



Péninsule Acadienne inc.

Vers l'autonomie
Vie Autonome Péninsule Acadienne
Automne-Hiver 2014

Dans ce numéro :

Souper de Noël	1
Mot de la directrice	2
Mot de la présidente	3
Mission de VAPA	3
Conseiller à l'emploi	4
Web Pour Tous	5
Info Techno	6
Un peu de tout...	7
Page détente	8

Les employés et membres du conseil
d'administration de

VAPA

vous invitent au souper de Noël

suiivi d'une danse
le dimanche 23 novembre 2014

à 16 heures au

Club de l'Âge d'or de Shippagan

Le souper sera servi à partir de 17h00.

*Si vous avez besoin d'un moyen de
transport, communiquez avec nous au
336-1300.*

Bienvenue à tous les membres

Courriels :

- Annie Chiasson Doiron,
Directrice général
annie.cdoiron@cvapa.ca

- Sophie Noël,
Animatrice « Web Pour Tous »
sophie.noel@cvapa.ca

- Marie-Eve Ulrich,
Conseillère à l'emploi et à la
formation
marieeve.ulrich@cvapa.ca

- Réception,
info@cvapa.ca

- Site Web,
www.cvapa.ca



Annie C. Doiron
Directrice général

Mot de la Directrice général

Au moment d'entreprendre le poste à titre de directrice générale de Vie Autonome Péninsule Acadienne, je veux tout d'abord remercier les membres du Conseil d'administration pour la confiance qu'ils m'ont témoignée en me sélectionnant à ce poste. Ainsi qu'aux employées, membres, bénévoles, organismes et toutes les personnes que j'ai côtoyée depuis mon arrivée, pour ce bel accueil. Je tiens également à rendre hommage à mes prédécesseurs, pour leurs réalisations passées et les nombreux projets en cours.

J'ai vais poursuivre sur cette belle lancée et de mener mes actions pour combler les besoins pour nos personnes ayant des incapacités permanentes de notre région.

Je suis heureuse de travailler dans un poste qui reflète ma passion et mon dévouement envers l'amélioration du bien-être et de l'intégration de toutes personnes vivant dans notre belle communauté.

Je vous assure que je vais investir tous mes efforts pour atteindre notre mission qui est de *promouvoir et favoriser la responsabilité progressive des personnes ayant des incapacités permanentes dans la communauté afin de les aider à développer et gérer leurs ressources personnelle et communautaire.*

Je veux souhaiter la bienvenue à Sophie Noël au poste de coordinatrice Web pour tous et faire un petit rappel que notre service d'aide à l'emploi et à la formation est toujours disponible avec notre conseillère à l'emploi, Marie-Ève Ulrich.

Nous sommes dans l'organisation de notre cinquième **campagne majeure de financement**. À tous les ans notre campagne est un succès grâce aux membres qui donne de leur temps sans compter, du mois de novembre au mois de mai. Vous allez voir nos membres et les personnes impliquées avec nous pour cette campagne de financement se promener partout dans notre belle Péninsule Acadienne. Je vous invite à les accueillir avec votre belle chaleur humaine. Car la totalité des recettes vont pour améliorer les services de nos membres.

Le 23 novembre est notre souper de Noël. Le but de ce souper est pour permettre de belle rencontres conviviales entre les membres et leurs familles, le VAPA et j'aimerais vous dire:

MERCI!

MERCI bénévoles; **MERCI!**

MERCI aux employées; **MERCI!**

MERCI aux partenaires financiers; **MERCI!**

MERCI aux intervenants pour leur disponibilité; **MERCI!**

MERCI à la grande population de la Péninsule Acadienne; **MERCI!**

MERCI aux partenaires communautaire et gouvernementale; **MERCI!**

MERCI au conseil d'administration pour son soutien renouvelé et leur confiance; **MERCI!**

MERCI à tous les commerces, qui nous offre des dons, pour améliorer la vie de nos membres; **MERCI!**

ET, surtout un MERCI très spécial aux MEMBRES DE

VAPA



Joyeux Noël et bonne année, avec de l'amour en abondance dans vos cœurs.

Annie Chiasson Doiron



Aline St-Pierre
Présidente

Mot de la présidente

La fraîcheur automnale est arrivée, nous devons nous préparer au froid de l'hiver, bottes, manteaux et pantalons chauds. Avoir aussi la pelle à portée de la main lorsque la neige tombera!

Je profite de l'occasion pour remercier les personnes qui, au courant de l'été, ont organisé des activités et levées de fonds et ceux qui y ont participé.

L'automne est bien chez nous quand on parle déjà du souper de Noël qui aura lieu dimanche le 23 novembre. Nous vous attendons avec joie. Il y aura aussi la campagne de financement à partir du mois de décembre. Je suis certaine qu'elle sera un grand succès.

Sur cela, passez un bon automne.

Mission de VAPA inc.

Le seul centre de Vie autonome francophone au Nouveau-Brunswick et en Atlantique

Mission de VAPA inc.

Promouvoir et favoriser la responsabilité progressive des personnes ayant des incapacités permanentes dans la communauté afin de les aider à développer et gérer leurs ressources personnelles et communautaires.

Nos 4 programmes de base:

- **Information et réseautage**

Offre des renseignements pertinents aux consommateurs et au grand public au sujet des services, programmes, produits et aides disponibles. Orientation appropriée vers les ressources et agences dans la communauté.

- **Soutien entre pairs**

Offre la possibilité d'un environnement où les consommateurs peuvent échanger des idées, des expériences et des préoccupations. Permet la recherche de solutions afin de surmon-

ter les obstacles rencontrés dans leur vie quotidienne.

- **Développement des aptitudes à la Vie autonome et défense des droits**

Donne aux consommateurs les outils nécessaires pour agir et parler en leur propre nom dans tous les aspects de leur vie.

Encourage à s'affirmer et à devenir responsable des décisions qui concernent leurs besoins.

- **Recherche et développement communautaire**

Répond aux besoins de création des services non comblés des personnes vivant avec des limitations fonctionnelles.

Met à l'essai des projets pilotes et trouve des moyens plus efficaces de répondre aux besoins des consommateurs et de la communauté.

Devenez membre et participez à des activités

Vous pouvez être membre de VAPA inc. gratuitement et ainsi participer à des activités avec d'autres personnes comme vous et créer de nouveaux liens tout en étant actif!

Voici vos conseiller à l'emploi et à la formation



Marie-Eve Ulrich
Conseillère à l'emploi et à
la formation

Bonjour à tous!

Bonjour chers membres de VAPA et à tous mes clients, anciens et nouveaux! Je vous souhaite un changement de saison agréable et tout en douceur et ... pas trop froid! Parlant de changement, il y a du nouveau au centre, nous accueillons chaleureusement notre nouvelle directrice Mme Annie Chiasson-Doiron, qui apporte son beau sourire et sa belle énergie contagieuse! Bienvenu parmi nous! Nous te souhaitons tout le succès désiré dans tes nouvelles fonctions.

J'ai une pensée spéciale en vous écrivant aujourd'hui pour Éric Jean qui nous a quitté récemment. Éric était énormément apprécié par tous ceux qui le côtoyait, et lors de ses visites régulières au centre il avait le tour de nous faire rire en plaisantant toujours à sa manière. Son absence laisse un vide au centre, mais nous gardons un souvenir chaleureux de lui en racontant certaines anecdotes qui nous rappelle la belle personne qu'il était. Nous ne t'oublierons jamais Éric. Mes sympathies à toute sa famille ainsi qu'à tous ceux qui le connaissait de près ou de loin.

Pour ceux qui continue leurs études, soit post-secondaire ou encore en récupération scolaire, je vous souhaite le succès bien mérité. Également, du succès pour ceux qui ont maintenant un diplôme et qui sont prêts à entrer sur le marché du travail. Vous êtes toujours les bienvenus à mon bureau afin que je puisse vous accompagner dans vos démarches de recherche d'emploi.

Je suis disponible comme toujours pour tous vos besoins relatifs à la recherche d'emploi ou pour de l'information à propos des divers programmes accessibles. N'hésitez surtout pas à me contacter au 336-1327, il me fait toujours plaisir de vous aider.

BLAGUES

Le soir de l'Halloween, qu'est-ce qui tombe sans se faire de mal?

La nuit!

Connais-tu la danse préférée des sorcières?

Le balai jazz!

Julie : Tu es vraiment beau avec ton déguisement de clown!

Maxime : Oui, mais je me sens un peu drôle...

Sais-tu comment on peut savoir si un fantôme est sur le point de s'évanouir?

S'il est blanc comme un drap!

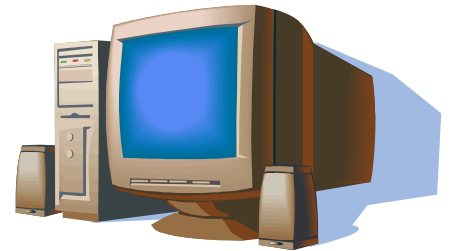




Sophie Noël
Animatrice Web Pour
Tous

Web pour Tous

- Base de Windows
- Internet
- Outlook (Messagerie)
- PowerPoint (Présentation)
- Word (Lettres, Cartes, Documents)
- Modification de photo
- Base des réseaux sociaux (Facebook)
- Et autres services à votre demande



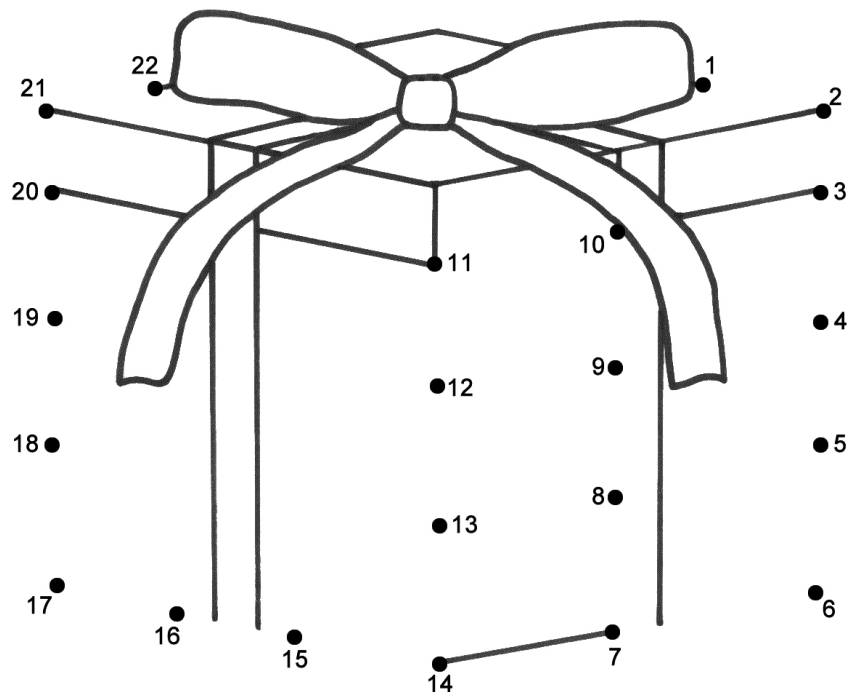
Joyeux Noël et Bonne Année

De la part des membres du personnels et conseil d'administration de VAPA inc.

Coloriage



Dessin point par point





René Haché
Secrétaire et
webmestre

INFO-TECHNO

Comment Sécuriser Son Compte Facebook

Pourquoi sécuriser son compte Facebook est essentiel ?

Votre compte Facebook contient de nombreuses informations sur vous, vos amis, vos activités et il serait dommage que ces données atterrissent entre de mauvaises mains.

Nous avons tous une connaissance dont le compte a été piraté par une personne malintentionnée ou dont les données ont été dérobées en installant une application. Dans le meilleur des cas, c'est une mauvaise plaisanterie et l'on récupère rapidement l'accès à son profil ou on s'arrange pour éliminer l'application, mais parfois cela peut prendre une mauvaise tournure. Le classique étant un ex-compagnon qui par esprit de revanche accède à votre profil pour télécharger des photos compromettantes ou se met à tenir des propos déplacés envers vos amis. Il y a quelques années, un étudiant a été arrêté aux Etats-Unis pour avoir piraté les comptes Facebook de plus de 90 femmes et publié leurs photos sur des sites de charme. Un véritable drame.

Pour autant, se priver de communiquer avec ses amis, de publier des photos ou de s'exprimer à travers des groupes ou pages fan par crainte qu'un pirate s'introduise dans votre compte est une solution un peu extrême. Heureusement, il existe des solutions plus simples pour sécuriser son compte et s'assurer de naviguer en toute tranquillité sur son réseau social préféré. En suivant les indications suivantes vous pourrez même être prévenu en cas de tentative de piratage de votre compte.

Étape 1 : Connectez-vous à votre compte Facebook puis cliquez sur l'étoile en haut à droite à côté du cadenas. Sélectionnez « Paramètres »

Étape 2 : Sur le menu à votre gauche, cliquez sur « Sécurité »

Étape 3 : Cliquez sur la première option « Navigation sécurisée » et vérifiez que la case suivante est bien cochée « Utiliser Facebook sur une connexion sécurisée lorsque possible » Il est possible que cette option n'est pas disponible pour vous. Si vous voyez "HTTPS" au début de l'adresse quand vous êtes connecté à Facebook, la connexion sécurisée est déjà activée.

Étape 4 : Cliquez sur la seconde option « notification lors des connexions »...et cliquez sur la case adresse électronique pour recevoir un e-mail à chaque fois qu'une personne se connecte sur votre compte à partir d'un ordinateur ou mobile non utilisé.

Si vous souhaitez recevoir un SMS à chaque fois qu'un ordinateur, tablette ou tel mobile non identifié se connecte à votre compte, cochez la case Message texte/notification Push.

Votre compte est désormais sécurisé, et si une personne se connecte à votre Facebook, changez immédiatement votre mot de passe afin d'empêcher tout piratage de vos données.

Source : Acadewie.com

Jargon Informatique

Admin:

Abréviation d'« Administrateur Réseau ». Personne prenant en charge la bonne marche d'un réseau informatique en entreprise.



Un peu de tout ...



Savez-vous que?

Éco-Énergie

- Trop penser. est l'une des principales causes de la dépression.
- Les oreilles et le nez ne cessent jamais de croître.
- L'insomnie est plus fréquente pour ceux qui ont un Q.I. élevé. Les gens intelligents ont plus de mal à mettre en veille leur cerveau.
- Vous pouvez tuer le virus Ébola avant qu'il entre dans votre corps simplement en vous lavant les mains avec de l'eau et du savon
- **On remplit une bouteille d'eau qu'on garde au réfrigérateur** pour éviter de faire couler l'eau du robinet jusqu'à ce qu'elle soit assez froide.
- Pour laver la vaisselle ou les fruits et légumes, **on met un bouchon dans le fond de l'évier ou de l'eau dans un grand bol** plutôt que de laisser couler l'eau.
- **On met le lave-vaisselle en marche uniquement lorsqu'il est plein** à ras bord et on fait sécher nos verres et nos assiettes à l'air libre. Cela demande moins d'eau et d'énergie.
- **On évite d'ouvrir la porte du four pendant la cuisson.** Cela fait fuir jusqu'à 20 % de la chaleur! On lave plutôt la fenêtre du four et on change l'ampoule au besoin.
- **On baisse le chauffage de quelques degrés** quand on se met au lit ou quand on sort. Un thermostat programmable peut le faire automatiquement.

Source: <http://saviezvousque.net>

Nous sommes sur Facebook:
« Vie Autonome Péninsule Acadienne inc »
<http://www.facebook.com/groups/vapainc/>

Ou sur Twitter:
<http://www.twitter.com/vapainc>

Pensée du jour

Quand tu écris l'histoire de ta vie, ne laisse personne tenir ton crayon.

Pensées Choisies

Connaissez-vous des gens qui seraient intéressés à devenir membre de VAPA?

Téléphonez au 336-1300

Merci!

Sources: Coup de Pouce

Vous déménager ou changer votre numéro de téléphone ?

Si vous prévoyez déménager, S.V.P. veuillez nous faire parvenir votre nouvelle adresse, par téléphone au 336-1300 ou par la poste au :

200-C, boul. J.-D. Gauthier
Shippagan (N.-B.) E8S 1P2

Ceci réduira le nombre de retour par la poste d'enveloppes d'adresses invalides et ceci assurera que nos envois se rendent à destination.

Si vous changez votre numéro de téléphone, veuillez nous communiquer votre nouveau numéro.



Page détente



Bûche au chocolat

Ingrédients (Chantilly au chocolat):

- 170 g (6 oz) de chocolat au lait, haché (environ 250 ml/1 tasse)
- 250 ml (1 tasse) de crème 35 %

Ingrédients (Gâteau):

- 180 ml (¾ tasse) de farine tout usage non blanchie
- 60 ml (¼ tasse) de cacao
- 1 ml (¼ c. à thé) de sel
- 1 ml (¼ c. à thé) de bicarbonate de soude
- 2 œufs, séparés
- 310 ml (1 ¼ tasse) de sucre
- 60 ml (¼ tasse) de beurre non salé, ramolli
- 2,5 ml (½ c. à thé) d'extrait de vanille
- 125 ml (½ tasse) de lait

Préparation (Chantilly au chocolat):

1. Déposer le chocolat dans un bol. Dans une casserole, porter la crème à ébullition. Verser la crème chaude sur le chocolat et laisser reposer environ 1 minute. À l'aide d'un fouet, remuer jusqu'à ce que le mélange soit homogène. Couvrir d'une pellicule de plastique directement sur la crème. Réfrigérer environ 8 heures ou 4 heures en plaçant le bol sur de la glace pour accélérer le refroidissement.

Préparation (Gâteau):

2. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F). Tapisser une plaque à biscuits de 43 x 30 cm (17 x 12 po) de papier parchemin en le laissant dépasser sur deux côtés. Beurrer et fariner généreusement le papier et les côtés non tapissés. Réserver.



3. Dans un bol, tamiser la farine, le cacao, le sel et le bicarbonate. Mélanger et réserver.

4. Dans un autre bol, fouetter les blancs d'œufs au batteur électrique jusqu'à l'obtention de pics mous. Ajouter 125 ml (½ tasse) de sucre graduellement en fouettant jusqu'à la formation de pics fermes. Réserver.

5. Dans un troisième bol, crémiser 125 ml (½ tasse) de sucre avec le beurre au batteur électrique. Ajouter les jaunes d'œufs et la vanille. À basse vitesse, incorporer les ingrédients secs en alternant avec le lait. Incorporer délicatement les blancs d'œufs dans la pâte en pliant à l'aide d'une spatule. Répartir uniformément sur la plaque. Cuire au four environ 15 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré au centre du gâteau ressorte propre.

6. Placer un papier parchemin idéalement sur une grille. Saupoudrer de 30 ml (2 c. à soupe) de sucre. À la sortie du four, saupoudrer le dessus du gâteau du reste du sucre (30 ml / 2 c. à soupe) avant de le renverser sur le papier parchemin. Laisser la plaque sur le gâteau pour qu'il conserve son humidité. Laisser refroidir complètement à la température ambiante, soit environ 1 heure.

Montage:

7. Au batteur électrique ou au fouet, fouetter la crème au chocolat refroidie jusqu'à ce qu'elle forme des pics fermes, mais encore souples (ne pas trop fouetter, car la crème tournera en beurre).

8. Retirer délicatement la plaque à biscuits et le papier parchemin. Retirer les deux bordures de pâte sur la longueur afin d'égaliser le gâteau. Étaler la crème au chocolat sur le gâteau. Rouler le gâteau à partir du côté le plus court. Ne pas s'inquiéter si le gâteau a tendance à craquer. Déposer sur un plat de service.

Source: Ricardo Cuisine



Vie Autonome Péninsule Acadienne inc.
Voir au-delà du handicap

200-C, boul. J.-D.-Gauthier
Shippagan (N.-B.) E8S 1P2

Téléphone : (506) 336-1304
Télécopie : (506) 336-1322
Courriel : info@cvapa.ca
Site Web : www.cvapa.ca

VAPA tient à remercier la
Ville de Shippagan pour l'impression
du présent bulletin.

MERCI!