes-paroles des membres, Stéphanie et Bernard, seront présents pour prendre en note vos préoccupations et en discuter avec le C.A.



CONCOURS : QUEL SERA MON NOM?

10



Nous faisons appel à vos idées créatives afin de trouver un nom pour l'œuvre cubique du projet Histo'ART

Un cadeau sera offert aux 3 premiers choix, **vous ne voulez pas manquer cette chance!** Voici quelques points pour vous aider dans vos idées :

- *Image de notre communauté et de ses valeurs*
- *Création de liens sociaux par l'art*
- *Vision du vivre ensemble*

Ne tardez pas à nous envoyer vos idées à cette adresse courriel : **monique.maltais@cpcq.ca** ou par téléphone au **418 527-8097**

Juin 2021



lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
31	1 12h30 à 16h30 : Activité plein air - baignade 14h00 à 16h00 : Tennis 14h00 à 16h00 : Atelier de peinture sur roche	2 10h00 à 16h00 : Activité plein air - Marche 14h00 à 16h00 : Pétanque 17h00 à 19h00 : Picnic 18h00 à 20h00 : Mon projet (Brico-printemps)	3 14h00 à 16h00 : Atelier de jardinage 13h30 à 15h30 : Rendez-vous près de chez vous ! 18h30 à 20h00 : Écoute musicale 18h30 à 20h00 : Sortie culturelle -	4 14h00 à 16h00 : Jeux 14h00 à 16h00 : Pétanque	5 11h30 à 14h00 : Activité 18-40 ans - Pic nic loup garou	6
7	8 12h30 à 16h30 : Activité plein air - baignade 14h00 à 16h00 : Tennis 14h00 à 16h00 : Atelier de peinture 18h30 à 20h00 : Jasette 18h30 à 20h00 : Marche	9 10h00 à 16h00 : Activité plein air - Marche 14h00 à 16h00 : Pétanque 17h00 à 19h00 : Picnic 18h00 à 20h00 : Mon projet (Brico-printemps)	10 14h00 à 16h00 : Atelier de jardinage 13h30 à 15h30 : Rendez-vous près de chez vous ! 18h30 à 20h00 : Écoute musicale 18h30 à 20h00 : Sortie culturelle - Traverse Québec- Lévis	11 14h00 à 16h00 : Jeux 14h00 à 16h00 : Pétanque	12 11h30 : Comité 50e	13 15h00 à 17h00 : Donjon dragon
Nous sommes en formation pour la journée ! À demain :)						

Juin 2021



lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
14 11h30 à 13h00 : Picnic 13h30 à 15h00 : Marche	15 12h30 à 16h30 : Activité plein air - baignade 14h00 à 16h00 : Tennis 14h00 à 16h00 : Atelier de peinture	16 10h00 à 16h00 : Activité plein air - Marche 14h00 à 16h00 : Pétaouque 17h00 à 19h00 : Picnic 18h00 à 20h00 : Mon projet (Brico-printemps)	17 18h30 à 20h00 : AGA	18 Préparation Moisson Québec	19	20 18h30 à 20h00 : Activité 18-40 ans - écoute musicale
21 MOISSON QUÉBEC Sortie du cahier passe-temps !	22 MOISSON QUÉBEC	23 MOISSON QUÉBEC	24 11h00 à 18h00 : Party hot dog	25 Bonnes vacances Jacques	26	27 15h00 à 17h00 : Donjon dragon
28 11h30 à 13h00 : Picnic 13h30 à 15h00 : Marche	29 12h30 à 16h30 : Activité plein air - baignade 14h00 à 16h00 : Tennis 14h00 à 16h00 : Atelier de peinture 18h30 à 20h00 : Josette 18h30 à 20h00 : Marche	30 10h00 à 16h00 : Activité plein air - Marche 14h00 à 16h00 : Pétaouque 17h00 à 19h00 : Picnic 18h00 à 20h00 : Mon projet (Brico-printemps)	1 11h30 à 13h00 : Picnic fête du Canada 18h30 à 20h00 : Soirée jeux sur le Canada	2	3	4



DESCRIPTION DES ACTIVITÉS 13

INSCRIPTION OBLIGATOIRE



Partez à la découverte des rues de la ville. Des souliers confortables sont recommandés pour éviter les ampoules!



Venez manger en bonne compagnie dans les beaux parcs de la ville! N'oubliez pas votre lunch et votre sourire :)



Party hot dog



Manger vos hot dog en groupe de 6 personnes! Des accompagnements, des tirages et des jeux seront prévus pour vous. Gratuit pour tous!

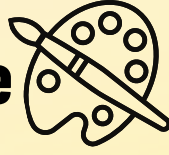


Venez pratiquer ou découvrir le tennis. Si vous n'avez pas de matériel, la Croix Blanche en aura pour vous.



Après-midi dédiée aux activités aquatiques. N'oubliez pas votre crème solaire et votre maillot de bain!

Atelier de peinture sur roche

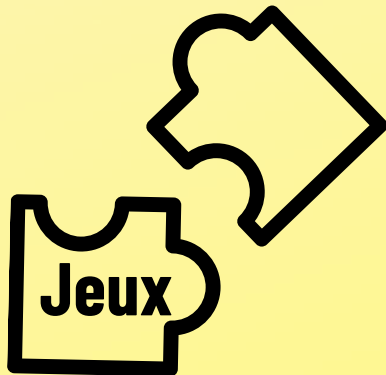


Marc vous invite à venir peindre différents motifs sur des roches! Matériel fourni.

Jasette



Placoter avec un café sur le terrain de la Croix Blanche sera le programme de cette activité!

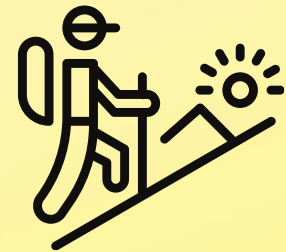


Plusieurs jeux extérieurs ou intérieurs pour venir tester ses habiletés physiques et intellectuelles.



Pétanque

Parties de pétanque sur le terrain de la Croix Blanche !



Activité plein air- marche

Randonnées pédestres aux quatre coins du Québec! Gratuit, mais prévoir un lunch, des collations et de l'eau!

**INSCRIPTION
OBLIGATOIRE !**

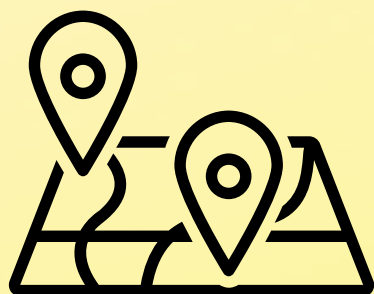
SUITE...

INSCRIPTION OBLIGATOIRE



Jardinage

Viens vivre des ateliers enrichissants, faire des sorties dans des jardins ou encore mettre la main à la pâte pour cultiver des légumes et entretenir les fleurs sur le terrain.



Rendez-vous près de chez vous !

Vos animateurs partent à votre rencontre dans les parcs près de chez vous! Plus de détails à la page 19.



Écoute musicale

Les plus grands classiques musicaux et les découvertes de la semaine sont au programme de l'écoute musicale !



Balle molle

Venez jouer avec les autres membres de la Croix Blanche à ce sport! Débutants ou frappeurs internationaux, vous pouvez tous venir !!

SORTIES CULTURELLES

Date: 3 juin 2021

Marche dans le petit Champlain

Rencontre: Devant l'église Notre-Dame-des-Victoires

Prix: le prix d'un cornet de crème glacée
(si vous voulez)

Date: 10 juin 2021

Traverse Québec-Lévis (aller-retour)

Rencontre à déterminer

Prix: 7.50\$ (prix du billet de traversier)

+ Gratuit avec Passe de bus RTC

+ 6.30\$ pour 65 et plus



18-40 ANS ET PLUS

La priorité est au 18-40 ans, mais les 40 ans et plus peuvent s'inscrire sur la liste d'attente.

5 JUIN 2021

PIQUE NIQUE en jouant au loup-garou.

Ne pas oublier votre lunch!

Lieu et heure à déterminer

20 JUIN 2021

Feu de la St-Jean-Baptiste et écoute musicale des classiques de la musique québécoise!

RENDEZ-VOUS PRÈS DE CHEZ VOUS

Qu'est-ce que c'est l'escouade?

C'est Cynthia et Jacques qui se déplacent près de **chez** vous! Ils vous donneront rendez-vous dans les parcs de différents quartiers de la ville de Québec.

Quand l'escouade sera-t-elle près de chez moi?

Le 3 juin au parc Durocher (290 rue de carillon dans St-Sauveur).

Le 10 juin au Parc linéaire de la rivière St-Charles (l'anse-à-cartier) anciennement au Parc Cartier-Brébeuf (175 Rue de l'Espinay dans le quartier Limoilou).

Que se passera-t-il durant ces après-midi?

Il y aura des discussions, des jeux et des collations. Vous pourrez discuter avec d'autres membres ainsi qu'avec les animateurs!

QUAND RENCONTRER LES NOUVEAUX EMPLOYÉS?

VÉRONIQUE

**Jardinage, mardi plein air,
ateliers de brico printemps,
Mon Projet**



MAXIME

**Sports, Histo'Art, marches,
sorties culturelles, ateliers
de brico printemps**



ANNE-MARIE

Ateliers techno

**Je suis étudiante en communication! Sportive dans
l'âme, je pratique la boxe depuis 2 ans et je suis une
passionnée de la musique. J'ai hâte de faire votre
connaissance cet été!**



Voici deux bricolages tout simples à réaliser, mais bien pensés pour récupérer des vieux bas. On a presque envie d'acheter des bas exprès!

CACHE-POT

Pour égayer un petit coin de votre chez-vous. Il faut bien sûr choisir de grands bas colorés.



- Utilisez de la colle chaude sous le pot et à l'intérieur du rebord supérieur pour maintenir le bas en place.
- Remplissez de terre ou de pierres, et plantez dans ce pot coloré ce que vous désirez.



Singe en peluche

Par contre, il faut savoir coudre.
Mais ils sont si mignons qu'on a envie de se mettre à la couture.



Bon bricolage !



Se tricoter un bon souper!

22



BRUSCHETTAS

Pour environ 24 croûtons à partager

INGRÉDIENTS

½ pain baguette, coupé en 24 fines tranches

45 ml (3 c. à soupe) d'huile d'olive

3 tomates

1 échalote française, hachée finement (ou ¼ d'oignon)

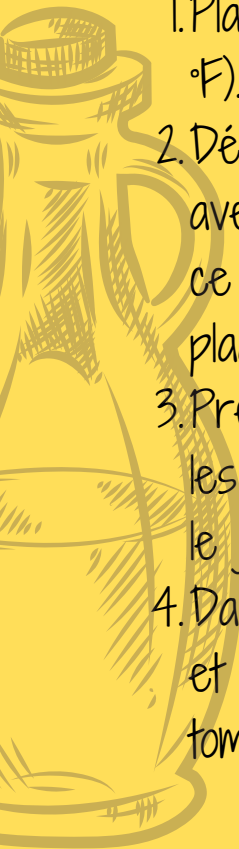
20 g (½ tasse) de basilic ciselé

10 ml (2 c. à thé) de vinaigre balsamique

1 gousse d'ail, hachée finement

PRÉPARATION

1. Placer la grille au centre du four. Préchauffe le four à 180 °C (350 °F).
2. Déposer les tranches de pain sur une plaque de cuisson. Badigeonner avec 30 ml (2 c. à soupe) d'huile. Cuire au four 10 minutes ou jusqu'à ce que les croûtons soient légèrement grillés. Laisser refroidir sur la plaque.
3. Préparer les tomates. Voici la technique pour les épépiner (= enlever les pépins!). Couper les tomates en quatre. Avec les pouces, retirer le jus et les graines des tomates puis couper la chair en petits dés.
4. Dans un bol, mélanger les tomates, l'échalote, le basilic, le vinaigre, l'ail et le reste de l'huile. Saler et poivrer. Répartir la garniture aux tomates sur les croûtons.



INGRÉDIENTS

- 1 gros oignon, coupé en 10 quartiers
- 1 poivron rouge, coupé en cubes
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive
- 675 g (1 1/2 lb) de poitrines de poulet désossées et sans la peau, coupées en cubes
- 2 gousses d'ail, hachées finement
- 10 ml (2 c. à thé) de poudre de chili
- 10 ml (2 c. à thé) de poudre de cari
- 2,5 ml (1/2 c. à thé) de curcuma moulu
- 1 boîte de 398 ml (14 oz) de lait de coco
- 15 ml (1 c. à soupe) de miel
- Sel et poivre



PRÉPARATION

1. Dans une grande poêle, dorer l'oignon et le poivron dans l'huile à feu vif jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Ajouter le poulet, l'ail et les épices. Faire dorer environ 2 minutes. Saler et poivrer.
2. Ajouter le lait de coco et le miel. Porter à ébullition et laisser mijoter doucement environ 8 minutes ou jusqu'à ce que le poulet soit cuit. Rectifier l'assaisonnement.
3. Servir sur un riz basmati.



L'été qui arrive est synonyme de jardinage. Il n'est pas trop tard pour semer certaines graines à l'extérieur pour avoir un potager, voici la liste de légumes que l'on peut encore planter, selon le calendrier des semis de l'organisme de Craque Bitume. Vous pouvez toujours acheter les graines au Dollarama ou dans les quincailleries.

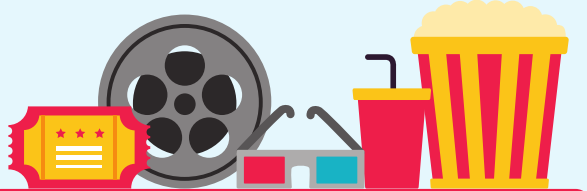
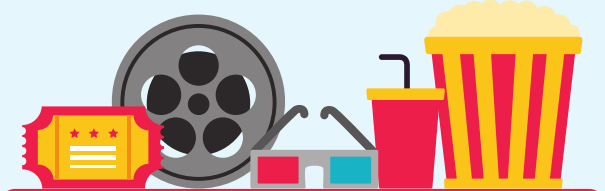
Tournesol	Composée	1 juin	10 août - 15 oct.
Concombre	Cucurbitacée	1 juin	31 juil. - 15 sept.
Courgette/Zucchini	Cucurbitacée	1 juin	31 juil. - 1 oct.
Courge	Cucurbitacée	1 juin	30 août - 1 oct.
Aneth	Ombellifère	1 juin	31 juil. - 1 oct.
Bourrache	Boraginacée	1 juin	31 juil. - 1 oct.
Menthe	Labiée	1 juin	31 juil. - 1 oct.
Haricots secs	Légumineuse	1 juin	9 sept. - 15 oct.
Haricot	Légumineuse	1 juin	21 juil. - 1 sept.
Panais	Ombellifère	1 juin	10 août - 1 nov.
Pois sec	Légumineuse	1 juin	9 sept. - 15 oct.
Persil	Ombellifère	1 juin	31 juil. - 15 oct.

Selon le livre « Les quatre saisons de votre potager » de Mélanie Grégoire, on peut semer également des carottes. Elle mentionne que la première pleine lune de juin (qui parfois a lieu à la fin mai) est souvent gage de gel au sol. Elle nous conseille d'attendre après celle-ci pour sortir nos plants de de poivron, tomate et basilic. Puisque les laitues, les épinards, le radis poussent très rapidement vous pouvez encore en semer.

BON JARDINAGE!



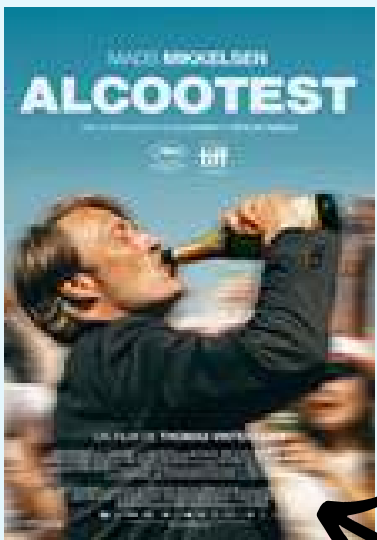
Le dimanche 25 avril dernier a eu lieu la 93^e cérémonie des oscars. La cérémonie fut assez différente des dernières années à cause de la distanciation sociale, covid oblige. Puisqu'il est important de faire ce qu'on aime pendant le confinement et que le cinéma est un art apprécié de plusieurs, je vous propose 4 films qui selon moi se sont démarqués cette année. Bien que les cinémas soient fermés pour le moment dans notre région, je vous conseille de consulter le site <https://ouvoir.ca/> pour savoir sur quelles plateformes ces films sont disponibles. N'oubliez pas que vous pouvez également avoir des billets pour le clap en ligne au coût de 3\$, en téléphonant à la Croix Blanche.



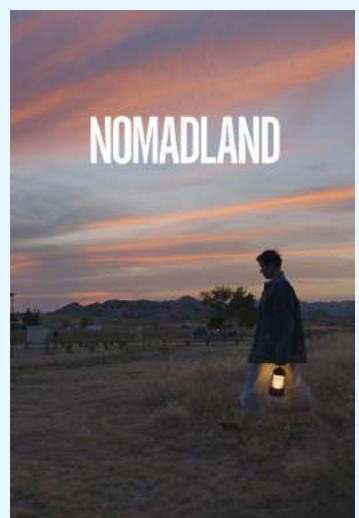
CINÉMA

CINÉMA

CINÉMA



Alcootest : Comédie dramatique
Quatre enseignants font le pari de s'enivrer légèrement chaque jour, afin de tester une théorie selon laquelle l'humain serait né avec un faible déficit d'alcool dans le sang.



Nomadland : Drame.

Au chômage depuis la fermeture de sa ville minière, une veuve adopte un mode de vie nomade, en parcourant le pays à bord de sa camionnette. Récit humaniste et chaleureux tiré du livre de Jessica Bruder.



Le père : Drame psychologique

Atteint de la maladie d'Alzheimer, un octogénaire fier et arrogant, qui vit chez sa fille, perd peu à peu contact avec la réalité.



Âme : Film d'animation .

Après avoir évité l'au-delà, l'âme d'un pianiste de jazz retourne sur terre, en compagnie d'une âme neuve qui rejette l'expérience humaine.



L'HISTOIRE MYSTÉRIEUSE DU TRICOT

L'origine du tricot demeure assez obscure. Il est difficile de dresser avec certitude un historique de la technique du tricot, car il y a très peu d'écrits sur le sujet. De plus, nous ne retrouvons que de rares fragments antiques dans les musées qui ont résisté à l'épreuve du temps. Les historiens ne s'interrogent pas sur ce que nous pouvons appeler tricot, mais s'accordent pour dire que le tricot est une pratique millénaire.

Les pièces les plus anciennes retrouvées semblent dater du 3ème ou 4ème siècle. On a retrouvé également des aiguilles à tricot en os ou en bronze dans des tombes de la même époque et même antérieure.



Chaussettes tricotées / Egypte 3-4ème siècle.

La technique du tricot fut répandue dans le monde arabe au plus tard dans le courant du 10ème siècle. Le tricot a été ensuite introduit en Europe. La présence du tricot en France et en Europe médiévale n'est pas contestable.

À partir du 15e siècle, les témoignages deviennent plus importants avec notamment l'ordonnance des Bannières de Louis XI qui reconnaissait la corporation des bonnetiers parmi les six corps de métiers de Paris. Le terme « bonneterie » désignait jusqu'à récemment encore toutes les activités de transformation du fil en tricot. Au 16e siècle, l'aiguille est alors en bois. À la fin du 18ème siècle, il semble que la Reine Marie-Antoinette s'adonnait au tricot.

Au 19ème siècle, les gravures dans les journaux de mode présentent nombre de modèles en tricot avec explications de confection. Au début du siècle, le tricot est dans toutes les familles, par nécessité pour les plus modestes ou par distraction dans les familles bourgeoises aisées. Pendant la 1ère guerre mondiale, toutes les femmes tricotent cache-nez, chaussettes, gants ou bonnets pour les soldats du front. Vers 1920-1930, l'industrialisation des textiles gagnent peu à peu du terrain sur le tricot à la main. De nos jours, il est devenu un véritable hobby et plusieurs s'y sont adonnés lors du confinement.

Voici quelques exemples faits par quelques-unes de nos membres.



Que signifie tricoter?

C'est assez amusant car « tricoter » au XVe siècle voulait dire battre quelqu'un à coup de bâton, celui-ci appelé « triquot » ou trique. C'est à la fin du siècle suivant, que le mot « tricoter » apparaît dans la littérature avec deux sens : celui de gigoter les jambes et celui de réaliser des mailles avec des aiguilles. Aujourd'hui tricoter fait référence à la confection d'une étoffe.



Ouverture du jardin des artistes
31 MAI
ENTRE 13H30 ET 16H30

Les œuvres produites dans le cadre du projet **Une passerelle pour ressentir** seront à la Croix Blanche pour tout l'été dans le **jardin des artistes.**

Viens nous rejoindre pour l'ouverture le 31 mai, entre 13h30 et 16h30. Toute l'équipe sera là pour t'accueillir.

Inscris-toi en nous téléphonant!
Amis, famille et citoyens sont les bienvenus.

JOURNAL DES MEMBRES **30**

DES TEXTES RÉDIGÉS EXCLUSIVEMENT PAR LES
MEMBRES DE LA CROIX BLANCHE



J'aspirais à demeurer debout malgré tout
 En dépit de cette folie qui nous coffre
 Pris dans les filets d'un ennemi lilliputien
 Comme un dictateur qui resserre toujours la vis
 Jusqu'à ce qu'elle soit bien enfoncée dans la planche
 Presque plus de place pour vivre
 Et l'obligation de s'enfiler dans le chas d'une seule aiguille

Alors, jour après jour, j'ai rapetissé lentement, lourdement
 Mon corps s'est courbé vertèbre après vertèbre
 Il a perdu son pari de garder la tête haute et de se tenir debout
 Devant cet inconnu destructeur

Même ma tête a cramé à force d'entendre cette musique cauchemardesque
 Qui joue toujours le même refrain `` non stop ``
 Des dirigeants qui patinent à qui mieux mieux
 Impuissants devant ce minus qui se paye notre tête

Comme compagnie, presque notre seule personne
 Le bal masqué est imposé mais non pour le plaisir
 Sois belle et tais toi, le choix on ne l'a pas
 Il faut protéger nos arrières, on est en guerre
 Escortés par nos bouquins, nos crayons, notre tablette, le cellulaire, la télé
 C'est de loin nos seuls compagnons
 Tout pour socialiser non?
 Nous aliéner et nous empêcher de satisfaire notre instinct grégaire
 L'équilibre en déséquilibre

Tu ne m'auras pas sale petite bestiole
 L'hiver est fini, il s'évapore dans le printemps qui arrive
 La chaleur pointe timidement le bout du nez
 Elle nous rebaptise avec le parfum des premières fleurs de la saison des amours
 C'est maintenant les oies qui blanchissent le ciel
 La neige a rompu les rangs et nous fiche la paix
 Emportant ses réclusions et ses prisons
 Je m'enivre des sérénades des oiseaux qui courtisent les élues
 C'est la délivrance du bagnard
 Bien sur, l'invisible guette encore son appât
 Mais à l'heure avancée, on a l'impression d'avoir une foulée d'avance

Je me redresse coûte que coûte
La vie refait surface, je vais plonger tête première
C'est dehors que je vais siffler un air de revenez-y
Sous la pluie, je me baignerai
Je jouerai à la marelle
Redevenir une enfant
Lancer un ballon direct dans le panier
M'étendre sous le soleil en oubliant les mélanomes
Marcher et courir en rêvant
Sacrifier des marshmallows dans un feu de joie
Profiter de toute la lumière du solstice d'été
Qui sera bucolique jusqu'au bout
Vivre au jour le jour, être heureux à la bonne franquette
Parfois étendre le tapis rouge
Inspirer les perséides et faire des vœux à n'en plus finir

Je vais savourer ta présence dehors, à l'air pur et frais
Te dévorer des yeux, yeux dans les yeux
M'étouffer de rires et aspirer mon masque

Quand le fantôme de l'hiver et son parasite oseront me hanter
Vite, je croiserai l'aiguille à l'envers
Pour revenir aussitôt à l'endroit
Une maille à l'envers, une maille à l'endroit
Celles à l'envers sont presque toutes tissées et derrière moi
Je m'enlign pour l'autre côté
Il faut regarder la vérité en face
Si nous ne voulons plus d'un semblant d'existence
Il faut s'adapter et accepter la réalité

Je lève un ballon de rouge à 2 mètres de toi
Tchin-tchin le bras lever bien haut : au renouveau
On boit l'élixir des Dieux, rien de moins
C'est comme ça que je veux le tricot de mon été

**Voici Louise T. qui vous tricote des
choix musicaux inspirés des CD de
la Croix Blanche**

1- Thème TV:« La Cité d'or»

2- Thème TV:« Le Petit Castor»

**3- Damien Roy: «Le seigneur est dans le
moteur »**

4- Claude Ryan: «Le Rigodon du Dindon»

5- Georges Hamel: « Danse avec moi»

6- Gerry Ko: «Mariés de mai»

7- Michèle Torr:«Une vague bleu»

**8- Patrick Zabé:«Je bois de l'eau dans mon lit
d'eau»**

9- Patrick Zabé: «Les lunettes»

10- Raffaella Carra: «53 53 456»

11- Sweet People: «Chanson d'amour»

L'imaginaire d'Alain B.

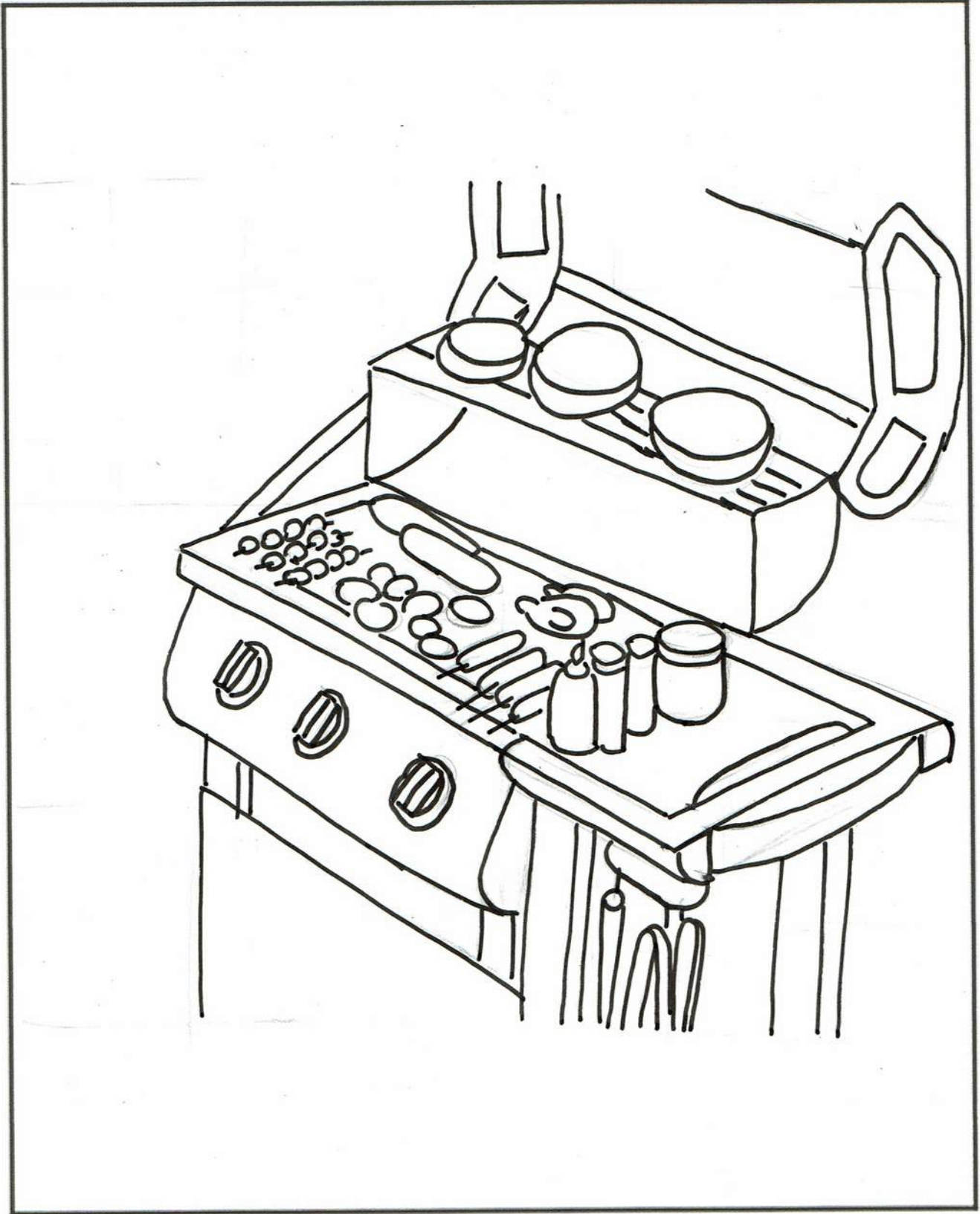




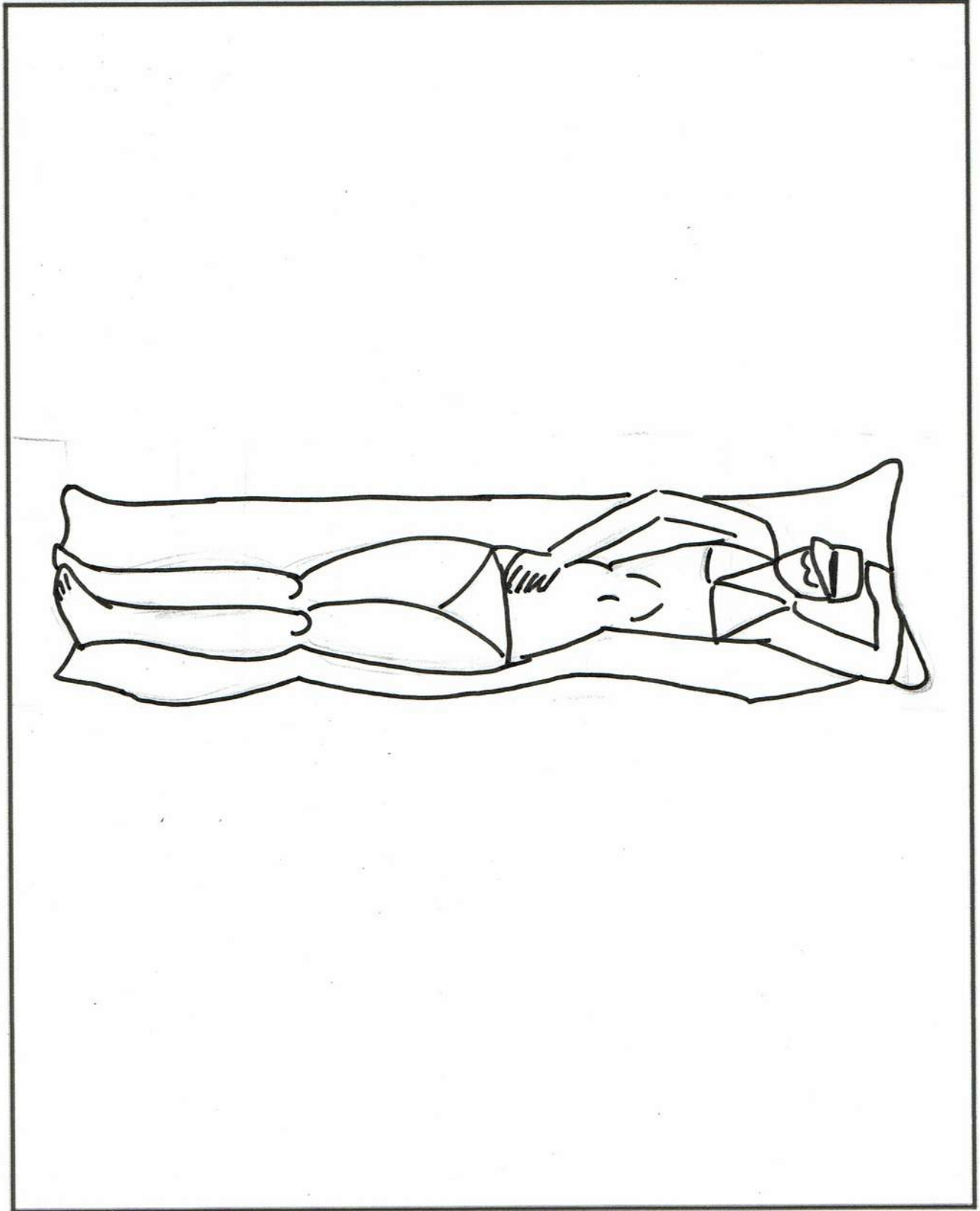
À vos crayons !



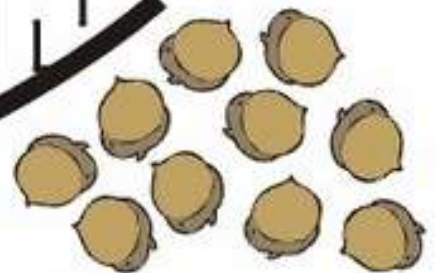
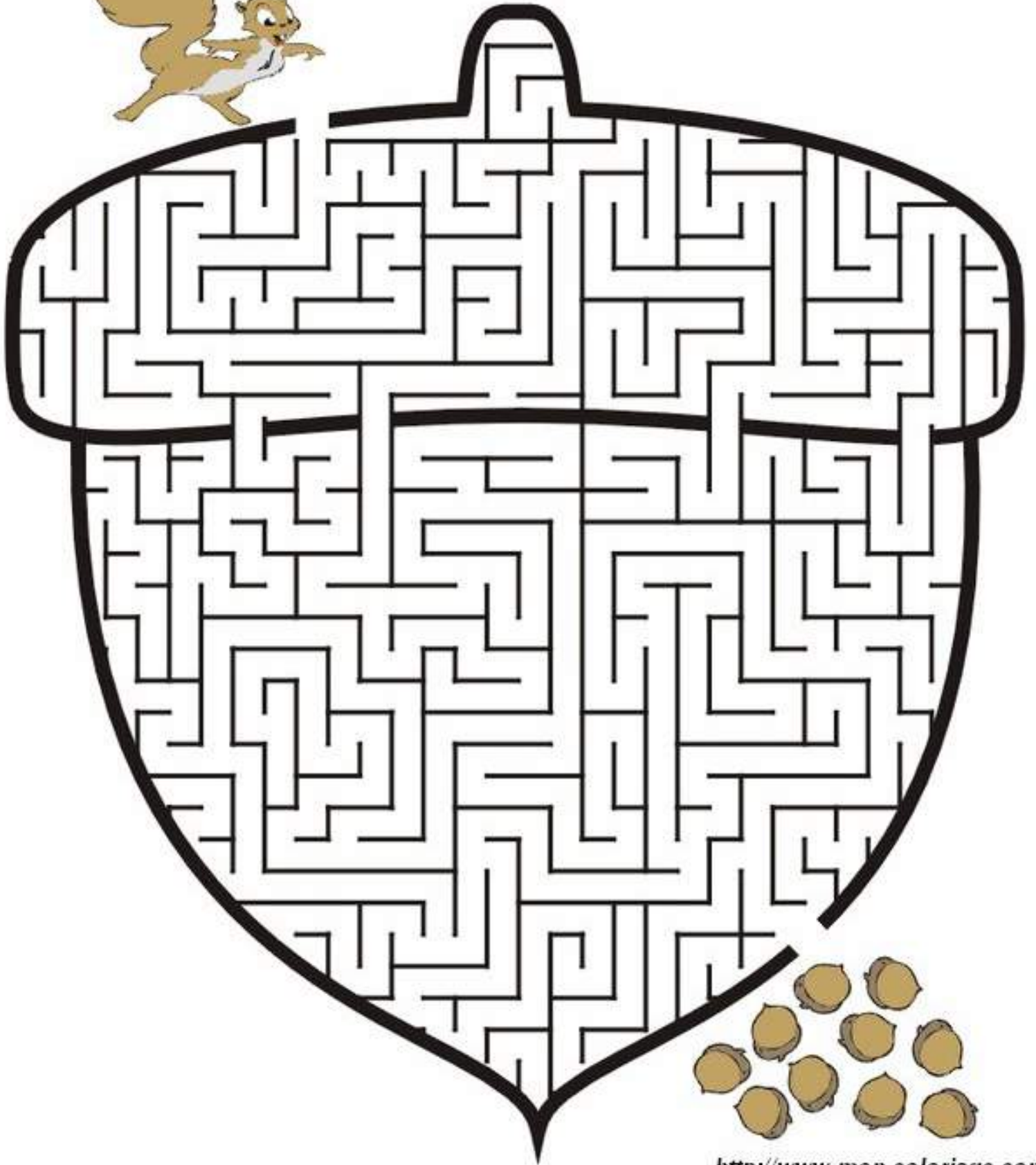


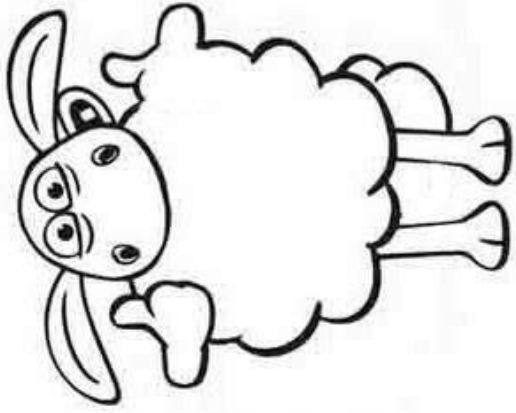
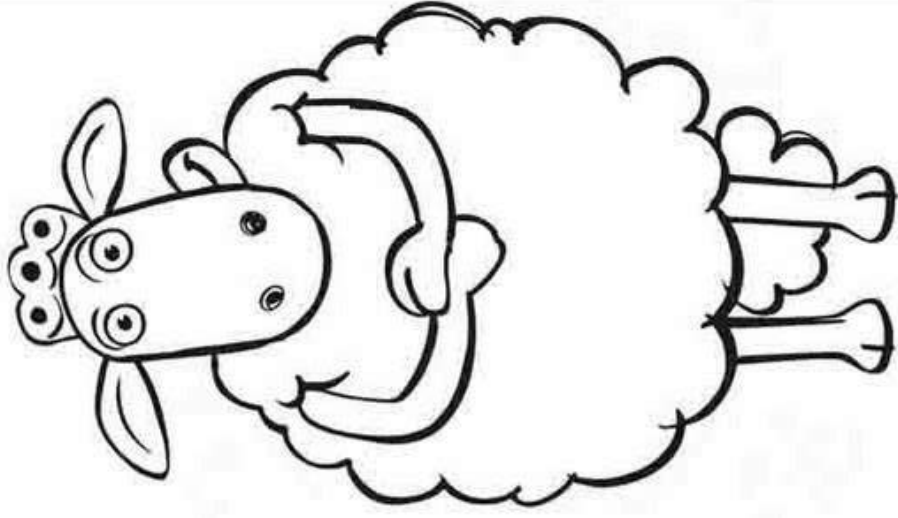
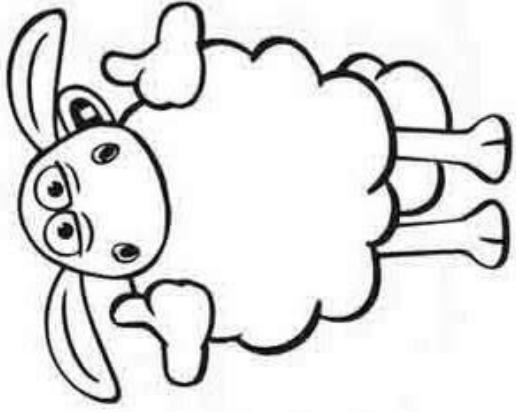
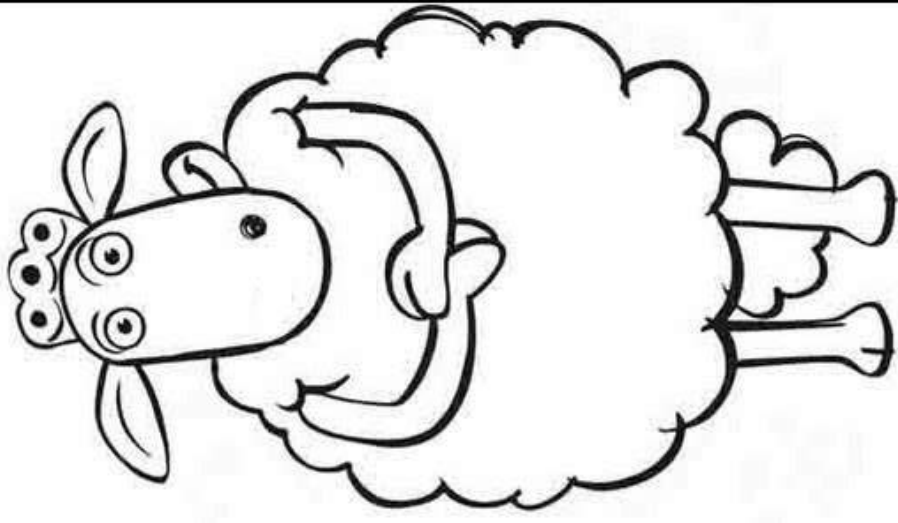












Centre social de la Croix Blanche

Heures d'ouverture (bureau): 9h30 à 17h00
(418) 683-3677

Centre de crise de Qc (418) 688-4240

Ligne téléphonique d'écoute

Hébergement Ouvert 24/7

Centre de prévention du suicide de Québec

Ligne d'écoute téléphonique Ouvert 24/7
1 866 277-3553

Café rencontre du Centre-Ville

Dépannage
alimentaire
(déjeuner et dîner)

796 rue
St-Joseph-Ouest

Lauberivière 401 rue St-Paul

Hébergement d'urgence
(premier arrivé, premier servi)

Accès-Loisir

Activités de loisir à
faible coût

418 657-4821

Voir leur site
Internet pour
plus d'infos!

Projet LUNE

Hébergement d'urgence pour femmes
65 Notre-Dame-des-Anges

COVID-19 1 877 644-4545

En cas de questionnement
concernant la COVID-19

Votre équipe



Nathalie



Marc



Jeanne



Sabrina



Véronique



Maxime



Cuylain



Cynthia



Jacques



Marianne



Anne-Marie