

VUES

SUR LA BOURGOGNE

**2 PRIX DE L'AMECQ
AWARDS**

page 20

Le GRAND journal de la Petite-Bourgogne & Griffintown • Little Burgundy & Griffintown's BIG newspaper

Vol 11 - no 2 • Été 2022 Summer • 7 600 copies



BACS-À-ROSE

page 9

**FORUM JEUNESSE
YOUTH FORUM**

page 11

**AU CÉDA ON EST LÀ POUR RESTER !
CÉDA: WE ARE HERE TO STAY!**

page 10

CULTIVONS LA RÉSILIENCE

BENJAMIN DOCQUIERE . CONSEILLER / VIVRE EN VILLE
MICHEL GUARINONI . CHARGÉ DE PROJETS / COLLECTIF RÉCOLTE

Résilience, un mot à la mode dont le sens nous échappe parfois. Un mot qui désigne la capacité des matières et des êtres vivants à fléchir, à se tordre, à encaisser les chocs de la vie en étant capables de revenir à l'équilibre. Un équilibre dynamique, vivant et effervescent, qui permet de traverser les crises du temps et des gens, tout en renforçant les liens qui unissent les êtres vivants.

Quand l'intégrité écologique et sociale d'un milieu est affaiblie ou mise en péril, comme pendant une pandémie par exemple, de nouvelles connexions se créent entre les individus et l'environnement. Formés naturellement ou volontairement, ces nouveaux liens s'ajoutent aux précédents et parfois les remplacent de manière à faire croître notre capacité à affronter les événements. Conséquence heureuse, ces nouvelles connexions entre les humains et la nature accroissent notre résilience collective. C'est donc de nos liens avec la nature et le tissu communautaire que découle notre capacité à améliorer nos conditions d'existence et notre cadre de vie.

Vous allez sans doute vous demander : "Comment fait-on pour concrètement cultiver cette résilience ?" La réponse n'est pas unique et universelle, elle se compose d'un ensemble de petites et de grandes actions. Par exemple, on peut cultiver une image positive de soi en participant à un projet de places publiques éphémères ou de ruelles vertes, on peut se faire confiance en créant collectivement un système alimentaire local, on peut maintenir de forts liens avec ses voisins et la terre en cultivant les jardins communautaires et collectifs, ou encore, on peut pratiquer sa capacité à résoudre des problèmes en découvrant comment s'alimenter en temps de pandémie. Tous ces exemples ne sont pas tirés de notre imaginaire, mais de ce journal que vous tenez entre vos mains. Faites glisser les pages entre vos doigts et partez à la découverte de ces articles décrivant avec brio les réalisations inspirantes mises en œuvre par des individus d'ici.

Ces écrivains.es œuvrent à préserver notre environnement, qu'il soit naturel, alimentaire, culturel ou social. Ainsi iels (ils et elles) actionnent la mécanique principale qui nous permet de faire face aux épreuves individuelles et collectives. En participant au développement d'espaces de vie plus inclusifs et durables, iels créent une échappatoire qui permet de se réunir autour d'un commun à préserver. Iels créent un prétexte à la causerie qui brise l'isolement de certains et garantit aux précieux savoirs vernaculaires de chacun de perdurer, de s'échanger, et d'être conservés.

Face à ces réalisations qui fleurissent dans notre quartier, on pourrait convenir ensemble que la résilience c'est cultiver et promouvoir collectivement ce qu'il y a de beau dans la nature et chez les humains. Alors merci aux écrivains de cette édition de nous cultiver. Cette transmission de savoirs est essentielle pour faire grandir notre intelligence collective.

Les auteurs ont gagné des prix de l'AMECQ : voir en page 20.

DANS CE NUMÉRO • IN THIS ISSUE

Santé •	3	• Health
Finance & société •	4	• Finance & Society
Chronique juridique •	5	• Legal Column
Quoi de neuf à la mairie ? •	7	• What's new at City Hall?
Vie de quartier •	8 • 9 • 10	• Community Life
Jeunesse •	11	• Youth
Environnement •	13	• Environment
Culture & société •	14 • 15 • 16 • 17	• Culture & Society
Infos utiles •	18	• Useful information
Calendrier •	20	• Calendar

LET'S CULTIVATE RESILIENCE

Resilience, a buzzword whose meaning sometimes eludes us. A word that designates the ability of materials and living things to bend, to twist, to withstand the shocks of life by being able to spring back into place. A dynamic lively balance which makes it possible to endure the daily hardships of life while strengthening the bonds which unite all living beings.

When the ecological and social integrity of a milieu is weakened or endangered, such as during a pandemic for example, new connections are created between individuals and the environment. Formed naturally or willingly, these new links are added to the previous ones and sometimes replace them in such a way as to increase our ability to face events. As a happy consequence, these new connections between humans and nature increase our collective resilience. Our ability to improve our living conditions and our living environment stems from our links with nature and the community fabric.

You will no doubt ask yourself: "How do we concretely cultivate this resilience?" The answer is not unique nor universal; it consists of a set of big and small actions. For example, we can cultivate a positive image of ourselves by participating in a project for ephemeral public places or green alleys, we can build confidence by collectively creating a local food system, we can maintain strong ties with our neighbours and the earth by cultivating community and collective gardens, or one can practice one's ability to solve problems by discovering how to eat in times of pandemic. All these examples are not drawn from our imagination, but from this newspaper you hold in your hands. Read through the pages and discover articles brilliantly describing the inspiring achievements implemented by individuals from here.

These writers work to preserve our milieu, whether natural, food, cultural or social. Thus, they operate the main mechanism that allows us to face individual and collective hardships. By participating in the development of more inclusive and sustainable living spaces, they create an escape that allows people to come together around a commonality to be preserved. They create a pretext for chatting that breaks the isolation of some and guarantees that everyone's precious vernacular knowledge will last, be exchanged and be preserved.

Faced with these achievements that are flourishing in our neighbourhood, we can agree together that resilience means cultivating and collectively promoting what is beautiful in nature and in humans. So thank you to the writers of this edition for cultivating us. This transmission of knowledge is essential to increase our collective intelligence.

The authors have won AMECQ awards: see page 20.

**Vous avez des commentaires ou des suggestions...
If you have comments or suggestions...**

CONTACTEZ-NOUS ! / CONTACT US!

La publication des photos illustrant *Vues sur la Bourgogne* a été autorisée par les personnes y figurant ou leur représentant légal.

All photos printed in *Vues sur la Bourgogne* have been authorised by the people depicted or their legal representatives.

514-931-4302

vuessurlabourgogne@gmail.com

**Les citations publiées dans *Vues sur la Bourgogne* le sont telles qu'elles ont été prononcées par leurs auteurs, sans correction éditoriale.
The direct quotes published in *Vues sur la Bourgogne* have been printed as delivered by their authors, without editorial correction.**



Publié par la **COALITION DE LA PETITE-BOURGOGNE QUARTIER EN SANTÉ**
741, rue des Seigneurs
Montréal (QC) H3J 1Y2
514-931-4302
www.petitebourgogne.org

COMITÉ ÉDITORIAL

MYRIAM ABBOU
VALÉRIE BILODEAU
KAREN DE LUTIS
MICHAEL P. FARKAS
MYA MOREAU
ANNIE HUDON-LAROCHE
FLORENCE LEBEAU
TINA NAIM
JONATHAN MENDEL
WAITA MENDOZA
JULIE RAINVILLE
MITRA THOMPSON
MARTIN VAN KUILENBURG
ASSIA ZAIDI
HANIEH ZIAEI

RECHERCHE • RÉDACTION

VALÉRIE BILODEAU
BENJAMIN DOCQUIERE
BENOIT DORAIS
CHARLOTTE DUMAINE
NATHALIE GERMAIN
LUIS GOMEZ
MICHEL GUARINONI
ANNIK LAFRENIÈRE
INÈS MACHAT
CLAUDIA MARRON
MOURAD MEYERBECHÉ
JONATHAN MENDEL
NICOLE MURRAY
TINA NAIM
ROSANNE PETRARCA
CASSANDRA QUIRION-BÉLISLE
JULIE RAINVILLE
ROSE-ANDRÉE SAUVAGEAU
ASSIA ZAIDI

RÉVISION • TRADUCTION CORRECTION D'ÉPREUVES

MYRIAM ABBOU
VALÉRIE BILODEAU
FLORENCE LEBEAU
KAREN DE LUTIS
JENNA KHAMIS
MARTIN VAN KUILENBURG
SERENA SIAL
ASSIA ZAIDI

RESPONSABLE DE L'ÉDITION MISE EN PAGE

DIANE MORIN

IMPRESSION
HEBDO LITHO



EATING HABITS DURING THE PANDEMIC

Covid-19 is persisting and we're feeling worried, lonely and tired. These emotions can interfere with our motivation to stay active and inspire food choices that are rich in sugar, fat, and salt, but that give us pleasure. For many people, this can lead to weight gain, but the pandemic has also had a positive effect. For example, many shared stories of creativity and culinary discoveries.

Some have said that they used the occasion to cook more balanced and varied meals, which also allowed them both to waste less foodstuff and improve their health. Comfort foods make us happy and help us manage the current unusually long situation. A strained relationship with food, such as labelling food as 'good' or 'bad' in order to lose weight, can have the opposite effect. If you abstain from eating the foods you crave, you risk overindulging in them later.

Let yourself be comforted by food when you feel the need, while also seeking to combine psychological and physical well-being. For example, if you crave brownies, you can bake them yourself and replace some of the fat with mashed banana, reduce the amount of sugar used in the original recipe, and add nuts. This will satisfy your craving and it will then most likely be easier to eat treats in moderation because you are not restricting yourself.

Although this pandemic may seem never-ending, there will be an end, then a return to our normal situation. Let's stay positive and empathetic in these precarious times! Be aware of inappropriate tips on losing weight published online like waging war on sugar! We need to be cautious of them.

If you want to improve your diet, you can rely on trusted resources, such as Canada's Food Guide by Health Canada, and consult a nutritionist who can provide support in developing healthy eating habits!

LA CUISINE DE LA BOURGOGNE

Dans notre effort pour créer un système alimentaire local, nous faisons la mise à niveau d'une cuisine commerciale dans le Centre Communautaire Yolande Breton. Grâce à nos partenaires, OMHM, Centraide et l'Arrondissement Le Sud-Ouest, nous serons en mesure d'effectuer de la transformation alimentaire à grande échelle. Dès sa mise en opération, le projet le Comité de Quartier Nourrit son monde s'y installera pour produire des plats pour les personnes en situation de vulnérabilité. Dans le contexte économique actuel, les denrées alimentaires sont de plus en plus chères et en conséquence difficile à obtenir pour les gens à faible revenu. Par cette nouvelle cuisine, nous voulons offrir à la communauté un outil concret pour reprendre du pouvoir sur leur alimentation.

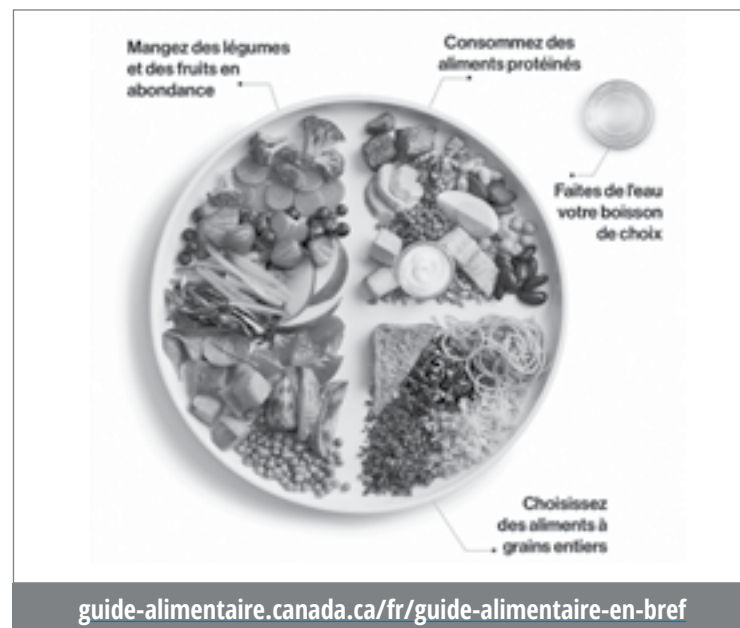
JULIE RAINVILLE . Coordonnatrice . Coalition de la Petite-Bourgogne / Quartier en santé
Coordination@petitebourgogne.org . 514-931-4302

THE BURGUNDY KITCHEN

In our effort to create a local food system, we are upgrading a commercial kitchen in the Yolande Breton Community Centre. Thanks to our partners, OMHM, Centraide and the Sud-Ouest borough, we will be able to carry out large-scale food processing. As soon as the Comité de Quartier Nourrit son monde project is up and running, it will be able to produce meals for people in vulnerable situations. In the current economic context, foodstuffs are increasingly expensive and consequently difficult to obtain for people on low incomes. With this new kitchen we want to offer the community a concrete tool to regain power over their food.

LES HABITUDES ALIMENTAIRES EN TEMPS DE PANDÉMIE

CHARLOTTE DUMAINE . NUTRITIONNISTES EN MALADIES CHRONIQUES



La Covid-19 persiste et nous ressentons inquiétude, solitude et lassitude. Ces émotions peuvent enfreindre la motivation d'être actif et encourager des choix alimentaires plus riches en sucre, en gras et en sel, mais qui nous font plaisir. Cela peut ainsi entraîner une prise de poids chez plusieurs, mais la pandémie a aussi eu un impact positif. Par exemple, nombreux sont ceux qui ont révélé des histoires de créativité et de découvertes culinaires.

Quelques-uns nous ont raconté avoir saisi l'occasion pour cuisiner plus de repas équilibrés et variés, ce qui leur permet de moins gaspiller leurs aliments et d'améliorer leur santé en même temps. Manger des aliments réconfortants nous fait plaisir, et nous aide à gérer la situation actuelle exceptionnelle et longue. Une relation conflictuelle avec la nourriture, comme étiqueter des aliments comme « bons » ou « mauvais », dans le but de perdre du poids, peut avoir l'effet contraire. Si vous vous abstenez de manger des aliments qui vous tentent, vous risquez d'en faire excès par la suite.

Laissez votre alimentation vous réconforter lorsque vous en ressentez le besoin, tout en cherchant à combiner le bien-être psychologique et la santé physique. Par exemple, si vous avez envie de manger des brownies, vous pouvez les cuisiner maison et remplacer une partie du gras par une purée de banane, diminuer la quantité de sucre ajouté dans la recette originale et ajouter des noix. Cela comblera votre envie et il sera probablement plus facile de manger des gâteries avec modération parce que vous ne vous mettez pas de restrictions.

Bien que cette pandémie semble interminable, elle aura une fin, puis un retour à la normale. En ces temps précaires, restons optimistes et empathiques! Les astuces inappropriées publiées sur le web pour perdre du poids (comme faire la guerre au sucre) sont à ignorer svp! Il faut rester vigilant.es face à celles-ci.

Si vous souhaitez améliorer votre alimentation, vous pouvez vous fier à des ressources fiables comme le Guide alimentaire canadien de Santé Canada, et vous pouvez consulter un.e nutritionniste afin de vous offrir plus de soutien pour développer de saines habitudes alimentaires!

SÉCURITÉ DANS LE SUD-OUEST / SECURITY AND SAFETY IN THE SOUTHWEST

Si vous avez des questions ou des commentaires concernant la sécurité dans le Sud-Ouest, merci de contacter notre conseiller aux relations avec la communauté au PDQ 15.

If you have any questions or comments concerning security in the Southwest borough, please contact our Community Relations Conselor at PDQ 15.

Mourad Meberbeche • 514-280-0115 • mourad.meberbeche@spvm.qc.ca

COMMENT FAIRE SON ÉPICERIE À BON COMPTE

CASSANDRA QUIRION-BÉLISLE — RESPONSABLE DES COMMUNICATIONS ET SOUTIEN TI

Vous l'aurez constaté, le coût du panier d'épicerie a explosé cette année. Faire un budget devient alors indispensable pour tenter de répondre au mieux aux besoins que l'on a à couvrir pour assurer notre bien-être. Quand le budget est petit, nous sommes constamment confrontés à des choix déchirants parce que certaines dépenses s'imposent par leur nature, comme notre loyer et la facture d'Hydro-Québec. Voici quelques trucs rapides qui peuvent nous aider.

LA CLÉ DU SUCCÈS EST DANS LA PLANIFICATION

Il s'agit probablement du plus ancien truc, mais aussi le plus important : planifier les repas, en tout ou en partie, des jours à venir. Préparez une liste des aliments dont vous aurez besoin selon les spéciaux du moment et prévoyez vos menus en fonction de ces derniers. Vous éviterez de manquer de certains ingrédients, de devoir modifier votre menu à la dernière minute ou de vous rendre au dépanneur. En plus, vous profiterez au maximum des rabais en cours.

IDENTIFIER VOS BESOINS

Il est essentiel de bien se connaître en tant que consommateur. Remettre en question ses habitudes nous permet de faire des choix éclairés pour notre mode de vie et nous facilite la tâche lorsque vient le temps de faire son budget. Et si l'on va souvent au restaurant, c'est sans doute que cela nous donne du plaisir. Pensez à ce qui vous fait plaisir et trouvez des alternatives pour atteindre le même but. Par exemple, cuisiner à l'avance certains repas que vous pourrez décongeler. C'est meilleur qu'au resto et aussi rapide !

VÉRIFIER VOS RÉSERVES

Avant de dresser sa liste d'épicerie, faites l'inventaire de ce qu'il y a dans votre réfrigérateur, votre congélateur et votre garde-manger. Vous pourrez ainsi établir une liste plus juste des produits essentiels manquants. Ensuite, élaborer le menu de la semaine. Vous économiserez du temps et vous diminuerez vos pertes.

FAIRE UNE LISTE ORGANISÉE ET DÉTAILLÉE

Ayez toujours une feuille ou votre cellulaire, quelque chose que vous avez l'habitude d'avoir avec vous et notez au fur et à mesure les produits de bases manquants pour éviter de les oublier au moment des achats. Cette liste devrait inclure non seulement les produits à acheter, mais aussi les prix indiqués dans la circulaire afin de comparer les meilleures aubaines. De plus, en regroupant le plus possible les aliments sur votre liste en fonction de la disposition des articles en magasin, vous éviterez les oublis et les allers-retours inutiles. Vous êtes donc prêt.e à faire votre épicerie !

En collaboration avec Publisac, nous avons développé un modèle idéal de liste d'épicerie qui sera accessible à tous les Québécois dans le Publisac. Demandez-la-nous !

ACEF DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL

Nous intervenons sur les questions liées au budget, à l'endettement, à la consommation ainsi qu'à la défense des droits des consommateurs et consommatrices

HOW TO BUY GROCERIES ON A BUDGET

As you may have noticed, the cost of groceries has skyrocketed this year. Making a budget is therefore essential to try to meet the needs required to ensure our well-being. When we have a small budget, we are constantly confronted with agonizing choices since some expenses are necessary by nature, such as paying rent and Hydro-Quebec. Here are some quick tips that can help.

THE KEY TO SUCCESS IS IN THE PLANNING

This is probably the oldest, but most important, tip: partially or completely plan meals ahead of time. Make a list of the groceries you will need according to what's on sale, and plan your meals based on these foods. In this way, you will avoid forgetting certain ingredients, modifying your meal plan at the last minute, or making a trip to the dépanneur. You will also get the most out of the ongoing sales.

IDENTIFY YOUR NEEDS

It's important to know yourself as a consumer. Questioning your habits helps you make clearer lifestyle choices and simplifies the task of making a budget. If you often go out to a restaurant, it's obvious that it makes you happy. Think about what makes you happy and find alternatives to reach the same goal. For example, cook some meals in advance that you can then defrost. It's better than a restaurant and just as fast!

TAKE STOCK OF YOUR SUPPLIES

Before making a grocery list, take stock of what's in your refrigerator, freezer and pantry. You will then be able to make a more accurate list of essentials to supplement what you already have. Afterwards, plan your meals for the week. You will save time and reduce waste.

MAKE AN ORGANIZED AND DETAILED LIST

Always have a piece of paper, cell phone or anything else that you're used to having with you on hand, and write down the missing staples as you go along so that you don't forget them when you go shopping. Your list should include not only the products you need to buy, but also the prices listed in the flyer so you can compare the best deals. By grouping the groceries on your list according to the store's layout as much as possible, you'll also avoid forgetting items and making unnecessary trips. You're now ready to go grocery shopping!

In collaboration with Publisac, we have developed an ideal grocery list model that will be accessible to all Quebecers in Publisac. Don't hesitate to ask us for it!

ACEF OF SUD-OUEST MONTREAL

We provide assistance on budgeting, debt, consumer affairs and the defence of consumer rights.

ACEF DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL ACEF OF MONTRÉAL SOUTHWEST

L'Association coopérative d'économie familiale (ACEF) du Sud-Ouest de Montréal intervient sur les questions liées au budget, à l'endettement, à la consommation ainsi qu'à la défense des droits des consommateurs.

The Association coopérative d'économie familiale (ACEF) of Montréal Southwest works to address issues of budgeting, debt, consumption and the defence of consumers' rights.

514-362-1771

Bonjour@acefsom.ca

www.acefsom.ca

COLLECTION HARASSMENT AGENCIES

Have you ever had to deal with a debt collector—someone who calls you over and over to pay back an old debt? Have you received threatening letters or do you ignore unknown callers out of fear that it is the collection agency?

Unfortunately, the guilt or shame of having debt leads many people to avoid seeking help in dealing with collection agencies. But you are not alone—you do have rights!

Collection agencies are businesses that make agreements with creditors (companies that you owe money to) to collect debts in exchange for a commission.

But collection agencies must follow several rules. Their first communication with you must be in writing. The agent is not allowed to discuss your case with other people including people you live with, and especially not your children. Also, the officer must not threaten, harass or intimidate you. They must not let you think they will take legal action or have you arrested and put in jail; being in debt cannot lead to your arrest. Nor can they threaten to seize your property.

Despite these rules, collection agents can be clever and may try to use whatever it takes to collect payment. On the website of a well-known collection agency, they brag about their strategies:

“Even when our initial efforts are unsuccessful, we do not let our debtor forget we exist! We may deploy automated email or texting strategies, assuming we have the necessary information.”

You can stop the constant calls, by requiring the agency to only communicate with you in writing. For this, you need to send the agency a written notice that will be valid for three months. You can also inform the agency that you do not acknowledge that you owe the amount they are claiming, and that they must pursue the matter through the courts—after this, they cannot contact you without filing an appeal. Never admit to a collection agency that you owe money and ask them for proof. Also, be aware that your debt could be time-sensitive; a creditor has a three-year limit to file a claim in court for repayment of a debt.

Are you dealing with a collection agency that is not respecting these rules, and is intimidating or threatening you? You can file a complaint with the Office de la protection du consommateur, which ensures that merchants respect their obligations. You can also sue the merchant for damages if their failure to comply has caused you harm.

The Services juridiques communautaires de Pointe-Saint-Charles et Petite-Bourgogne can help you deal with a collection agency.

Contact us!

For contact details, see Useful information on page 18.

ARM website: armcollectionagency.com/our-services/debt-recovery

LES AGENCES DE RECouvreMENT HARCÈLEMENT

ANNIK LAFRENIÈRE, AVOCATE AUX SERVICES JURIDIQUES COMMUNAUTAIRES DE POINTE-SAINT-CHARLES ET PETITE-BOURGOGNE

Avez-vous déjà eu à faire avec un agent de recouvrement, cette personne qui vous appelle sans cesse pour vous demander de rembourser une vieille dette ? Avez-vous reçu des lettres menaçantes ? Avez-vous déjà ignoré tous vos appels inconnus de peur que ce soit l'agence de recouvrement ?

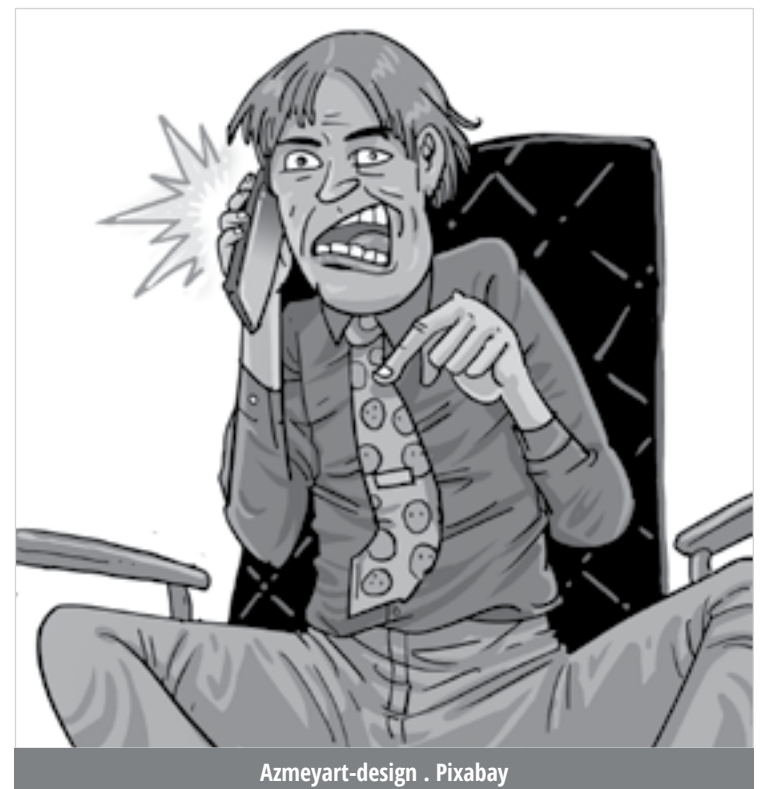
Et bien, vous n'êtes pas seul ! Malheureusement, le sentiment de culpabilité ou la honte d'avoir des dettes porte trop de personnes à ne pas demander de l'aide pour faire face aux agences de recouvrement. Et pourtant, vous avez des droits !

Une agence de recouvrement est une entreprise qui contracte des ententes avec des créanciers (entreprises à qui vous devez de l'argent) pour leur offrir, moyennant une commission, de recouvrer des dettes.

Les agences de recouvrement doivent respecter plusieurs règles. En effet, leur première communication avec vous doit être par écrit, l'agent n'a pas le droit de parler de votre dossier avec d'autres personnes, incluant celles avec qui vous habitez et bien sûr vos enfants ! Également, l'agent ne doit pas vous menacer, vous harceler ou vous intimider. Il est interdit pour lui de vous laisser croire qu'il engagera des poursuites judiciaires ou de vous faire arrêter et mettre en prison. Avoir des dettes ne peut pas conduire à votre arrestation. Il ne peut pas non plus vous menacer de saisir vos biens.

Malgré leurs obligations, ces agents sont de fins renards et déploieront tous les moyens nécessaires pour obtenir un paiement. Sur le site d'une agence de recouvrement connue, cette dernière se vante de ses stratégies :

« Même lorsque nos premiers efforts n'ont pas porté fruit, nous ne laissons pas notre débiteur nous oublier ! Nous pouvons déployer des stratégies de courriels automatisés ou de textos, par exemple, assumant que nous possédons les informations nécessaires. »



Azmeyart-design . Pixabay

Pour mettre fin aux appels incessants, vous pouvez exiger que l'agence ne communique avec vous que par écrit, vous devez alors leur envoyer un avis écrit qui sera valide pour trois mois. Vous pouvez aussi informer l'agence que vous ne reconnaissez pas devoir cette somme et qu'ils doivent s'adresser aux tribunaux, ils ne pourront alors plus vous contacter sans déposer de recours. Ne reconnaissez jamais devoir de l'argent à une agence de recouvrement et demandez-leur des preuves. Sachez également que si votre dette était prescrite, un créancier dispose de trois ans pour entamer une poursuite devant les tribunaux pour

exiger le remboursement d'une dette.

Une agence de recouvrement ne respecte pas ses obligations, vous intimide ou vous menace ? Vous pouvez déposer une plainte à l'Office de la protection du consommateur qui veille à ce que les commerçants respectent leurs obligations. Vous pouvez aussi poursuivre le commerçant pour des dommages-intérêts si son manquement vous cause un préjudice.

Les Services juridiques communautaires de Pointe-Saint-Charles et Petite-Bourgogne peuvent vous aider à faire face à une agence de recouvrement.

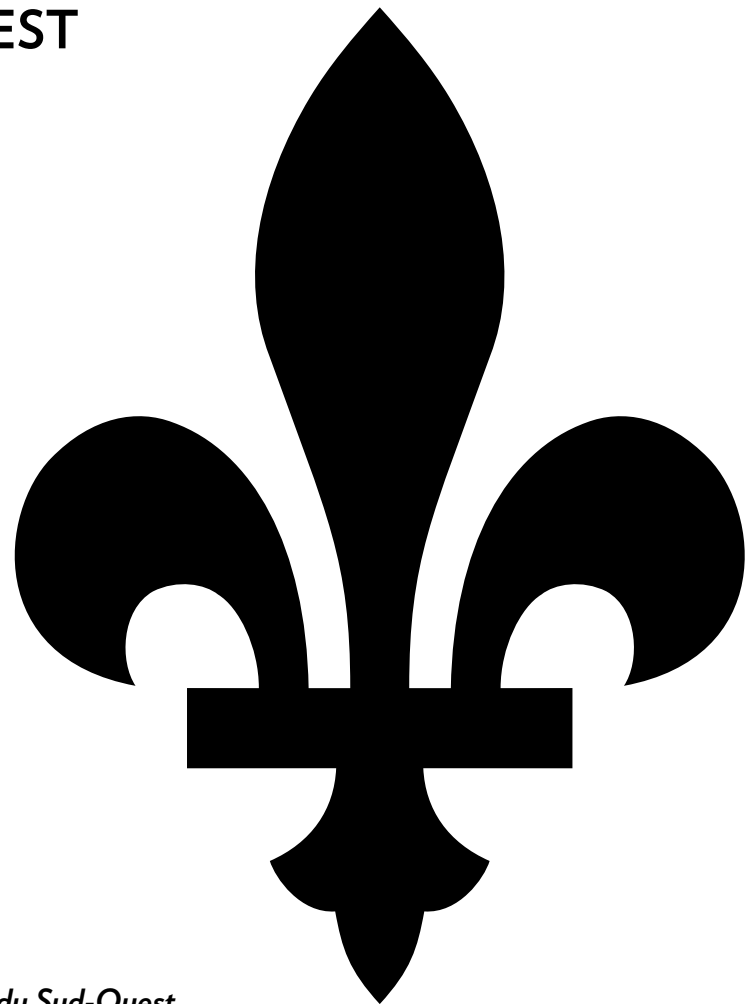
Contactez-nous !

Pour les coordonnées, voir les Infos utiles à la page 18.

Site web de ARM :
agencederecouvrement.com/nos-services/recouvrement-de-creances

LE MAIRE ET LES ÉLU.E.S
DE L'ARRONDISSEMENT DU SUD-OUEST
VOUS SOUHAITENT UNE

BONNE FÊTE NATIONALE



Benoit Dorais

Maire de l'arrondissement du Sud-Ouest

*Vice-président du comité exécutif
de la Ville de Montréal*

VOS ÉLU.E.S



Craig Sauvé

Conseiller de la Ville

*District de Saint-Henri-
Est-Petite-Bourgogne-
Pointe-Saint-Charles-
Griffintown*



Tan Shan Li

Conseillère d'arrondissement

*District de Saint-Henri-
Est-Petite-Bourgogne-
Pointe-Saint-Charles-
Griffintown*



Alain Vaillancourt

Conseiller de la Ville

*District de Saint-Paul-
Émard-Saint-Henri-
Ouest*



Anne-Marie Sigouin

Conseillère d'arrondissement

*District de Saint-Paul-
Émard-Saint-Henri-
Ouest*

THE SUD-OUEST RESTRICTS TRUCKS ON ITS TERRITORY

It is with pride that I announce that in a few months, the Sud-Ouest will take a significant step to further secure sectors of the borough. In fact, we have begun the process of amending regulations aimed at restricting the passage of heavy trucks in certain sensitive sectors of the borough.

In Griffintown, trucks will be prohibited at all times on de la Montagne, Peel, Wellington (up to Bridge) and de la Commune streets. In Saint-Paul and Émard, we are targeting rue de l'Église and certain side streets. In Saint-Henri and Little Burgundy, truck traffic will be prohibited from 7 p.m. to 7 a.m. on Saint-Jacques and Saint-Antoine. These restrictions, which do not affect local deliveries by large trucks, could come into effect as soon as the end of the summer.

This is excellent news that responds to a long-standing request from many residents. This change to the City of Montreal's trucking network is not easy to achieve. In particular, it requires the agreement of neighbouring boroughs or related towns, and must ultimately be authorized by the Ministère des Transports du Québec. These are the final steps that we are confident of successfully completing shortly.

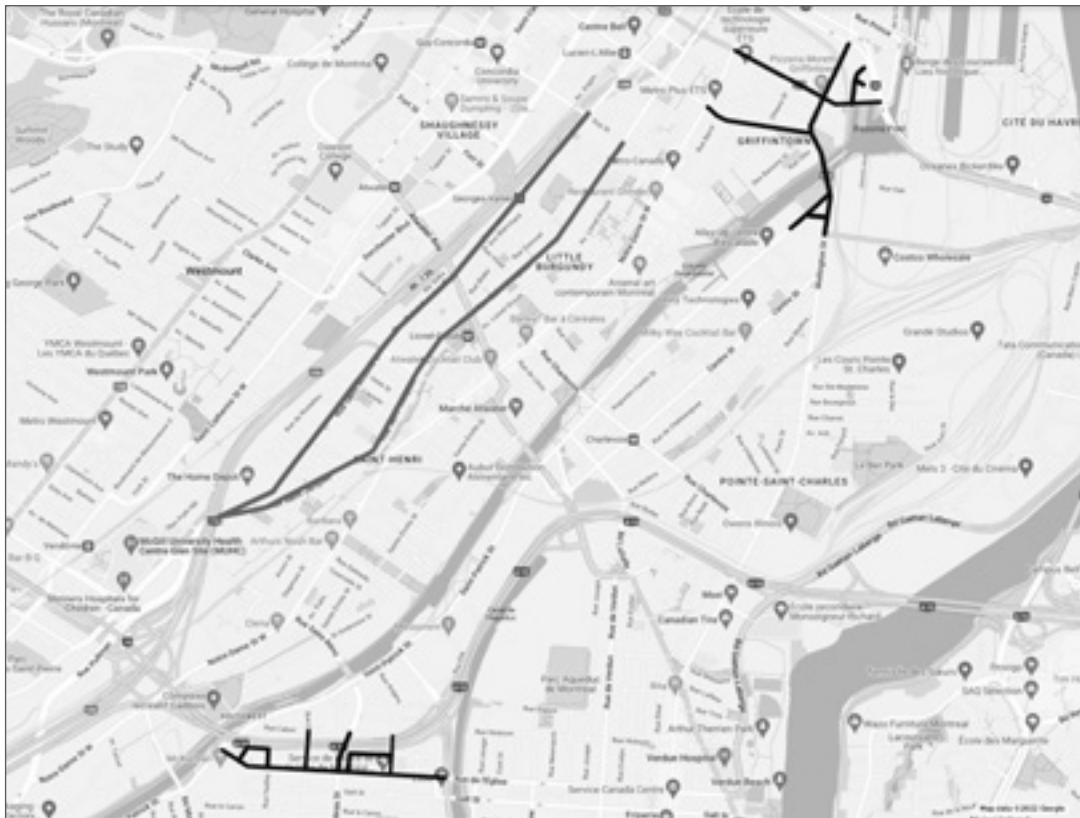
With the end of the Turcot construction site, we are seizing the opportunity to finally restrict trucks on Saint-Jacques and Saint-Antoine by aligning ourselves with the Côte-des-Neiges-Notre-Dame-de-Grâce borough, which is already applying a ban on trucks at night. It will thus be between 300 and 400 trucks that will be maintained daily on the raised network (highways).

In recent years, the Sud-Ouest has been one of the leading boroughs in terms of traffic reduction. This modification to the City of Montreal's trucking network is one more step to improve the quality of life in our neighbourhoods by reducing pollution and noise, and improving the safety of all road users. It is this same vision that has motivated us to develop user-friendly and safe cycling and pedestrian facilities that encourage travel on foot or by bike.

The face of Montreal is changing, our borough is becoming denser and our neighbourhoods are evolving. We must therefore adapt by listening to the new realities and drawing inspiration from the best ways of doing things. Which leads me to talk to you about our future Plan local de déplacements [Local commuter plan]. This fall, we will invite you to participate in the public consultations for the drafting of this important guide. Your comments and suggestions will be valuable information that will allow us to fully understand your realities and identify your needs. With your participation, we can make the best possible choices for the community.

LE SUD-OUEST RESTREINT LE CAMIONNAGE SUR SON TERRITOIRE

BENOIT DORAIS
MAIRE DE L'ARRONDISSEMENT LE SUD-OUEST BOROUGH MAYOR

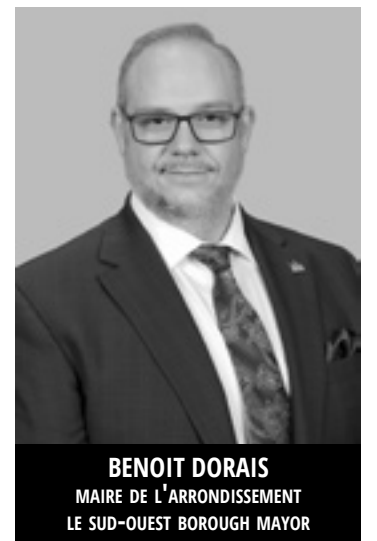


C'est avec fierté que je vous annonce que d'ici quelques mois, le Sud-Ouest posera un geste significatif pour sécuriser davantage des secteurs de l'arrondissement. En effet, nous avons entamé le processus de modification réglementaire visant à restreindre le passage des camions lourds dans certains secteurs sensibles de l'arrondissement.

Dans Griffintown, le camionnage sera interdit en tout temps sur les rues de la Montagne, Peel, Wellington (jusqu'à Bridge) et de la Commune. Dans Saint-Paul et Émard, on cible la rue de l'Église et certaines rues transversales. Dans Saint-Henri et la Petite-Bourgogne, la circulation de camions sera interdite de 19h à 7h sur Saint-Jacques et Saint-Antoine. Ces restrictions, qui ne touchent toutefois pas les livraisons locales par gros camions, pourraient entrer en vigueur dès la fin de l'été.

Voilà une excellente nouvelle qui répond à une demande de longue date de bon nombre de résident.es. Cette modification au réseau de camionnage de la Ville de Montréal n'est pas chose simple à réaliser. Elle implique notamment l'accord des arrondissements voisins ou villes liées, et doit au final être autorisée par le ministère des Transports du Québec. Voilà les dernières étapes que nous sommes confiants de franchir sous peu avec succès.

Avec la fin du chantier Turcot, nous saisissons l'opportunité d'enfin restreindre le camionnage sur Saint-Jacques et Saint-Antoine en nous arrimant avec l'arrondissement Côte-des-Neiges-Notre-Dame-de-Grâce qui y applique déjà l'interdiction du camionnage de nuit. Ce seront ainsi entre 300 et 400 camions



BENOIT DORAIS
MAIRE DE L'ARRONDISSEMENT
LE SUD-OUEST BOROUGH MAYOR

qui seront quotidiennement maintenus sur le réseau supérieur (autoroutes).

Ces dernières années, le Sud-Ouest a été dans le peloton de tête des arrondissements en matière d'apaisement de la circulation. La présente modification au réseau de camionnage de la Ville de Montréal est un pas de plus pour améliorer la qualité de vie dans nos quartiers en diminuant la pollution et le bruit, et en améliorant la sécurité de tous les usagers de la route. C'est cette même vision qui nous motive à développer des aménagements cyclables et piétons conviviaux et sécuritaires encourageant les déplacements à pied ou à vélo.

Le visage de Montréal change, notre arrondissement se densifie et nos quartiers évoluent. Il faut donc nous adapter en étant à l'écoute des nouvelles réalités et en nous inspirant des meilleures façons de faire. Ce qui m'amène à vous parler de notre futur Plan local de déplacements. Cet automne, nous vous inviterons à participer aux consultations publiques visant la rédaction de cet important document d'orientation. Vos commentaires et suggestions seront de précieuses informations qui nous permettront de bien comprendre vos réalités et d'identifier vos besoins. Grâce à votre participation, nous pourrions faire les meilleurs choix possibles pour la collectivité.

LA RUELLE VERTE RÉJEAN DUCHARME

LUIS GOMEZ . COORDONNATEUR . RUELLES VERTES DU SUD-OUEST

Cet été, la Ruelle Verte Réjean Ducharme située entre les rues Blake, Georges-Vanier, Quesnel et Dominion vivra une transformation importante, car la ruelle a été sélectionnée comme une des six ruelles finalistes lors de l'appel annuel de projets de ruelles vertes réalisé par l'Arrondissement du Sud-Ouest.



PHOTO : LUIS GOMEZ

Menée par la citoyenne madame Rose-Andrée Sauvageau, cette nouvelle section de ruelle verte prévoit la déminéralisation de plus de 160 m carrés de béton, l'ajout de 5 arbres, plusieurs nouveaux bacs de plantation (pour le jardinage hors-sol), une micro-bibliothèque et l'ajout de plusieurs bollards afin de rendre le tout encore plus sécuritaire.

Les travaux seront réalisés entre les mois de juin et août et la plantation des végétaux se fera en collaboration

avec les citoyens et citoyennes lors d'une journée de célébration et de lancement prévue à l'automne 2022.

Ce projet sera réalisé en collaboration avec l'Office municipal de l'habitation de Montréal, car il intervient sur une partie de l'espace qui leur appartient. Comme pour la majorité des projets de ruelles vertes, l'objectif est de transformer l'espace et d'en faire une ruelle sécuritaire, verdie, où tout le monde a une place pour jouer, s'asseoir, apprendre et voir ses ami.es.

Si vous souhaitez connaître tous les détails concernant les travaux, vous pouvez consulter la page suivante : montreal.ca/articles/ruelles-vertes-du-sud-ouest-travaux-damenagement-paysager-en-cours-5868

RÉJEAN DUCHARME RUELLE VERTE

This summer, the Réjean Ducharme Ruelle Verte, which translates to Green Alleyway, between Blake, Georges-Vanier, Quesnel and Dominion streets, will undergo a significant transformation. The alleyway was selected as one of six finalist alleys during the Sud-Ouest borough's annual call for Ruelles Vertes projects.

Led by citizen Rose-Andrée Sauvageau, this new section of green alleyway will have over 160 square metres of concrete revamped and see the addition of five trees, several new planters for above-ground gardening, a micro-library and several guardrails to make it even safer.

The work will be carried out between June and August, and planting the plants will be a collaborative event

with citizens on a day of celebration and the expected launch in fall 2022.

This project will be conducted in collaboration with the Office municipal de l'habitation de Montréal, as the project involves part of the space belonging to them. As for most green alleyway projects, the goal is to transform the space into a secure and green alleyway where everyone has a place to play, sit, learn and see friends.

To learn more about the work, you can visit the following webpage, in French only:

<https://montreal.ca/articles/ruelles-vertes-du-sud-ouest-travaux-damenagement-paysager-en-cours-5868>

LES VICTOIRES DE LA BOURGOGNE THE BURGUNDY AWARDS



PHOTO : KEVIN GEORGE

Le 3 juin 2022, a eu lieu la 9^e édition du gala **Les Victoires de la Bourgogne**. Cette initiative du Comité jeunesse de la Coalition de la Petite Bourgogne a permis de rassembler quelque 200 personnes afin de célébrer le courage, la détermination et la persévérance des jeunes du quartier. De jeunes artistes ont aussi été mis en valeur en ponctuant la soirée de prestations de danse. Les animateurs et les jeunes ambassadeurs qui ont remis les prix ont su inspirer les plus jeunes, et même les plus vieux, avec leurs témoignages. Une belle soirée à l'image de la Petite Bourgogne ! **Bravo à tous les lauréats et lauréates !**

On June 3, 2022, the 9th edition of **The Burgundy Awards** gala was held. This initiative of the Youth Committee of the Little Burgundy Coalition brought together some 200 people to celebrate the courage, determination and perseverance of the neighbourhood's youth. Young artists were also showcased by punctuating the evening with dance performances. The hosts and the young ambassadors who presented the prizes were able to inspire both the youngest and the oldest attendees with their testimonials. It was a great evening, just like Little Burgundy! **Congratulations to all the winners!**

LA PETITE-BOURGOGNE NOURRIT SON MONDE : LES BACS-À-ROSE

ROSE-ANDRÉE SAUVAGEAU . COMITÉ DE QUARTIER

Lorsqu'on parle de rendre l'agriculture urbaine accessible aux citoyens, le Comité de quartier de la Petite-Bourgogne ne manque certainement pas d'ambition. Mis face à la problématique liée aux listes d'attente pour un jardinet dans les jardins communautaires, le Comité a tenté autre chose. L'idée initiale était de permettre à un grand nombre de citoyens de cultiver légumes et fines herbes en des endroits traditionnellement non propices à l'agriculture, tels les toits, les balcons et, pourquoi pas, les terrains inutilisés en ville : talus, ruines, occupation sauvage, débris de construction.

Commence alors l'aventure des bacs-à-Rose. Il fallait d'abord trouver des contenants. Pour ce faire, Rose, une de nos membres, a repris des idées des pionniers de l'agriculture biologique d'il y a quarante ans, dont les anciennes caisses à lait de plastique, bien utiles pour l'acclimatation des plants au printemps et l'entreposage. Elles sont économiques, durables et faciles à nettoyer. Comme elles sont légères aussi et possèdent des anses, on peut les déplacer pour un meilleur ensoleillement, les protéger de la mauvaise température et utiliser au mieux les accidents de terrain.

Rose avait déjà travaillé avec de la paille pour des cultures hâtives et comme un paillis efficace dans le potager. Elle s'est procuré l'an dernier de la paille broyée. Les caisses à lait sont remplies de cette paille déchiquetée, très légère, qu'on compacte en conservant un espace au centre pour y insérer un riche terreau qu'onensemencera, ou bien dans lequel on plantera des tomates ou autre. La

paille compressée une fois arrosée garde l'humidité plus longtemps, l'eau ne s'écoule pas par terre comme dans les coûteux sacs de géotextile, et elle est compostable. Le résultat de 2021 a été si convaincant que le Comité de quartier a adopté le concept et lui a donné le nom de « bacs-à-Rose ».

Il a été décidé pour cette année de commencer par 200 bacs qui seront distribués à des personnes âgées en HLM, seules ou avec des familles, qui voudraient avoir un mini-jardin productif sur leur balcon.

C'est grâce à l'effort extraordinaire des membres que l'on ne s'est pas découragé devant les difficultés. On a trouvé des caisses à lait chez un grossiste. La paille était beaucoup plus chère que prévu, mais on a quand même décidé de foncer. Nous avons distribué un nombre limité de plants de tomates, mais pu fournir en quantité suffisante des semences de haricots nains jaunes, verts ou bleus, et de fines herbes.



Rose-Andrée Sauvageau
PHOTOS : WAITA MENDOZA



Les jeunes de l'Escampette
Les bacs-à-Rose devant la Coalition

Finalement, une entente a été conclue avec les jeunes de l'Escampette, et le 12 mai 2022, les bacs ont été assemblés par eux lors d'un barbecue festif devant la Coalition de la Petite-Bourgogne. La journée était magnifique, l'ambiance festive, les jeunes gens de l'Escampette et les responsables, géniaux ! Il fallait voir les meilleurs hamburgers du monde se faire dévorer... Les membres du Comité de quartier rayonnaient ; certains avaient tellement travaillé ! Mais tout le monde se

disait que ce n'était qu'un début, que d'ores et déjà nous pensions globalement et agissions localement.

Ainsi humblement, timidement, les bacs-à-Rose font leur chemin. Qui sait où l'aventure nous mènera : sur les toits, dans les stationnements, les cours désertes...

**« SOYONS RÉALISTES,
EXIGEONS L'IMPOSSIBLE ! »**

LITTLE BURGUNDY IS FEEDING OUR WORLD: BACS-À-ROSE

The Little Burgundy Neighbourhood Committee certainly doesn't lack in ambition when it comes to making urban agriculture accessible. Faced with the issue of waiting lists for a garden plot in a community garden, the Committee tried something else. The initial plan was to help a large number of citizens cultivate vegetables and fine herbs in places that are not traditionally suitable for agriculture, such as rooftops, balconies, and, why not, unused city land like embankments, ruins, vacant lots and construction debris.

So began the bacs-à-Rose adventure. First came finding containers. To find them, Rose, one of our members, took inspiration from organic agriculture pioneers from 40 years ago. She found old plastic milk crates, which are very useful for acclimatizing plants in the spring and for storage. They're economical, durable and easy to clean. Since they're also light and have handles, they can be moved to better sunlight and protected from bad weather, as well as make the best use of terrain.

Rose had already worked with straw for early crops and to make an effective mulch in the vegetable garden. Last year, she bought shredded straw. The milk crates are filled with this very light shredded straw that we compact

while leaving space in the centre for a rich soil that will be sown, or in which we can plant tomatoes or other plants. The compressed straw, once watered, keeps humid for a long time, keeps water from trickling on the ground like in expensive geotextile bags, and is compostable. The 2021 result was so impressive that the Neighbourhood Committee adopted the concept and gave it the name "bacs-à-Rose."

It was decided that this year, we would start with 200 planters that will be distributed to the elderly in HLMs, who live both alone or with families, and who would like to have a mini garden on their balcony.

It's thanks to the extraordinary efforts of members that we did not get discouraged when faced with difficulties. We found milk crates at a wholesaler. The straw was much more expensive than expected, but we still decided to push forward. We distributed a limited number of tomato plants, but we were able to provide a sufficient amount of yellow, green and blue bush bean seeds and fine herb seeds.

Finally, an agreement was made with youths from l'Escampette, and on May 12, 2022, they assembled the planters during a festive barbecue in front of the Little Burgundy Coalition. The day was magnificent, the atmosphere was festive, and the

l'Escampette youths and the organizers were amazing. The best hamburgers in the world were being devoured, and members of the Neighbourhood Committee glowed; some of them had worked so hard! But everyone was saying it was only a beginning, that we were already thinking globally and acting locally.

So the bacs-à-Rose are slowly and humbly making their way. Who knows where the adventure will take us: on rooftops, in parking lots, in deserted courtyards...

**"BE REALISTIC,
DEMAND THE IMPOSSIBLE!"**

AU CÉDA ON EST LÀ POUR RESTER !

NATHALIE GERMAIN . COORDONNATRICE À LA PROGRAMMATION

Le premier juillet 2022 le CÉda, comme les six autres Centres d'éducation populaire de Montréal (CEP), se verra imposer par le Centre de service scolaire de Montréal (CSSDM) des frais et un loyer qu'il ne peut assumer sans mettre en péril la réalisation de sa mission.

Rappelons que c'est à l'initiative de la Commission scolaire de Montréal, vers le début des années 70, que les Centres d'éducation populaire de Montréal ont été installés gratuitement dans d'anciennes écoles. La Commission scolaire reconnaissait ainsi leur rôle essentiel pour assurer l'accessibilité à l'éducation des adultes aux populations pauvres des quartiers ouvriers.

Si, après plus de 50 ans, la survie de ces Centres est menacée, ce n'est pas parce que leur mission a perdu de sa pertinence, mais bien parce qu'il y a de la part du gouvernement actuel, une absence d'intérêt et de volonté politique pour promouvoir et assurer le droit à l'éducation tout au long de la vie. Ainsi, ce n'est qu'après 3 ans de demandes incessantes que le 12 avril dernier, les Centres auront réussi à rencontrer le ministre Roberge, pour 15 minutes ! Une rencontre à l'issue de laquelle il n'y a eu aucune réponse concrète.

Ayant été dans l'obligation de se déplacer à Québec pour rencontrer le ministre, les Centres en ont profité pour tenir un point de presse à l'Assemblée nationale. Des députés des principaux partis de l'opposition y ont exprimé leur soutien s'ajoutant ainsi à celui des 5 304 signataires de notre pétition et des 83 lettres d'appuis d'organismes et institutions alliés et acteurs importants du milieu de l'éducation. Le 16 mai, c'est au tour de la Ville de Montréal d'exprimer son appui par une déclaration votée à l'unanimité qui affirme :

« Que la Ville de Montréal exprime sa solidarité avec les Centres d'éducation populaire et réaffirme l'importance de leur maintien à Montréal; que la Ville de Montréal appuie la demande de InterCEP et réclame au gouvernement du Québec de prévoir des mesures permanentes pour répondre aux difficultés financières et d'occupation de locaux des Centres d'éducation populaire; que la Ville de Montréal souligne le caractère essentiel des Centres d'éducation populaire afin de renforcer la solidarité et l'inclusion sociale dans la métropole. »

Malgré tous ces appuis, au moment d'écrire ces lignes, nous sommes toujours dans l'incertitude quant à l'issue de notre lutte. Une chose est certaine, il est hors de question pour le CÉda de couper dans les activités et services aux membres et à la population pour payer un loyer. Entre la mission et le béton, sans hésitation le CÉda choisit sa mission. **Pour démontrer sa volonté de résister, les membres et la population sont invités à participer à une occupation symbolique de son bâtiment de la rue Delisle, le 30 juin et le 1^{er} juillet.** Le Carrefour d'éducation populaire de Pointe Saint-Charles, nos amis et alliés de toujours, fera aussi de même dans leur bâtiment de la rue Centre. **On est là pour rester !**

CÉDA: WE ARE HERE TO STAY!

On July 1, 2022, the CÉda, and the other six Centres d'éducation populaire de Montréal (CEP), will be charged fees and rent by the Centre de service scolaire de Montréal (CSSDM) that it cannot afford without jeopardizing its mission.

In the 1970s, it was the Commission scolaire de Montréal (CSDM) that brought about the initiative to establish the CEPs in old schools at no cost. The CSDM thereby recognized their essential role in ensuring access to adult education in poorer working-class neighbourhoods.

After over 50 years, the survival of these CEPs is threatened not because their mission is no longer relevant, but because the current government lacks interest and political will to promote and ensure the right to lifelong education. This is why, after 3 years of continuous requests, the CEPs finally succeeded in meeting Minister Roberge on April 12 – for 15 minutes! A meeting that ended with no real answer.

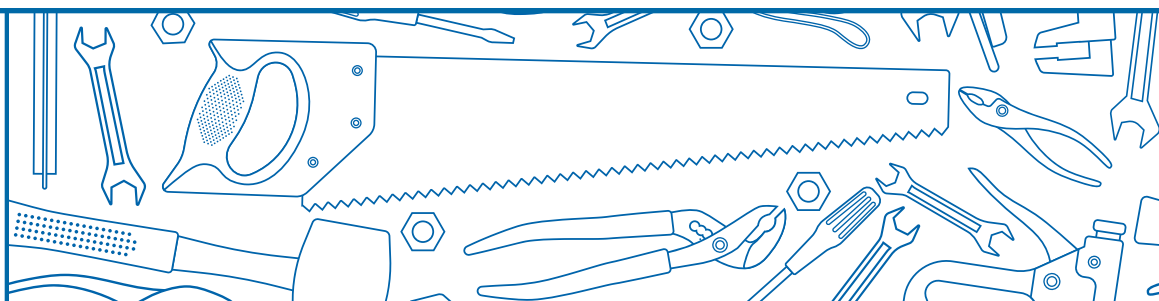
Since the CEPs' representatives had to travel to Quebec to meet the minister, they took advantage of the opportunity to hold a press conference at the National Assembly. Deputies from opposing parties expressed their support, adding to the support of the 5,304 signatories on our petition and the 83 letters of support from allied organizations and institutions and key players in the education sector. It was the City of Montreal's turn to express its support on May 16 through an unanimously voted declaration stating:

“That the City of Montreal expresses its solidarity with the Centres d'éducation populaire and reaffirms the importance of maintaining them in Montreal; that the City of Montreal supports the request of InterCEP and asks the Quebec government to provide permanent measures to respond to the financial and occupancy difficulties of the Centres d'éducation populaire; that the City of Montreal emphasizes the essential character of the Centres d'éducation Populaire to strengthen solidarity and social inclusion in the metropolis.”

Despite all this support, at the moment of publication, we are still uncertain about the outcome of our struggle. One certainty is: the CÉda will not cut its activities and services to members and the population in order to pay rent. Between the building and its mission, the CÉda chooses its mission without hesitation. **To demonstrate its resistance, members and the population are invited to participate in a symbolic occupation of the building on Delisle Street, June 30 and July 1st.** Our long-time friends and allies at the Carrefour d'éducation populaire de Pointe Saint-Charles will do the same in their building on rue Centre.

We are here to stay!

QND
Quincaillerie Notre-Dame
depuis 1889



2371, rue Notre-Dame Ouest . Montréal

Téléphone : 514-932-5616 . 800-932-5616 . Télécopieur : 514-932-0862

HEURES D'OUVERTURE

Lundi : 8:00 – 18:00
Mardi : 8:00 – 18:00

Mercredi : 8:00 – 18:00
Jeudi : 8:00 – 21:00
Vendredi : 8:00 – 21:00

Samedi : 08:00 – 17:00
Dimanche : 10:00 – 17:00

FORUM JEUNESSE • YOUTH FORUM

MOURAD MEBERBECHÉ . CONSEILLER AUX RELATIONS AVEC LA COMMUNAUTÉ AU POSTE DE QUARTIER 15 . PHOTOS : WAITA MENDOZA



David Joseph de Yamajo, qui a remis des souliers à tous les jeunes présents.
David Joseph from Yamajo, who gave shoes to all the young people present.



Michael Farkas, notre hôte de la soirée.
Michael Farkas, our host for the evening.



Frenel Buissereth de Bump et le Commandant Jean-Marc Schanzenbach
avec les jeunes en train de trouver des solutions au racisme systémique.
Frenel Buissereth from Bump and Major Jean-Marc Schanzenbach
with youths finding solutions to systemic racism.



Dominique Anglade avec les jeunes discutant du racisme systémique.
Dominique Anglade with youths discussing systemic racism.



Les jeunes de La Maison des jeunes l'Escampette
Youths from La Maison des jeunes l'Escampette

On Friday, March 11, the first Forum Jeunesse (Youth Forum) was held under the guidance of the Little Burgundy Coalition. The committee was made up of several representatives from youth organizations, such as Youth in Motion, l'Escampette, BUMP, Agente de mobilisation and PDQ15. It welcomed over 60 youths and 20 guests, including elected officials and various personalities from the community.

A rich program was planned with current issues, such as leadership and systemic racism. Youths expressed themselves in the workshops and made clear suggestions to address systemic racism and exert positive leadership within the community.

Thanks to our partners, David Joseph, Jacques Poulin and the police station 15, each youth received a pair of shoes and a hearty meal. A dozen youths also received complimentary tickets to a Montreal Canadiens game.

The Regional Forum organized by the Équipe RDP was an opportunity for our youths to present their concerns on current issues. Équipe RDP: advocacy organization in Rivière des Prairies.

C'est le vendredi 11 mars que s'est tenu le premier Forum Jeunesse, sous l'égide de la Coalition de la Petite-Bourgogne. Le comité, formé de plusieurs intervenant.es d'organismes jeunesse, dont Youth in Motion, l'Escampette, BUMP, Agente de mobilisation et le PDQ 15, a accueilli plus de 60 jeunes et une vingtaine d'invité.es dont des élu.es et diverses personnalités du milieu.

Une riche programmation était planifiée avec des thèmes d'actualité comme le leadership et le racisme systémique. Les jeunes se sont exprimés lors des ateliers et ont fait des suggestions claires pour contrer le racisme systémique et exercer le leadership positif dans la communauté.

Grâce à nos partenaires David Joseph, Jacques Poulin et le Poste 15, chaque jeune a reçu une paire de souliers et un repas copieux. En plus, une dizaine de jeunes ont profité de billets et d'une prise en charge pour un match des Canadiens de Montréal.

Le Forum régional organisé par l'Équipe RDP était l'occasion pour nos jeunes de présenter leurs revendications sur des thèmes d'actualité. Équipe RDP : organisme d'intervention à Rivière des Prairies.

Je verdis MON QUARTIER



Faites pousser la nature en ville grâce aux initiatives de verdissement offertes par votre Arrondissement.

- Programme d'adoption de carrés d'arbre
- Ruelles vertes
- Agriculture urbaine
- Grainothèque



Pour en savoir plus:
montreal.ca/Sud-Ouest



@LeSudOuest

#JeVerdisMonQuartier



FARMING IN THE CITY: COMMUNITY GARDENING IN MONTREAL

Would you like to garden or simply learn about urban agriculture? The Sud-Ouest recommends three projects: community gardens, collective gardens and self-service urban agriculture planters. In the Sud-Ouest, there are six community gardens with over 450 plots.

A little history: community gardens were developed after a historical tragedy in October 1974 when, following a fire that ravaged many neighbourhoods, residents salvaged a plot of land to grow a vegetable garden.

Some of the gardens have sections with specific themes—such as plots for children, retirees or members of co-op groups. Other gardens are for a specific type of crop, such as corn. Each plot of land has its own approach to cultivation.

The gardens favour agriculture that is as close as possible to traditional methods in order to respect the history of the sites. Each person is responsible for cultivating and maintaining their plot. The gardens generally prioritize allocation to residents of the borough.

THE ADVANTAGES

Gardening sessions can bring together experienced gardeners and novices. This transfer of knowledge is beneficial to all and enriches the garden. Co-gardeners can also exchange vegetables or help maintain a neighbour's plot. The sine qua non for the creation of a community garden is a group of inspired neighbors ready to embark on adventure. It also helps to form a neighbourhood association, where the expenses and revenues of the garden can be shared.

The garden is an ideal place to organize activities between neighbours and residents of the neighbourhood.

And if the community garden is fertile, why not set up a small community market to sell fruits and vegetables to the neighbourhood?

- **Des Seigneurs Community Garden**
- **La Légumière Rose-de-Lima Community Garden:**
3467 Delisle Street
- **Little Burgundy Garden:** 2247 Quesnel Street / entrance on Blake Street

FIND OUT MORE ABOUT WHAT PROCEDURE TO FOLLOW IN YOUR BOROUGH

Plots of land for a vegetable garden (90 gardeners and 2 gardening boxes for people with reduced mobility) are available at a low cost. You must be a member to take advantage of these plots.

Priority access to the gardens is given to residents of the Sud-Ouest. Requests must be made to the borough via the [community gardens website](#).

The waiting period varies between two and five years.

CULTIVER EN VILLE : LE JARDINAGE COMMUNAUTAIRE À MONTRÉAL

ASSIA ZAIDI . RÉSIDENTE

Vous souhaitez jardiner ou simplement vous familiariser avec l'agriculture urbaine ? Le Sud-Ouest vous propose trois initiatives : les jardins communautaires, les jardins collectifs, des bacs d'agriculture urbaine en libre-service. Dans le Sud-Ouest, on compte six jardins communautaires comprenant plus de 450 jardinets.

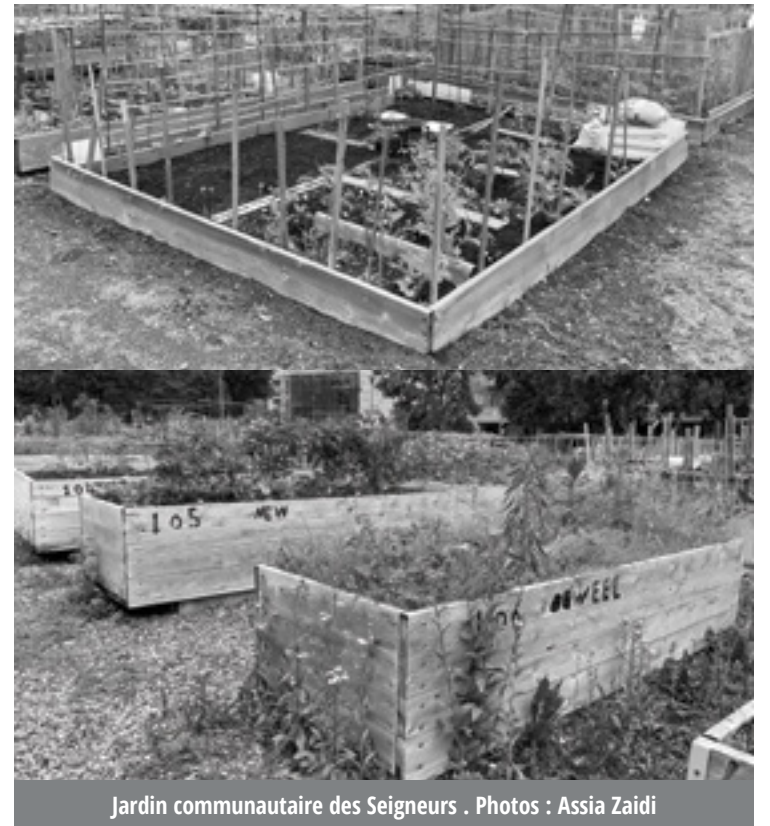
Pour la petite histoire, les jardins communautaires sont nés suite à un drame historique. Octobre 1974, un incendie ravage de nombreux quartiers et les résident.es réclament une parcelle de terre pour cultiver un potager.

Certains jardins comprennent des sections ayant une vocation spécifique, par exemple des parcelles cultivées collectivement pour le maïs, d'autres destinées aux enfants, aux retraités ou encore à des membres de groupes coopératifs. Chaque parcelle de terre a sa propre orientation pour cultiver.

Ces jardins valorisent une agriculture se rapprochant le plus possible des méthodes artisanales afin de respecter la culture des sites utilisés. Dans ce type de jardin, chaque personne est responsable de cultiver et d'entretenir sa parcelle. Elles sont généralement attribuées en priorité aux résidents de l'arrondissement.

LEURS AVANTAGES

Des sessions de jardinage peuvent réunir des jardiniers chevronnés et des apprentis. Ce transfert de connaissances est profitable à tous. Le jardin est embelli. Les co-jardiniers peuvent



Jardin communautaire des Seigneurs . Photos : Assia Zaidi

aussi échanger des légumes, s'occuper de l'entretien de la terre d'un voisin. La condition sine qua non à la création d'un jardin communautaire est d'être un groupe de voisins motivés et prêts à se lancer dans l'aventure. Le mieux est de créer une association de quartier. Les dépenses et les recettes du jardin peuvent ainsi être partagées.

Propice à l'échange et au partage, c'est un lieu privilégié pour organiser des activités entre voisins et habitants du quartier.

Et si le jardin communautaire est très fertile, pourquoi ne pas organiser un petit marché communautaire pour vendre des légumes et des fruits aux gens du quartier.

- **Jardin communautaire des Seigneurs**
- **Jardin communautaire La Légumière Rose-de-Lima :**
3467 Rue Delisle
- **Jardin Petite-Bourgogne :** 2247 Rue Quesnel : entrée sur la rue Blake

INFORMEZ-VOUS SUR LA MARCHÉ À SUIVRE DANS VOTRE ARRONDISSEMENT

Des parcelles de terre (90 jardinets et 2 bacs de jardinage pour personnes à mobilité réduite) sont offertes pour cultiver un potager, à faible coût. Il faut être membre pour en profiter.

Pour l'accès à ces jardinets, une priorité est donnée aux résidents du Sud-Ouest et une demande doit être adressée à l'arrondissement via le [site des jardins communautaires](#).

Le temps d'attente varie entre deux et cinq ans.

CALENDRIER DES ACTIVITÉS DE LA BIBLIOTHÈQUE RÉJEAN-DUCHARME

Toutes les activités à la bibliothèque sont gratuites ! Pour s'inscrire : 514-872-2001 • 514-872-2002 • montreal.ca/lieux/bibliotheque-rejean-ducharme
2450, rue Workman • Surveillez notre page [facebook/bibliothequeRejeanDucharme](https://www.facebook.com/bibliothequeRejeanDucharme)

JEUNES

CLUB DE LECTURE D'ÉTÉ TD : MYTHIQUE ET LÉGENDAIRE !

Pour les enfants de 0-13 ans • Pendant tout l'été.

Le club de lecture : un moyen facile et amusant d'encourager les enfants de 0 à 13 ans à lire et à se faire lire. En s'inscrivant, l'enfant recevra un carnet d'activités, des autocollants et pourra participer à notre incontournable quiz de la jarre à bonbons. Pendant tout l'été, il y aura des trousseaux de bricolage et de livres à emprunter et de nombreux prix à gagner!

Inscription sur place à l'étage des jeunes.

DIDI RACONTE • 0-5 ans • Animée par Diane Desfossés

Les mardis 21 juin, 12 juillet, 23 août et 20 septembre (0-2 ans) à 10 h 30

Entrez dans le monde fabuleux des histoires avec Didi. Un moment doux ou actif au rythme des mots, des chansonnettes et des comptines ! INSCRIPTION REQUISE

HISTOIRES DE CIRQUE ET BRICO • 4-8 ans • Animée par Diane Desfossés

Dimanche 10 juillet à 15 h

Montréal complètement cirque est au parc Vinet ! À la bibliothèque, on en profite pour une heure du conte et un bricolage complètement cirque ! INSCRIPTION REQUISE

CINÉMA: CHANTEZ 2 (Universal Pictures, 2021) • Pour la famille

Mercredi 20 juillet à 18 h

Cinéma en famille à la bibliothèque! La suite des aventures du joyeux koala Buster Moon et de ses amis chanteurs, alors qu'ils cherchent à monter un gros spectacle avec une star recluse.

LE RETOUR DU CLUB LÉGO® • 5 ans +

Les dimanches 31 juillet et 28 août à 15 h

Des centaines de blocs sont à votre disposition pour construire et inventer des machines, des maisons ou des véhicules tout droit sortis de votre imagination.

L'HEURE DU CONTE AVEC NADINE 0-5 ans • Animée par Nadine Brière

Les mardis 16 août et 13 septembre à 10 h 30

Découvrez avec Nadine des histoires incroyables, des comptines et des jeux amusants qui vous feront vivre de grandes aventures ! INSCRIPTION REQUISE

CLÔTURE DU CLUB DE LECTURE D'ÉTÉ TD: UNE AVENTURE LÉGENDAIRE !

6 ans + • Animée par Nadine Brière • Dimanche 21 août à 15 h

Une animation spéciale avec des histoires rocambolesques et un grand tirage pour les participants du club de lecture d'été TD. INSCRIPTION REQUISE

ADULTES

CLUB DE TRICOT MAILLE MAILLE

Tous les mercredis de 13 h 30 à 15 h 30

Apportez laine et aiguilles et venez partager votre expérience tout en profitant de celle des autres participant.es. Atmosphère amicale et détendue, rire et plaisir assurés !

LE CORRIDOR CULTUREL, VOTRE DESTINATION CULTURELLE DU SUD-OUEST POUR L'ÉTÉ 2022 !

INÈS MACHAT . COORDINATRICE DE PROJET DU CORRIDOR CULTUREL

Le Corridor Culturel, initiative portée par MR-63, est un parcours reliant le Vieux-Montréal et le Sud-Ouest afin de faire rayonner la culture et les arts dans nos quartiers. Du Marché Atwater à Pointe-à-Callière, ce lien de 3,6 km relie plus de 15 acteurs culturels, dont le Centre Culturel Georges Vanier, Dare Dare et le Centre PHI.



Événement festif réalisé par MR-63 dans la Petite-Bourgogne, durant les Dimanches F-MR, en 2021. / Lively event in Little Burgundy on F-MR Sundays in 2021, produced by MR-63. Photo : Frédéric Morin-Bordeleau

Et pour cette saison 2022, le Corridor Culturel veut participer à la vie des quartiers ! Avec la SDC des Quartiers du Canal et le Quartier de l'Innovation, nous allons créer et animer une première place publique éphémère dans Griffintown. Et d'autres se concrétiseront sous réserve de financement additionnel, pour vous accueillir et faire vivre nos quartiers jusqu'à octobre.

RASSEMBLER . CRÉER . S'AMUSER

Par la mise en valeur de notre espace public, nous souhaitons favoriser des points de rencontres accueillants, vous permettant d'échanger. Nous organiserons ainsi sur ces places publiques

éphémères des ateliers, concerts, activités culturelles et sportives, pour vous proposer des échappées ludiques. C'est pour cette raison que nous vous invitons à nous partager vos idées et projets.

Artistes, étudiant.es, résident.es du Sud-Ouest, professionnel.les ou organismes, un appel à projet est ouvert pour créer et animer ensemble des espaces qui vous ressemblent.

**À BIENTÔT
SUR LE CORRIDOR CULTUREL !
SEE YOU SOON
ON THE CULTURAL CORRIDOR!**

THE CULTURAL CORRIDOR YOUR SUD-OUEST CULTURAL DESTINATION FOR SUMMER 2022!

The Cultural Corridor, an initiative supported by MR-63, is a pathway from Old Montréal to the Sud-Ouest that promotes culture and the arts in our neighbourhoods. From the Atwater Market to Pointe-à-Callière, this 3.6 km pathway connects more than 15 cultural spaces, including the Centre Culturel Georges Vanier, Dare Dare, and the Centre PHI.

This season, the Cultural Corridor wants to participate in neighbourhood life! With the SDC des Quartiers du Canal and the Quartier de l'Innovation, we will create and host the first ephemeral public square in Griffintown—up until October. As additional funding is secured, more projects will be installed to attract your attention and bring our neighbourhoods to life.

GATHER . CREATE . ENJOY

By enhancing our public spaces, we want to create welcoming meeting places where you can interact. Workshops, concerts, cultural and sports activities will be held in these temporary public spaces to provide fun getaways for you. This is why we invite you to share your ideas and projects with us.

The call for projects is open to artists, students, residents, professionals or organizations of the Sud-Ouest to create and bring to life spaces that reflect who you are.

REJOIGNEZ-NOUS / JOIN US: MR63.CA/CORRIDOR-CULTUREL



DES MOTS QUI CONTENT

ROSANNE PETRARCA . BIBLIOTHÉCAIRE À LA BIBLIOTHÈQUE RÉJEAN-DUCHARME

Nous avons la chance d'accueillir, à la bibliothèque Réjean-Ducharme, deux merveilleuses conteuses pour les enfants : Nadine Brière et Diane Desfossés. Elles animent les Contes et bricolage pour les 4 à 8 ans ainsi que les heures du conte pour les 0 à 5 ans.



Nadine Brière . Photo : Lise Martin

Nadine Brière est comédienne et exerce le métier de conteuse depuis maintenant 6 ans. Diane Desfossés, quant à elle, est conteuse depuis plus de 20 ans. Pour nous, elle est « Didi raconte ».

Diane et Nadine ont la même approche. Lors de leurs animations, elles accueillent les participants et mettent à l'aise les parents car certains ont peur que leur petit dérange les autres. Un public de bébés est bien sûr un public bruyant, qui bouge et c'est normal!

Une heure du conte pour les tout-petits n'est jamais statique mais plutôt dynamique! Toujours avec le livre, nos conteuses peuvent intéresser leur public de bien des façons différentes: une marionnette, une comptine, une gestuelle, des intonations dans la voix...

Mais pourquoi raconter des histoires à un bébé? Que va-t-il comprendre? Au-delà de la compréhension du texte et des illustrations, un bébé ressent les émotions. Diane Desfossés raconte: « Une fois, je lisais une histoire où un petit lapin se blessait. Il pleurait. J'ai dû être bien convaincante car un tout-petit d'un an est venu me consoler sous les yeux émus de sa maman (et des miens). C'était la première fois qu'il faisait preuve d'une si grande empathie! »

Nos conteuses ont développé une grande expertise en littérature jeunesse et donnent des conseils tout en racontant. Qu'est-ce qu'elles aiment dans ce métier?

« C'est l'un des plus beaux métiers du monde! Chaque bibliothèque où tu travailles possède une âme, une vie bien à elle. J'adore faire découvrir ces lieux magiques au plus grand nombre, petits et grands, en travaillant avec des livres qui accrochent et font vivre des émotions », répond Nadine.



Diane Desfossés . Photo : Bibliothèque Réjean-Ducharme

« Chaque animation est différente! Chaque enfant est unique; pour les adultes, c'est pareil! J'aime aussi explorer tout ce que l'on peut faire à partir d'une histoire (musique, art, écriture, activité physique). J'aime avant tout communiquer ma passion pour la littérature, faire des découvertes et me laisser surprendre! », nous partage Diane.

Nadine ajoute : « Je racontais l'album L'Abri de Céline Claire. Une jeune participante m'interrompt et me dit: "Je les connais ces ours, ce sont des ours colères." Moi de répondre: "Oui tu as raison, ce sont des ours POLAIRES qui cherchent un abri avant la tempête." La petite cocotte me répond du tac au tac: "Non Nadine, ce sont des ours colères. Ils sont en colère d'avoir perdu leur maison." Mon coeur a fondu! Imagine le visage des parents assis avec nous! Ce sont ces petits moments qui rendent ce métier si doux et si important. »

Pour rencontrer nos conteuses, inscrivez-vous aux heures du conte de la bibliothèque Réjean-Ducharme / To meet our storytellers, register for storytime at the Réjean-Ducharme library: 514-872-2002 • montreal.ca/lieux/bibliotheque-rejean-ducharme.

THE POWER OF WORDS

The Réjean-Ducharme library is very fortunate to welcome two amazing storytellers for children: Nadine Brière and Diane Desfossés. They animate Contes et bricolage [Stories and Crafts] for 4 to 8 year olds as well as storytime for 0 to 5 year olds.

Nadine Brière is an actor and has been a storyteller for 6 years now. Diane Desfossés, meanwhile, has been a storyteller for more than 20 years. To us, she is "Didi tells."

Diane and Nadine have the same approach. During their events, they welcome participants and put parents at ease, as some are afraid that their little one will disturb others. An audience of babies is of course a noisy bustling audience, and that's normal!

Storytime for toddlers is never static but rather dynamic! Besides using books, our storytellers can interest their audience in many different ways: with a puppet, a nursery rhyme, a gesture, vocal intonations...

But why tell stories to a baby? Will they even understand? Beyond the words and illustrations, a baby feels emotions. Diana Desfossés explains: "Once, I was reading a story where a little rabbit was injured. It was crying. I must have been

very convincing because a one-year-old toddler came to comfort me, watched closely by the emotional eyes of his mother (and mine). It was the first time he had shown meaningful empathy!"

Our storytellers have developed an impressive expertise in children's literature and give advice while storytelling. What do they like about this job?

"It is one of the most beautiful professions in the world! Every library where you work has a soul, a life of its own. I love helping people discover these magical places in growing numbers, both young and old, by working with books that hook you and make you experience emotions," Nadine explains.

For Diane, "Every animation is different! Each child is unique; the same goes for adults! I also like to explore everything that can be done with a story (music, art, writing, physical activity). Above all, I like to communicate my passion for literature, discover new things and let myself be surprised!"

Note: The last paragraph in the original article in French has not been translated, as the play on words would be lost in translation.

ENFIN ! J'AI TROUVÉ UNE PLACE POUR M'EXPRIMER.

« Le CÉDA m'a accueillie avec les bras grands ouverts, dans le respect et sans jugement.

Moi j'ai un problème d'apprentissage quand je lis je ne comprends pas toujours.

Les animateurs et animatrices me motivent, ils me redonnent le goût de persévérer.

J'apprends à lire, à écrire et à mieux comprendre ce que je lis à mon rythme.

Je suis rendue meilleure pour m'exprimer.

J'ai moins peur quand je reçois une lettre du gouvernement par la poste, j'ai plus d'assurance à lire et à comprendre ce que je lis.

Apprendre et découvrir de nouvelles choses m'ouvre des portes et me permet d'avancer et d'atteindre mes objectifs.



Nicole Murray . Photo : Danielle Arcand

Au CÉDA on m'a montré comment congeler des légumes, mieux lire mes recettes, avoir de l'organisation dans une cuisine et gérer un budget.

Cela m'a permis d'améliorer ma confiance en soi, ça me donne du courage pour avancer dans la vie. »

FINALLY! I'VE FOUND A PLACE WHERE I CAN EXPRESS MYSELF.

“CÉDA welcomed me with arms wide open, respectfully and without judgement.

I have a learning problem: when I read, I don't always understand.

The facilitators motivate me, they make me want to persevere.

I'm learning how to read, to write and to better understand what I read, at my own pace.

I'm becoming better at expressing myself.

I'm less scared when I get a letter from the government in the mail, I'm more confident about reading and understanding what I read.

Learning and discovering new things is opening doors for me and allows me to make progress and reach my goals.

At CÉDA they taught me how to freeze vegetables, better read my recipes, be organized in the kitchen and manage a budget.

It's allowed me to improve my self-confidence and it gives me courage to move ahead in life.”

Pour s'inscrire en alphabétisation • 514-596-4428
To sign up for literacy classes • 514-596-4428

LE PROGRAMME ACCÈS-LOISIRS EST DE RETOUR DANS LE SUD-OUEST

CLAUDIA MARRON . ACCÈS-LOISIRS SUD-OUEST

Les 2 et 3 mai derniers, l'arrondissement du Sud-Ouest a organisé une rencontre d'information pour orchestrer le retour du programme Accès-Loisirs dans le Sud-Ouest. Près de 25 organismes y ont participé.

Cette rencontre avait pour objectif de présenter le programme et mettre sur pied un comité de suivi pour organiser la prochaine édition qui aura lieu cet automne.

Ce programme, implanté dans plus de 300 municipalités au Québec, vise à rendre le loisir sportif, culturel, et de plein air accessible gratuitement aux personnes de 0 à 99 ans vivant une situation de faible revenu. L'approche est simple, mobilisatrice et mène à une action commune favorisant l'accessibilité aux loisirs tout en contribuant à la lutte à la pauvreté et à l'exclusion sociale.



PHOTO : ARRONDISSEMENT

Le succès d'Accès-Loisirs repose sur la participation de nombreux acteurs du milieu. Merci à tous les groupes impliqués ! Ne manquez pas la promotion qui sera diffusée par l'Arrondissement en juillet pour connaître les détails des séances d'inscription aux activités.

THE ACCÈS-LOISIRS PROGRAM IS BACK IN THE SUD-OUEST

On May 2nd and 3rd, the Sud-Ouest borough organized an information session to coordinate the return of the Accès-Loisirs program. Nearly 25 organizations participated.

The objective of the meeting was to present the program and set up a follow-up committee to organize the next session, which will take place this fall. The program, which exists in more than 300 municipalities in Quebec, aims to make sports, cultural and outdoor recreation

accessible and free of charge to people from ages 0 to 99 who live in low-income circumstances. The approach is simple: mobilize to promote accessibility to recreation while contributing to the fight against poverty and social exclusion.

The success of Accès-Loisirs relies on the participation of many members in the community—so thank you to all the groups involved. In July, the borough will circulate about details on the registration sessions—keep an eye out!

Arsenal art contemporain • 2020 William • 514-931-9978 • arsenalcontemporary.com
Jusqu'au / To July 24: Frida Kahlo . The Life of an Icon

Desjardins
Caisse du Sud-Ouest
de Montréal

AU COEUR DE VOTRE VIE

6 POINTS DE SERVICES
POUR MIEUX VOUS SERVIR :

CENTRE DE SERVICES ALLARD
2645, rue Allard

CENTRE DE SERVICES ATWATER
3021, rue Notre-Dame Ouest

CENTRE DE SERVICES GRIFFINTOWN
1218, rue Notre-Dame Ouest

**CENTRE DE SERVICES POINTE-
SAINT-CHARLES**
1690, rue Saint-Patrick

CENTRE DE SERVICES SAINT-HENRI
4545, rue Notre-Dame Ouest

CENTRE DE SERVICES VILLE-ÉMARD
6000, boulevard Monk

UN SEUL NUMÉRO : 514 380-8000

VANESSA LEGER. LISTEN TO LIFE THROUGH THE BODY

The Georges-Vanier Cultural Center (CCGV) offers several dance classes for all ages. In the upcoming fall season, Vanessa Léger, a new teacher at the CCGV, will give ballet-jazz classes for 6-8 year olds and 9-12 year olds, and choreographic jazz classes for adults. She will also offer private lessons, upon request.

Although she was a creative and playful child, Vanessa sometimes had difficulty fitting in and expressing herself. Her parents decided to introduce her to dance as a means of expression, by enrolling her in lessons. It is through these dance classes that the young Vanessa had found her place! The fulfillment that she experienced while dancing then allowed herself to feel deeply and to share this feeling with others. This life experience and the exploration of movement were so significant for Vanessa that she decided to pursue college and university studies in dance. During her academic journey, Vanessa met unforgettable teachers who were able to motivate her and give her self-confidence, pushing her to surpass herself.

Today, Vanessa wants to pass on that same encouragement to her own students. In return, teaching constantly opens itself to human relationships. Vanessa learned how to see the particularities of her students. She manages to identify their way of functioning and learning, and then adapts her language accordingly. For example, to an engineer, she would talk about technical angles, while to a painter, she would talk about the concept of hair in the wind. With her 10 years of experience in pedagogy, Vanessa has taught a variety of dance styles to a varied audience. She even had her own dance studio for five years.

This fall 2022, Vanessa will give choreographic jazz and ballet-jazz lessons at the CCGV. Her pedagogical approach prioritizes improvisation. Gradually, the goal is to bring out the movements that come instinctively to her students. Thereafter, she helps them to explore to better guide them to dance: "You just need to have someone who believes in you, who propels you to levels not thought possible," she specifies.

Outside of her classes, Vanessa likes to dance spontaneously. She chooses a place, a song or an idea that makes her want to move. Then, she closes her eyes and lets herself be carried away by the rhythm and the movement. Embodying fluidity, she imagines dancing in a fountain or floating like a leaf carried by the breeze. Whether listening in the moment and moving to the rhythm of the elements or listening to the uniqueness of each of her students, one thing is certain, Vanessa has great artistic intuition! Her enormous receptivity allows her to translate the life she observes through movement, into herself as well as into her students.

The CCGV is delighted to welcome Vanessa Léger among its teachers for the fall 2022 session!

The CCGV also collaborates with two other dance teachers: Claudine Malard, a teacher at the CCGV for more than 20 years, who notably gives lessons in African dance and choreographic stretching for adults. And Stéphanie Lachance, a teacher at the CCGV for 12 years, gives classes for children, entitled Creative Dance, Multi-dance and Introduction to Ballet.



MUSIQUE . ARTS VISUELS . DANSE

VANESSA LÉGER ÉCOUTER LA VIE AVEC LE CORPS

JONATHAN MENDEL . CCGV

Le Centre culturel Georges-Vanier (CCGV) offre plusieurs cours de danse pour tous les âges. En automne 2022, Vanessa Léger, une nouvelle professeure au CCGV, donnera des cours de ballet-jazz pour les 6-8 ans et les 9-12 ans, et des cours de jazz chorégraphique pour les adultes. Elle offrira également des cours privés, sur demande.

Bien qu'elle était une enfant créative et enjouée, Vanessa avait parfois de la difficulté à s'intégrer et à s'exprimer. Ses parents ont alors pensé à l'initier à la pratique de la danse comme moyen d'expression, en l'inscrivant à des cours. C'est à travers ces cours de danse que la jeune Vanessa a su trouver sa place! L'épanouissement qu'elle vivait en dansant lui permettait alors de se sentir profondément elle-même et de partager cette sensation avec les autres. Cette expérience de vie et l'exploration du mouvement ont été si marquantes pour Vanessa qu'elle a décidé de poursuivre des études collégiales et universitaires en danse. Pendant son cheminement académique, Vanessa a rencontré des professeures inoubliables qui ont su la motiver et lui donner confiance en elle, en la poussant à se dépasser.

Aujourd'hui, Vanessa veut transmettre ces encouragements à ses propres élèves. En retour, l'enseignement ouvre constamment ses horizons en termes de rapports humains. Vanessa a appris comment percevoir les particularités de ses élèves. Elle parvient à cerner leur manière de fonctionner et d'apprendre, et adapte alors



Vanessa Léger . Photo : CCGV

son langage en conséquence. À titre d'exemple, à un.e ingénieur.e, elle parle d'angles techniques, tandis qu'à un.e peintre, elle parle d'impressions de cheveux dans le vent. Avec ses 10 ans d'expérience en pédagogie, Vanessa a enseigné une panoplie de styles de danse à un public varié. Elle a même eu son propre studio de danse pendant 5 ans.

Cet automne 2022, Vanessa donnera des cours de jazz chorégraphique et de ballet-jazz au sein du CCGV. Son approche pédagogique priorise l'improvisation. Progres-

sivement, l'objectif est de faire ressortir les mouvements qui viennent instinctivement à ses élèves. Par la suite, elle les aide à explorer pour mieux les guider à danser : « Il suffit d'avoir quelqu'un qui croit en nous, qui nous propulse à des niveaux qu'on ne pensait pas possibles » précise-t-elle.

En dehors de ses cours, Vanessa aime danser spontanément. Elle choisit un endroit, une chanson ou une idée qui la fait vibrer. Puis, elle ferme les yeux et se laisse emporter par le rythme et le mouvement. Incarnant la fluidité, elle se met à danser dans une fontaine ou à s'imaginer flotter comme une feuille portée par la brise. Qu'il s'agisse de l'écoute du moment pour bouger au rythme des éléments ou l'écoute de la singularité de chacun.e de ses élèves, une chose est certaine, Vanessa est dotée d'une grande intuition artistique! Sa grande réceptivité lui permet de traduire la vie qu'elle observe à travers le mouvement, en elle-même ainsi qu'en ses élèves.

Le CCGV est ravi d'accueillir Vanessa Léger parmi ses professeures dès la session d'automne 2022 !

Le CCGV collabore également avec deux autres professeures de danse : Claudine Malard, enseignante au CCGV depuis plus de 20 ans, elle donne notamment des cours de danses africaines et d'étirements chorégraphiques pour adultes. Ainsi que Stéphanie Lachance, enseignante au CCGV depuis 12 ans, elle donne des cours pour enfants, intitulés Danse créative, multi-danse et introduction au ballet.

AIDE JURIDIQUE / LEGAL AID

SERVICES JURIDIQUES
COMMUNAUTAIRES
COMMUNITY LEGAL SERVICES
2533, rue Centre # 101 • 514-933-8432
servjur@bellnet.ca

www.servicesjuridiques.org

Centre local d'aide juridique . Accès à la Justice Défense des droits / Local legal aid center . Access to Justice . Advocacy

BIBLIOTHÈQUE RÉJEAN-DUCHARME

2450, rue Workman
Adultes : 514-872-2001
Jeunes : 514-872-2002
Abonnement gratuit: livres, revues, DVD, CD, jeux vidéos, jeux de société, semences, instruments de musique, accès à Internet et activités pour toute la famille.

Free membership: books, magazines, DVDs, CDs, video games, board games, seeds, musical instruments, internet access and activities for the whole family.

ÉLUS / LOCAL REPRESENTATIVES

Conseillers municipaux / City Councillors
514-872-6114

MME DOMINIQUE ANGLADE
Députée provinciale / Provincial MNA
3269, rue St-Jacques • 514-933-8796
dominique.anglade.shsa@assnat.qc.ca

M. MARC MILLER
Député fédéral / Federal MP
3175, rue St-Jacques • 514-496-4885
Marc.Miller@parl.gc.ca

EMPLOI / EMPLOYMENT

CARREFOUR JEUNESSE
EMPLOI SUD-OUEST
3181, rue Saint-Jacques • 514-934-2242
Soutien aux jeunes de 16 à 35 ans dans leurs démarches à l'employabilité.
Support for young people between the ages of 16 and 35 in their job search efforts.

EMPLOI-QUÉBEC
1055, rue Galt, Verdun • 514-864-6646
Services d'aide à l'emploi et d'aide financière.
Employment and financial assistance.

RESO • 3181, rue Saint-Jacques
2^e étage • 514-931-5737 # 254
Services individuels pour vous aider à faire un retour en emploi ou en formation (CV, entrevue, choix professionnel).
Services to help you go back to work or go back to school (CV, interview, professional choices).

TYNDALE ST-GEORGES
Département pour adultes
753 des Seigneurs • 514-989-2155
Programmes pour acquérir les compétences et qualifications nécessaires pour répondre aux exigences du milieu du travail.
Programs for empowering people with skills and qualifications to meet the demands of the work environment.

ENVIRONNEMENT / ENVIRONMENT

ÉCO-QUARTIER SUD-OUEST
525, rue Dominion • 514-872-0122 # 3
Verdissement, recyclage, compostage, embellissement, propreté.
Greening, recycling, composting, beautification, cleanliness.

ÉCOCENTRE LASALLE
7272, rue St-Patrick • 514-872-0384
Site de réemploi et récupération de matières résiduelles.
Site of reuse and recovery of waste materials.

HABITATION / HOUSING

OFFICE MUNICIPAL D'HABITATION DE MONTRÉAL • 514-868-5588
Pour de l'information ou pour faire une demande de logement à loyer modique.
For information or to fill out an application or affordable housing.

BÂTIR SON QUARTIER • 514-933-2755
Groupe de ressources techniques – Coopératives et OBNL d'habitation
Si vous cherchez à habiter en coopérative d'habitation.
If you would like to live in a cooperative housing.

P.O.P.I.R Comité logement / Housing committee . 2515, rue Delisle # 209
514-935-4649
Défense des droits des locataires
Tenant advocacy

SANTÉ / HEALTH

CLSC Saint-Henri – Petite-Bourgogne
3833, rue Notre-Dame Ouest
514-933-7541
Soins et services de santé : consultation avec un médecin, vaccination, services psychosociaux et autres. Services gratuits.
Health services: medical consultations, vaccines, psychosocial services, etc. Services are free.

SÉCURITÉ / SECURITY

SERVICE DE POLICE Ville de Montréal
Poste de quartier 15
1625, rue de l'Église
Métro Jolicoeur • 514-280-0115
Ouvert tous les jours de 9 h à 19 h
Open from 9 a.m. to 7 p.m.
En cas d'urgence / In case of an emergency: 911

Projet BUMP • Prévention Sud-Ouest
719, rue des Seigneurs • 514-931-3157
Médiation urbaine, soutien aux résidents et références
Urban mediation, support for residents and referrals

INFO-CRIME / 24 h • 514-393-1133
Si vous voulez communiquer des informations concernant des activités criminelles. Anonyme et confidentiel.
Fight against crime by calling anonymously to report any criminal act. Calls are confidential.

VILLE DE MONTRÉAL

815, Bel-Air . 1er étage
BUREAU ACCÈS MONTRÉAL
Lundi au vendredi . 9 h à 17 h
INFORMATIONS
ET PLAINTES : 311
Pour obtenir des informations, faire des demandes ou déposer une plainte. Lundi au vendredi :
8 h 30 à 20 h 30
fins de semaine, jours fériés :
9 h à 17 h
ACCÈS MONTRÉAL OFFICE
Monday to Friday: 9 a.m. to 5 p. m.
INFORMATION
AND COMPLAINTS: 311
For information, requests or to file a complaint. Monday to Friday: 8:30 a.m. to 8:30 p.m.
Weekends, holidays:
9 a.m. to 5 p.m.



Dominique Anglade

Députée de Saint-Henri–Sainte-Anne
Cheffe de l'opposition officielle
Porte-parole de l'opposition officielle responsable de la Charte des Régions

Bureau de circonscription

3269, rue Saint-Jacques
Montréal (Québec) H4C 1G8
Téléphone : 514 933-8796
Télécopieur : 514 933-4986
dominique.anglade.shsa@assnat.qc.ca





ON MARCHERA SUR NOTRE-DAME CET ÉTÉ !

Du 7 au 10 juillet, à l'initiative des commerçants et grâce à l'arrondissement du Sud-Ouest, La SDC, les quartiers du canal organise une piétonnisation entre Atwater et Vinet.

À deux pas, d'un des trois Géants du festival complètement cirque situé au parc Vinet, venez profiter de l'extension de terrasses, du mobilier urbain et des placottoirs installés pour l'occasion.

CALENDRIER • ÉTÉ 2022 SUMMER • CALENDAR

JUIN / JUNE • JUILLET / JULY • AOÛT / AUGUST

FÊTE NATIONALE / NATIONAL DAY Notre langue aux mille accents !

24 Juin / June 24 . Parc Vinet
Méchoui : 2\$. Célébration de la Fête Nationale du Québec avec un souper gastronomique : Méchoui Agneau Halal. Artistes, Clowns, Gonflables, Jeux pour les enfants. Au CÉDA en cas de pluie.

FÊTE DU CANADA / CANADA DAY Notre langue aux mille accents !

1^{er} Juillet / July 1 . Parc Oscar Peterson
GRATUIT • Célébration du Canada avec jeux, kermesse, musique et gâteau.
Contact : M. P. Farkas

LA CYCLOVIA DU SUD-OUEST

La Cyclovia sur le boulevard Monk aura lieu les dimanches 19 juin, 10 juillet et 21 août, de 12h30 à 16h30, entre les rues Saint-Patrick et Raudot.

CYCLOVIA IN THE SUD-OUEST

The Cyclovia is back on Monk Boulevard and will take place Sundays on June 19, July 10 and August 21, from 12:30 p.m. to 4:30 p.m. between, Saint-Patrick and Raudot streets.



ATELIER SOLUTIONS AUX DETTES ACEF du Sud-Ouest de Montréal

Jeudi 7 juillet . 18h30 à 20h . En ligne
GRATUIT . Vos dettes vous causent des soucis et vous ne savez plus par quel bout commencer ? Bienvenue à toutes et tous !
Inscrivez-vous : 514-362-1771
bonjour@acefsom.ca



EXPOSITIONS

Bienvenue à la maison

Charline P. William
Jusqu'au 29 juin . 18h à 20h

Oedème . 7 juillet au 24 août

En partenariat avec Artch.

L'exposition Oedème accueille le travail de cinq artistes montréalais.es : Alex Pouliot, Elyse Lewis, Nana Quinn, Michaëlle Sergile et Diyar Mayil. Une ode aux traces, aux marques et autre passage du temps et de la vie sur le corps.

Centre culturel Georges-Vanier

2450, rue Workman . 514-931-2248 . ccgv.ca



Mercredi 13 juillet

LES PROGRAMMES DE LA SÉCURITÉ DE LA VIEILLESSE ET LE SUPPLÉMENT DE REVENU GARANTI

Direction des services aux citoyens
Service Canada

Chaque mercredi à 10h

ZOOM AÎNÉ.ES SUD-OUEST

Informations sur les services, actions, les mesures, la vaccination, etc.

Bienvenue à tous et toutes !
Citoyen.nes, organismes...

514-989-8226

ropasom.concertation.ainee@gmail.com

SEPTEMBRE / SEPTEMBER



AIDE AUX DEVOIRS ET ACTIVITÉS SCIENTIFIQUES POUR FILLES

Du 6 septembre 2022 au 2 juin 2023
(lundi au vendredi après les classes).

Inscriptions dès le 29 août

525 Dominion #200 . GRATUIT

Valérie Bilodeau . 514-938-3576
scientifines@qc.aira.com

Périodes d'aide aux devoirs suivies d'activités scientifiques diverses (expériences, Expo-sciences, journal scientifique, informatique), pour les filles de 8 à 17 ans.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE ANNUAL GENERAL ASSEMBLY

Services Juridiques

Communautaires de Pointe-Saint-Charles et Petite-Bourgogne
Legal services of Pointe-Saint-Charles and Little Burgundy

14 septembre 18h / September 14 - 6 p.m.

Lieu : À déterminer

Place: To be determined

servicesjuridiques@outlook.com

La protection des aînés et des personnes plus vulnérables. Élections pour le CA.

The protection of elders and more vulnerable people. Board of administrators positions will be up for election.

CHAQUE SEMAINE / EVERY WEEK



**Centre
Saint-Antoine
50+**

Must be a member to participate in activities. Annual membership is \$15, \$20 if you want the monthly newsletter mailed to you.

• Monday: **BINGO** 10 a.m. - Noon
TEA & TALK ONLINE
1:30 p.m. - 3:00 p.m.

• Thursday: **EXERCISE**
10:30 a.m. - 11:45 a.m.

• First Fridays of the month:
OUTINGS Trips and shopping.
Prices may vary depending on the event \$5.00 Transportation fee Come and let's have fun! Join our outings every first Fridays of the month!

• Friday: **TRAVEL BUDDIES**
ONLINE 10:30 a.m. - Noon

• Last Friday of every month:
MOVIE AND REFRESHMENTS
1:30 p.m. - 3:30 p.m.

• Twice a month:
CHSSN HEALTH & WELLNESS
Offered online in your home.
Registration is a must. Join us twice a month for our Health and Wellness sessions sponsored by the CHSSN.

rachels@centrestantoine.com
514-933-7351 # 101



Atelier 850

ANIMATION PARC

Du 25 juin au 28 août

Samedi 10h : **CONDITIONNEMENT
PHYSIQUE** en collaboration avec Bump

Dimanche 10h : **TECHNIQUES
DE SOCCER** Parc Oscar-Peterson
GRATUIT . Bradley : 514-662-2914
coordo.jeunesse@atelier850.ca

Séances offertes gratuitement à tout le quartier, jeunes, familles et citoyens de tout âge et de tout niveau ou habileté.



POUR MON DROIT À L'AIDE SOCIALE

**Avez-vous des questions ?
514-596-4422**

lundi . mardi . mercredi
9h30 - 16h30

c.soares@cedamtl.org
cedamtl.org



2515 rue Delisle
Lionel-Groulx



LE CENTRE COMMUNAUTAIRE TYNDALE ST-GEORGES A CÉLÉBRÉ SON 95^E ANNIVERSAIRE LE 14 JUIN.

Depuis 1927, le Centre offre à la communauté de la Petite-Bourgogne des programmes et des services éducatifs aux personnes de tous âges par l'entremise de ses trois grands départements : Petite enfance et familles (0 à 5 ans et parents), Enfants, jeunes et familles (5 à 17 ans) et Développement des adultes (18+ et aînés). Nous sommes reconnaissants d'avoir l'occasion de servir la communauté de la Petite-Bourgogne. Nous remercions tous ceux qui ont contribué au succès durable du Centre !

TYNDALE ST-GEORGES COMMUNITY CENTRE CELEBRATED ITS 95TH ANNIVERSARY ON JUNE 14.

Since 1927, the Centre has offered the community of Little Burgundy educational programs and services to people of all ages through its three major departments: Early Childhood and Families (0 to 5 and parents), Children, Youth and Families (5 to 17) and Adult Development (18+ and seniors). We are grateful for the opportunity to serve the community of Little Burgundy. We thank everyone who has contributed to the Centre's long lasting success! • 514-931-6265 . Info@tyndalestgeorges.com

PRIX DE L'AMECQ 2022 • Benjamin Docquière : 1^{er} prix . Chronique : Pour une amélioration du système alimentaire local

Kathleen Gudmundsson : 2^e prix . Nouvelle : 150 sacs à dos pour les enfants de la Petite-Bourgogne • petitebourgogne.org/images/Journal/automne_2021.pdf : pages 4 & 18

2021 • Michel Guarinoni : 2^e prix . Chronique : Sapins et empreinte carbone