



---

---

## JOURNAL DES PARTICIPANTÉS

### NUMÉRO 8 – ÉDITION DE MARS 2011

---

---

#### AU SOMMAIRE :

<b>L'injustice du loyer</b>	<b>p.1</b>
<b>La politique au Québec</b>	<b>p.2</b>
<b>Le petit poisson noir</b>	<b>p.2</b>
<b>Hommage à Léonie Couture</b>	<b>p.3</b>
<b>Un petit garçon devenu grand</b>	<b>p.3</b>
<b>Souvenir de Noël</b>	<b>p.4</b>
<b>Yves rêve de la campagne</b>	<b>p.5</b>
<b>Mon pays le Laos</b>	<b>p.5</b>
<b>Recettes des travailleuses de Resto Plateau</b>	<b>p.6-7-8</b>
<b>Nouveau Blog</b>	<b>p.8</b>

---

---

### L'INJUSTICE DU LOYER

C'était en 1994, j'ai visité l'appartement. J'ai conclu avec le propriétaire pour ramener un dépôt. Quand je suis arrivée, le propriétaire m'a dit : « Désolé, je vais passer l'appartement à mon beau-frère. » Moi, ça me fait mal, je pleure beaucoup. J'ai contacté l'éducatrice de la garderie de mes enfants, c'est une Italienne. J'ai expliqué la situation, là, elle m'a demandé le numéro de téléphone du propriétaire. J'ai donné le numéro. Elle appelle. Le propriétaire, pense que l'éducatrice est une avocate. Après, il dit qu'on va pas ramener ça au tribunal, il dit de lui amener son dépôt. Quand j'ai amené l'argent au propriétaire, il m'a demandé des excuses parce qu'il ne veut pas passer l'appartement à un Noir. Donc c'est pour ça qu'il agit de cette façon avec moi.

Les gens qui sont sur le bien-être social ont la difficulté de trouver un appartement. Parce que le propriétaire a refusé de louer l'appartement à une personne sur le bien-être social. C'est arrivé à une amie. Le propriétaire prend toutes ses coordonnées à la personne, après vérification, il appelle et dit : « Désolé je peux pas passer l'appartement avec toi, parce que vous êtes sur le bien-être social. » Mon amie demande si c'est une discrimination. Le propriétaire répond : « Non, c'est parce qu'il y a des gens qui sont sur le bien être social, et deux mois passent sans qu'ils soient capables de payer le loyer comme il faut. » Est-ce que c'est pas possible de demander que le bien-être social donne plus d'argent aux gens?



*L'auteure préfère conserver l'anonymat*

---

## LA POLITIQUE AU QUÉBEC



J'aimerais avoir une femme comme Première Ministre et ma candidate serait madame Louise Harel. Elle comprendrait bien les problèmes d'une autre manière parce qu'elle est une femme qui parle calmement. Elle est à l'écoute des femmes et elle a beaucoup de choses à donner.

C'est une femme qui nous inspire confiance et nous donne la puissance de continuer à changer les choses dans la vie politique et dans la vie normale.

Et nous les femmes citoyennes arriverons à avoir notre place autant que les femmes en politique.

*Par Esther Farrera*

---

## LE PETIT POISSON NOIR

Dans un bel aquarium vit un petit poisson noir très égoïste. Il n'aime pas partager les petites roches de toutes les couleurs de son aquarium avec ses frères et sœurs rouges. Les roches sont de mille couleurs et elles sont si belles qu'elles brillent. Tout le monde veut jouer avec les roches, mais le petit poisson les enterre sous les algues, maisons et coffres de l'aquarium.



Un jour, le petit poisson noir oublie où les pierres sont cachées. Il cherche partout sans succès et commence à pleurer dans son cœur, comme le fait la pluie qui tombe du ciel. Il est tellement triste qu'il fait de grosse bulles et celles-ci déplacent les algues, les maisons et les coffres. Tout le monde trouve les roches et joue avec. Le petit poisson noir est plein de chagrin et en même temps si content parce que tout le monde s'amuse. Finalement, le petit poisson noir a grandi et il est devenu un adulte qui enseigne à ses enfants qu'il ne faut pas être égoïste et que, pour être aimé, on doit partager avec nos proches.

*Par Jesus Salvador*

---

---

## HOMMAGE À LÉONIE COUTURE



Un petit poème  
Tu es ma rose aimée  
dans mon jardin ensoleillé

Léonie a été importante dans ma vie. C'est grâce à ses encouragements que je suis allée jusqu'au bout. Elle ne juge pas, elle a été là au bon moment. Elle savait trouver les bons mots, du genre: "Vas-y, ma grande, t'es capable! Donne-toi du temps."

Léonie a fondé La rue des femmes il y a 16 ans avec peu de sous pour offrir aux femmes un endroit pour les écouter, les aider.

Pour expliquer sa mission, c'est un organisme qui permet chaque année à 400 femmes sans abri de quitter la rue liées à des blessures, l'enfance, les abus et fractures de l'âme. Et jamais le mot "aimer"...

Cette grande humanitaire, elle veut que les femmes soient acceptées telles qu'elles sont et non telles que les autres veulent qu'elles soient.

Léonie, c'est comme un ange descendu du ciel pour aimer. Il faudrait plus de Léonie pour redonner à ces femmes le goût de vivre et le goût de s'aimer.

Merci pour ton travail, mais surtout, pour ta chaleur humaine, ton regard, ta douceur et ton engagement incroyable.

Je t'aime, Léonie.

*Par Nycole Trudeau*

---

---

## UN PETIT GARÇON DEVENU GRAND

Il s'appelle Ton-Ton. Il a 8 ans, il est très mignon, il est grand, il est un peu gros, il a les yeux bleus, il a les cheveux bruns, il est paresseux, mais il travaille bien à l'école. Il ressemble à son père.

Il habite au centre-ville de Vancouver, parce qu'il aime regarder beaucoup de choses et spécialement les choses pour manger, alors sa mère lui a dit: "Attention de devenir un gros enfant!"

Trois ans plus tard, il arrive à l'école secondaire. Il aime faire du sport, du basket-ball et du tennis. Ton-Ton commence à devenir un merveilleux monsieur.

Dix ans passent et Ton-Ton travaille au gouvernement pour le ministère de l'Environnement. Il protège la société et aide les personnes. Chaque semaine, il aide les quartiers qui ont besoin de personnel pour faire des petits jardins où il y a des variétés de légumes : des tomates, des haricots, des pois, des fèves, des fleurs, etc. Les gens admirent Ton-Ton.

*Par Ling Shu Wang*

## SOUVENIR DE NOËL



*Voici quelques unes des grandes cuisinières qui ont préparé notre repas de Noël.*



*Avouez que ça vous donne l'eau à la bouche !!!*



*Voici la grande famille de CLÉ.*



*Certains participants ont profité de la présence du Père Noël pour se faire photographier avec lui.*



---

---

## YVES RÊVE DE LA CAMPAGNE

### Yves, que penses-tu de la ville de Montréal?

La ville est malpropre. Les Cols bleus sont longs à nettoyer et des fois, les piétons tombent. C'est inacceptable. Les gens ne connaissent pas les poubelles. Ils mettent des choses par terre, dans la rue, sur le trottoir, sur le gazon et dans les parcs. Plus, les nids-de-poule quand je me promène en bicyclette. Et dans le métro, c'est des journaux qui traînent et volent au vent, des canettes et de la nourriture. Et pis la fumée des autos, le gaz et tout le bruit.

### Et quels changements devrait-on faire, à ton avis?

Il faut changer, ça presse: plus de poubelles et de bacs de recyclage, sensibiliser les gens avec des affiches assez grosses qu'on mettrait dans les métros, envoyer des cartons par la poste pour expliquer.

Des fois, je rêve de la propreté de la campagne. J'y vais dans mes vacances, si j'ai une occasion. Plus tard, j'aimerais avoir une maison dépassé Mont-Laurier ou à Saint-Sauveur au bord d'un lac...

*Par Yves Bélanger*

---

---

## MON PAYS EST LE LAOS

Il y a beaucoup de montagnes et de forêts tropicales au Laos. Le Laos (République démocratique populaire Lao), le pays sans accès à la mer. C'est en Asie du Sud-Est, entouré par la Birmanie (ou Myanmar) le Cambodge, le Vietnam, la Thaïlande et la République populaire de Chine. Il y a une population de 3 380 000 habitants et une surface de 236 800 km<sup>2</sup>. La langue officielle est le laotien. J'ai habité à Kieng Khouang, province du nord au Laos.



On y trouve la fameuse plaine des jarres. C'est un paysage très beau, un paysage archéologique où sont dispersés des milliers de rochers en forme de pots. Ces jarres de pierres apparaissent en grappes allant d'une seule ou quelques-unes à plusieurs centaines de pots. Elles entourent la plaine centrale et les vallées des hautes terres.

Mon pays, c'est toujours la guerre maintenant. Mon pays est petit et pauvre.

*Par Siu Mu Ly*

---

---

## **RECETTES DES TRAVAILLEUSES DE RESTO PLATEAU**

### **Bouillon de légumes à Mireille**

*Par Marie-Mireille Thermidor*

#### Ingrédients :

3 bananes  
4 malangas  
5 pommes de terre  
1 igname jaune  
1 livre de cubes de bœuf  
2 carottes  
2 poireaux  
1 sachet d'épinards  
1 paquet de cresson



#### Préparation :

On fait suer la viande.  
On met de l'eau.  
Puis on met les légumes dans l'eau.

À TABLE!!! Bon appétit.

### **Riz à la créole**

*Par Marie-Michelle Jean-Charles*

#### Ingrédients :

2 tasses riz  
1 tasse pois verts  
Huile d'olive  
10 ml de sel  
1 tasse de champignons  
2 ml de poivre  
Basilic  
2 ml d'ail  
Oignon  
Beurre  
2 tasses d'eau



#### Préparation :

Mettre l'huile d'olive dans un chaudron sur le feu doux. Ajoutez ensuite l'ail, les oignons, les pois verts, les champignons, le sel, le poivre et le basilic pendant 5 minutes.

Ajoutez 2 tasses d'eau, faire bouillir l'eau et ensuite ajoutez le riz.

Faites cuire pendant 45 minutes

Bon appétit!

## Sauce béchamel

*Par Nahid Vafaparvar*

### Ingrédients :

400 millilitres d'eau  
400 millilitres de lait  
75 grammes de farine  
75 grammes de beurre  
10 ml de base de légumes  
Une demi-cuillère à thé de sel  
Une pincée de poivre



### Préparation :

Mélangez l'eau, le lait, la base de légumes, le sel et le poivre dans une marmite. Bien chauffer jusqu'à ce que l'eau bouille.  
Dans une casserole, faites fondre le beurre, ajoutez la farine lentement toujours en mélangeant jusqu'à ce que ce soit épais.  
Mettre ce mélange dans la marmite, brassez bien et laissez cuire pendant 20 minutes.

## Samossa

*Par Tejal Patel*

### Ingrédients :

1 kilo de patates  
50 gr de carottes  
50 gr de poires  
Chili  
Curcuma  
Coriandre  
Sucre  
1 citron  
1 kilo de farine  
Sel  
100 ml d'huile



### Préparation :

Faire suer tous les légumes.  
Ajouter le chili, le curcuma, la coriandre, le sucre et le citron, le sel.  
Préparer les pâtes en mélangeant 100 ml d'huile avec la farine.  
Ajouter le sel au mélange.  
Envelopper les légumes avec la pâte.

Bon appétit.

## Recette de lasagne

Par Marie-Carole Joseph



### Ingrédients :

1 kilogramme de pâte à lasagne  
500 grammes de fromages  
1 kilogramme de viande hachée  
6 branches de céleri  
2 poivrons verts  
1 paquet de champignons  
1 litre de sauce de tomates  
Une gousse d'ail  
7 grammes de sel

### Préparation :

Premièrement, on fait bouillir l'eau et on fait cuire les pâtes.

Laissez refroidir les pâtes.

On fait cuire la viande et on ajoute le céleri, les champignons, les poivrons verts, la sauce tomate, l'ail et le sel.

On râpe le fromage.

Déposez les pâtes dans une plaque et mettez de la sauce et du fromage entre chaque couche de pâte.

On met dans le four à 350 degrés pendant environ 30 minutes.

À manger en famille. Bon appétit!

## NOUVEAU BLOG



Le blog du Volet jeunesse de Clé a été complètement repensé en février dernier, pour s'harmoniser encore davantage aux goûts de nos jeunes participantEs. Interactif, coloré et original, rien de moins pour susciter le goût à l'écriture! Visitez-le au [www.1seconde.org](http://www.1seconde.org)