

VOTRE JOURNAL ALPAR



18 ANS:

**MAJEURS,
MAIS PAS
VACCINÉS !**



**MOTS DE MADAME
LAPOINTE**

**PHOTOS DES 18
DERNIÈRES ANNÉES**

HISTOIRE ET CONTE

VOX-POP

JEU

CHANSON SURPRISE !



TABLE DES MATIÈRES

- 04 MOT DE MADAME LAPOINTE
- 05 MOT DE L'ÉQUIPE
- 06 **MERCI DE ROGER**
- 07 L'HISTOIRE DE L'ALPAR À TRAVERS VOUS
- 08 L'ALPAR COVIC OU COVID
- 08 À L'ALPAR, JE ME SENS BIEN

- 08 VOS RESSOURCES
- 09 **18 ANS EN PHOTOS**
- 11 VOX-POP
- 13 LIBRE EXPRESSION

- 14 L'HEURE DU CONTE
- 15 RÉFLEXION

- 16 MOMENT LUDIQUE
- 16 À VOTRE AGENDA
- 17 **LA CHANSON SURPRISE**
- 18 **LA CHANSON SURPRISE - PRISE II**

- 19 L'ARBRE DE VIE

VOTRE COMITÉ JOURNAL

Roger Barry
Yolande Dionne
Jean Ilunga Kalonga
Françoise Tremblay
Suzanne Véronneau
Annie Dufour (employée)
Karine Imbeault(employée)

COORDINATION, MISE EN PAGE ET RÉVISION

Annie Dufour
Karine Imbeault

GRAPHISME

Annie Dufour

PHOTOGRAPHIES

Josée Lambert



AVOIR 18 ANS !



par Jeannette Lapointe,
présidente du conseil d'administration

Que de souvenirs! La fondation de l'Alpar me ramène en 2001, j'étais jeune et voyais l'avenir comme un long fleuve sans fin !

Au début, nous étions que quelques-uns, il y avait Gérald, M et Mme Ouimet, Mme Gagnon, de même que des collaborateurs pour nous accompagner dans notre projet : Jo-Anne du CLSC, Christine de la Ville de Montréal, Jacques de Montrose, Marie du CHSLD Robert-Cliche ...

Nous savions qu'il y avait un besoin à combler pour répondre à l'absence d'activités destinées aux aînés qui vivaient avec des pertes d'autonomie ou des handicaps. C'était les plus isolés et il fallait trouver des solutions. Nous avons une volonté de fer pour réaliser ce projet. Quelques mois plus tard, plus précisément le 13 septembre 2002, nous obtenions nos lettres patentes !

Ce sentiment de jeunesse que nous avions était omniprésent parmi les fondateurs, nous faisons cet effort pour les plus âgés, pour nos aînés.

Aujourd'hui, en pensant à cette époque, ça me touche et ça me bouleverse à la fois. Je suis devenue cette aînée pour qui nous faisons tous ces efforts. Aujourd'hui, en pensant à l'organisme, je sais que son avenir sera long, toutefois, je sais aussi que je ne pourrai pas assister à tous les événements, un jour je ne serai plus de ce monde. Alors, je savoure au jour le jour le bien-être que me procure les activités de notre organisme. Aujourd'hui, je vois que c'est pour des gens comme moi que nous avons pensé l'Alpar.

Ma fierté est grande d'avoir contribué à solidifier l'Alpar. L'équipe, les collaborateurs et les bénévoles constituent une base solide qui garantit notre pérennité.

Célébrons, célébrons le moment présent, nous avons enfin notre majorité !

Votre présidente,
Jeannette !

PS. Quand je pense à nos 20 ans qui s'approchent, ça me donne un air de jeunesse !

MERCI DE VOTRE IMPLICATION

MERCI à tous les membres et bénévoles qui se sont impliqués de près ou de loin pour cette édition du Journal de l'Alpar qui est le résultat d'un véritable **travail d'équipe** ! Nous en sommes fiers et vous encourageons à vous approprier VOTRE Journal Alpar. Merci au comité journal pour cette réussite ! Bonne lecture et bon 18e anniversaire à tous !



MOT DE L'ÉQUIPE

Chers membres et bénévoles,

En cette année 2020 qui sort de l'ordinaire, l'Alpar fête ses 18 ans. 18 ans de rêve, 18 ans de rire, 18 ans de labeur, 18 ans de partage. La qualité de ses fondations explique en partie pourquoi l'Alpar est resté uni et fort dans la tempête. Chacun et chacune d'entre vous avec votre couleur unique, votre amour et votre entraide les uns pour les autres, avez apposé une pierre dans la construction de votre Alpar.

L'organisme est l'illustration parfaite qu'il est possible de tisser un réseau social fort et l'année 2020 de nos 18 ans nous aura permis de réaliser l'importance d'être bien entouré. Faire partie de notre groupe illustre à quel point il est plus facile au quotidien de traverser des tempêtes et de contrer l'isolement. Encore une fois, l'Alpar a fait preuve d'une belle et grande ténacité en ces temps de pandémie et nous sommes là pour rester. Une chose est sûre, nous serions incapables d'imaginer un Alpar sans vous et vos couleurs, vous qui contribuez à faire de ce lieu un endroit exceptionnel où il fait bon être. 18 ans, peut-être majeur mais encore le cœur jeune et votre équipe est prête à poursuivre la route avec vous dans laquelle, il y a tant encore à découvrir.

DÉPART ET ARRIVÉES!



Le 21 août c'était déjà le départ d'Ana-Gabrielle, notre étudiante du programme d'Emplois d'été Canada, qui va terminer son baccalauréat en travail social. Merci Ana pour ta bonne humeur, ton écoute, ton professionnalisme et ta personnalité si attachante. **Bonne chance** pour la suite de ton parcours.



Karine Imbeault est de retour à l'Alpar ! Elle sera avec nous pour quelques mois afin de donner un coup de main à l'équipe à titre d'intervenante communautaire. **Re-bienvenue** chez toi Karine !



Nous souhaitons la **bienvenue** à Audrey-Ann Larouche, stagiaire en travail social qui sera avec nous pour effectuer son deuxième stage en travail social. Elle souhaitait se présenter à vous: "Je suis étudiante en travail social, maman de deux jeunes garçons, passionnée de création, dotée d'une grande écoute, j'aurai le privilège de pouvoir partager de précieux moments avec vous, jusqu'à la fin de l'année. J'ai très hâte de vous rencontrer ! C'est aujourd'hui que commence mon voyage dans le grand train de l'Alpar, afin de partager avec vous, chers membres, de précieux moments."



Merci de Roger Barry

Merci

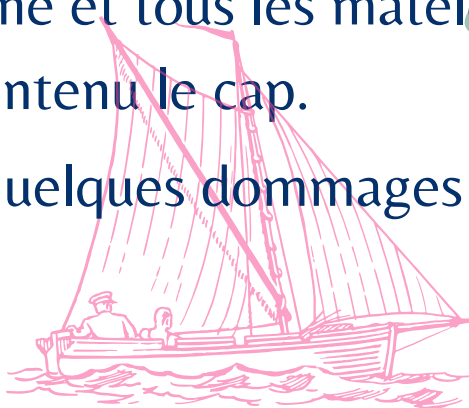
Merci

Merci

Malgré la tempête de la Covid-19, la capitaine, Josée, ses lieutenants, Catherine, Annie, Ana et Karine et tous les matelots, les bénévoles, ont maintenu le cap.

Merci

Le bateau a subi quelques dommages qui ont vite été réparés.



Merci



Malheureusement, nous avons perdu un membre, M. André Brouillette.

Merci

Et encore aujourd'hui, la capitaine et son équipage maintiennent le cap vers le bon port.

Merci

Merci


Merci

Merci

Merci

Merci

Merci

L'Alpar a changé bien des vies; aidé à prendre confiance en nous, nous dépasser mentalement et physiquement. Merci à toutes les personnes qui ont mis tant d'amour, d'énergie, de travail et de temps pour bâtir et peaufiner l'Alpar. Merci à tous les employés et bénévoles et les membres passés et présents. Parce que chacun, chacune, y a mis du sien, ses énergies, petit bout de planche, petit clou, de petites et grandes douceurs, des fleurs, des sourires et des bons mots ce qui fait que l'Alpar est devenu une vraie famille. 

Roger Barry





L'HISTOIRE DE L'ALPAR À TRAVERS VOUS !

L'ALPAR A UNE COULEUR UNIQUE GRÂCE À VOUS TOUS !

par *Josée Lambert, directrice générale*

Les fondateurs et leurs alliés

À l'origine, il y avait des bénévoles hors du commun qui partageaient un rêve commun. Ils étaient unis par un besoin à combler et un lieu à créer. **Le 13 septembre 2002**, les lettres patentes jetaient les premières bases d'une grande aventure sous le nom de l'Association de loisirs pour personnes à autonomie réduite et quatre personnes se portaient volontaires pour créer un conseil d'administration provisoire. Oui, Madame Lapointe était l'une parmi eux!



Les membres du conseil d'administration provisoire de l'ALPAR: Jeannette Lapointe, trésorière, Pauline Fullum, conseillère, Fernand Ouimet, président, et Thérèse Corbeil, conseillère.

(Photo: Regent Gosselin)

Dès les premières heures, plusieurs alliés sont venus leur prêter main forte : Jo-Anne Laforge du CLSC, Christine Aubé de la

Ville de Montréal, Jacques Brosseau de Montrose et Gérald Mathieu qui occupera la présidence de l'organisme jusqu'en 2008 auprès de sa grande complice Jeannette.

Les bénévoles

Ils et elles constituent depuis le début, à la fois le cœur et le souffle de l'Alpar. Pendant des années, les bénévoles ont permis à l'organisme d'offrir des activités de grande qualité aux membres, et bien au-delà. À titre d'exemple, ce sont eux et elles qui ont initié le journal, la page Facebook, les collations santé, le cyclothon. Aujourd'hui, pas moins de 27 personnes constituent notre fabuleuse équipe.



Les employés et les collaborateurs réguliers

Les premiers employés s'appelaient Louis et Maryse. Faute de financement permanent, il aura fallu l'octroi d'un financement récurrent en 2007 pour établir enfin une équipe de permanents et de collaborateurs réguliers. Certaines nous ont quittées pour de nouveaux défis, mais on se souvient encore d'elles dont notre chère Valérie et notre douce Marie-Ève et d'autres parce qu'ils reprenaient leurs études : Myriam, Mélissa, Katou, Antoine, Louis, Ana-Gabrielle !



La formidable équipe en poste actuellement !
Première rangée: Dominique Bourgeois, Josée Lambert,

Karine Imbeault, Annie Dufour. Deuxième rangée : Catherine Forant, Nancy Demers et Gilles Bélanger.

Les stagiaires

L'Alpar accueille des stagiaires en travail social depuis plus de 10 ans. C'est avec joie que nous avons assisté à l'accomplissement de leur stage !



Les membres

Ils et elles ont été depuis 2002 des milliers à bénéficier de nos services et de nos activités, mais surtout des milliers à nous inspirer. Grâce à vous, nous avons gardé le cap !





L'Alpar COVIC ou COVID

par Brigitte Brunelle, membre et bénévole

Il y a 18 ans nous étions au COVIC pas nombreux dans le style COVID-19 et la distanciation sociale n'était pas un terme à la mode. Nous n'avions pas de bureau, pas les moyens d'avoir un employé payé même si le besoin se faisait déjà sentir, nous emprunions des jeux au centre de jour Robert-Cliche sans oublier l'aide précieuse de Montrose. Le matériel appartenant à l'Alpar tenait dans un simple casier de gymnase. Tout ça pour réussir à offrir une activité au 2 semaines. En ce temps-là aussi nous parlions accessibilité. Nous trouvons parfois que l'entrée en pente du centre Lapalme est raide mais vous souvenez-vous de celles du COVIC ? Il y a un «s» et il est nécessaire parce qu'il y en avait deux. Une tellement raide que même nos bons chauffeurs de T.A. de la STM refusaient de s'en servir; et l'autre, où il fallait entrer par l'estrade transformé en salle de réunion. Je vous le dis un véritable parcours à obstacles quand nous étions sur nos deux pieds alors vous pouvez imaginer ce que cela donnait en fauteuil. Et la descente elle me direz-vous! Hé ben digne d'une piste de ski alpin, il était facile de se retrouver à l'autre bout de la pièce. Tout ça pour dire que nous sommes très gâtés, et ce temps de pandémie nous le rappelle.



À l'Alpar, je me sens bien

par Suzanne Véronneau, membre et bénévole

Aujourd'hui à l'Alpar je me sens bien parce que j'ai le sentiment qu'il n'y a pas de différence dans la façon de traiter les gens peu importe leur degré d'implication. Cela n'est pas arrivé du jour au lendemain. J'ai d'abord appris à faire confiance à mes amies Brigitte et Johanne qui m'ont beaucoup parlé de l'organisme avant de me décider à faire le saut. Ensuite graduellement mon opinion sur les personnes âgées s'est modifiée. Moi qui disais toujours: "je n'aime pas les vieux". Comme je ne me sentais pas jugé mais plutôt écouté, j'ai commencé à faire la même chose et me suis rendu compte que ça permettait beaucoup plus d'ouverture. Plus tard, je l'ai appliqué aux autres aspects de ma vie. Jusqu'au décès de ma mère, il y a bientôt 2 ans, je trainais mon lourd passé comme un boulet, et ce malgré tous mes efforts pour briser les chaînes. Maintenant grâce aux ateliers offerts à l'Alpar, je réalise que ça se transforme pour aller vers ce à quoi j'ai toujours rêvé. Une vie saine émotivement et psychologiquement.

VOS RESSOURCES



211 - Info sociale

311 - Ville de Montréal

811 - Info santé

Ligne d'écoute Tel Aînés - 514 353-2463 (7 jours / 9h à 22h)

Centre de crise Résolution - 514 351-9592 (7 jours / 24h)

Suicide Action Montréal - 1 866 277-3553 (7 jours / 24h)

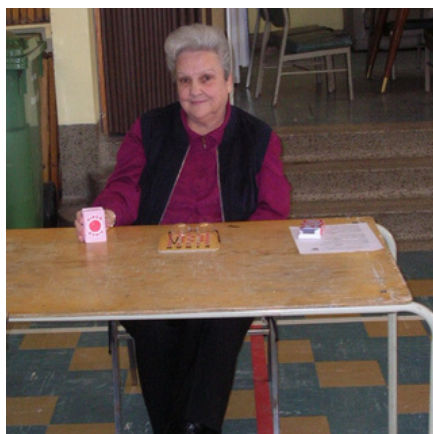
Bouffe-Action de Rosemont - 514 523-2460

Si la COVID-19 vous inquiète - 1 877 644-4545



18 ANS EN PHOTOS !

Recherche des archives photographiques par Josée Lambert, directrice générale



2002: depuis le début



2003: Gérald et ses amis



2004: Brigitte et Jojo



2005: les folies de Gérald



2006: le centre Lapalme en cadeau !



2007: une année interculturelle



2008: on participe aux 20 ans de la CDC !



2009: notre 1ère fête country !



2010: cyclothon 1ère édition !



18 ANS EN PHOTOS ! (suite)



2011: Chloé Sainte-Marie visite l'Alpar



2012: Alpar à 10 ans !



2013: On a le vent dans les voiles



2014: on déménage dans plus grand !



2015: l'AlpaRanch gagne en popularité



2016: un centre de plus en plus accessible !



2017: le départ de Marie-Ève



2018: les dons fabuleux de Roger



2019: on marche pour la planète !



2020: l'Alpar vient à vous !



VOX-POP !

par Françoise Tremblay, et Suzanne Véronneau, membre et bénévole

Quel est votre meilleur souvenir à l'Alpar ?



"Mon meilleur souvenir de l'Alpar est lorsque Marie-Ève était venue me consoler; j'avais de la peine pour un garçon. J'étais dans le local et je pleurais à chaudes larmes". - **Sophie Brisson**.



"Lorsque je suis arrivé pour la première fois, j'ai senti une chaleur qu'on ne ressent pas ailleurs. L'accueil que j'ai eu, je ne l'oublierai jamais". - **Georges Lavallée**.



Comment avez-vous découvert l'Alpar ?



"C'est une de mes amies, qui est ma voisine, elle me parlait toujours de l'Alpar, que vous signez les cartes de fête et mettez des messages. C'est comme ça que j'en suis venue à venir à l'Alpar". - **Lise Stuart**.

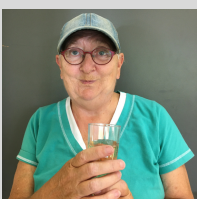


"J'ai découvert l'Alpar grâce au CLSC de St-Léonard qui m'a donné l'adresse". - **Sylvério Scotti**.

Ce que l'Alpar vous apporte dans votre vie ?



"Ça nous apporte des amis, on se fait des amis. Ensuite, si on a des problèmes, on est sûr qu'il va y avoir de la compréhension, un raisonnement, on va nous aider à résoudre le problème et des fois, assez vite merci ! Et il y a aussi la chaleur humaine, je fais beaucoup de bénévolat et on est très bien reçu ici". - **Ghislaine Goyette**.



"Nous recevons beaucoup d'informations. Lorsque l'on vit une situation difficile, on peut se fier à la directrice ou aux intervenantes et aussi au groupe; ils nous aident à solutionner le problème. Ça je l'ai vécu personnellement et il n'y a pas eu de jugements, ça s'est bien déroulé". - **Suzanne Véronneau**.



VOX-POP !

par Françoise Tremblay, et Suzanne Véronneau, membre et bénévole

Ce que l'Alpar vous apporte dans votre vie ? (suite)



"L'Alpar nous apporte du plaisir, de la joie et un réconfort physique". - **Gisèle Thomas.**



"Moi, ça m'apporte de la joie pure! J'ai découvert l'Alpar en faisant un mini-stage. Oui, c'est ça pour moi l'Alpar; de la joie pure !". - **Yolande Dionne.**



"Avec la Covid, on est venu moins souvent et on s'ennuie de ne pas pouvoir venir ici. Pouvoir se retrouver tout le monde ensemble, c'est cela que l'Alpar m'apporte, pouvoir être tous ensemble, c'est une fierté !" - **Jules Beaudet.**



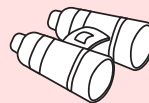
"L'Alpar brise mon isolement, les jours qu'on se rencontre, ça me fait découvrir de nouvelles connaissances parce que moi, quand je suis arrivé dans ce quartier, je ne connaissais personne. Maintenant lorsque je me promène, on me crie «Jean, tu es là!». Je jette un coup d'œil et je vois un membre de l'Alpar : «Jean, tu vas bien?». Cela m'apporte l'amitié". - **Jean Ilunga Kalonga.**



"Lorsqu'on vient à l'Alpar on ressent la chaleur humaine !". - **Françoise Tremblay.**



Comment voyez-vous l'avenir de l'Alpar? Avez-vous des suggestions d'améliorations?



"Moi, je vois l'Alpar qui va grandir et nous pourrons faire plus de sorties, parce que les gens le demandent souvent, et peut-être plus de variétés de loisirs". - **Roger Barry.**

Libre expression !

18 printemps

par Roger Barry, membre et bénévole

18 ans, nous avons bien travaillé !

Nous avons fait tomber bien des préjugés.

Prouver notre savoir-faire, notre capacité de changer bien des choses.

18 ans que nous accomplissons des grandes choses.

Nous avons monté et fait de très belles pièces de théâtre.

Nous avons écrit et chanté de magnifiques chansons.

Nous avons fait de belles sorties au musée, restaurants et jardin botanique.

Nous pouvons être très fiers de nous !

18 ans, jeune adulte plein d'énergie et d'espoir !

Fin prêt à entreprendre encore de bien belles choses.

Oublier son âge !

par Pierrette Desmarais, membre

Vive l'Alpar !

par Gérald Mathieu, membre et bénévole

Vive Alpar et celles et ceux qui ont créé, dirigé, participé comme membre et comme bénévole. L'Alpar évolue par votre présence! Vous êtes gagnants car l'organisme est une mine d'or grâce à vous! Pour cela, je vous remercie du plus profond de mon coeur.

Suite aux animations ou aux activités suggérées, sur place, les membres de l'Alpar ne ressentent plus leurs malaises et même, n'ont plus leur âge !



L'HEURE DU CONTE

LE BAL DU PAPILLON BLANC

par Lise Stuart, membre

Ceci est une histoire fondée sur des faits imaginaires mettant en vedette des bancs de papillons multicolores. Pour la circonstance, ils revêtirent leurs robes blanches et turquoise ainsi que blanches et lilas.

"Toc toc toc, c'est moi le metteur en scène qui vient vous aider à répéter. Je me nomme Dimitrizabzabzingzing Pofpof."

Avec un nom comme ça, on ne crie pas après lui !



Les papillons se mettent donc au boulot en chantant:

"Aïho, aïho, je reviens du boulot toujours content et joyeux aïho, aïho !"

Maintenant c'est l'heure de répéter la mise en scène pour la grande finale sur l'air du Danube Bleu.



Les papillons prennent place. 1-2-3 ils sont partis. Deux pas à gauche, deux pas à droite, avancent, reculent, les papillons font des rondes et des rondes. Leurs antennes suivent la cadence. Elles montent, accélèrent, descendent et virevoltent dans tous les sens pour le grand bal des papillons.

Autour des petits bout'chou qui s'envolèrent en flèche devant le dôme blanc pour distribuer leurs pétales de roses blanches aux invités.

Ceci met fin à la soirée donnée en l'honneur des papillons blancs. Je vous souhaite de venir en grand nombre l'an prochain.



RÉFLEXION

L'AUTOMATISME

par Jean Ilunga Kalonga, membre

Hélas!

Laisse-moi te poser ma question dont ta réponse doit rester dans ton cœur. Ici, tes réactions si une personne est méchante avec toi, vas-tu réagir sur la défensive ou l'égo ? Vas-tu résister de la même manière à chaque fois que cela arrive? Si tu réagis toujours de la même façon en attendant un résultat différent on appelle cela de la folie.

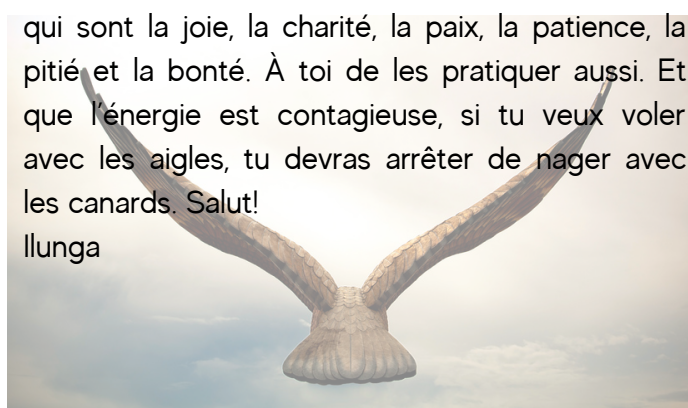
Enfin, si demain une personne t'insulte et te manque de respect, soit à travers ses actions ou par ses mots, vas-tu toujours répondre comme tu l'as fait? Si c'est le cas, est-il nécessaire de continuer ainsi? Dans le bien ou dans le mal et dans la réciprocité ?



"La, joie,
la charité, la paix,
la patience,
la pitié et la bonté."

Enfin, si demain une personne t'insulte et te manque de respect, soit à travers ses actions ou par ses mots, vas-tu toujours répondre comme tu l'as fait ? Si c'est le cas, est-il nécessaire de continuer ainsi ? Dans le bien ou dans le mal et dans la réciprocité ?

Moi, personnellement, j'ai arrêté de perdre mon temps aux futilités. Et maintenant, mon automatisme se trouve dans ces meilleures vertus qui sont la joie, la charité, la paix, la patience, la pitié et la bonté. À toi de les pratiquer aussi. Et que l'énergie est contagieuse, si tu veux voler avec les aigles, tu devras arrêter de nager avec les canards. Salut!
Ilunga



DES BÉNÉVOLES AU COEUR SUR LA MAIN

par Suzanne Véronneau, membre et bénévole

Quand je suis arrivée à l'ALPAR, je détestais les professionnels. Comme j'ai été accueillie par des bénévoles chaleureux, avec le temps, j'ai découvert qu'ils étaient à l'écoute et me considéraient comme une personne et non comme un dossier à problèmes. Cela m'a permis de moins douter de mes capacités, de me sentir adéquate et de faire confiance. Par leur discrétion exemplaire ce qu'on leur raconte reste vraiment confidentiel. Cette gang là qu'on appelle les bénévoles forme tellement une belle équipe que ça donne le goût de s'impliquer.





MOMENT LUDIQUE

Remplacez les photos par ordre chronologique, selon l'évènement.



1. Nomination d'une salle au nom de Gérald Mathieu - 20XX ?



2. Le premier atelier de zoothérapie - 20XX ?



3. Première participation de Jojo et Brigitte au cyclothon - 20XX ?



4. Édition du journal portant sur le déménagement - 20XX ?

Solutions:

Photo 1: 2009 - Photo 2: 2017 - Photo 3: 2011 - Photo 4: 2014

À VOTRE AGENGA

Mercredi 14 octobre à 13h - **AGA de l'Alpar** (sur inscription)

Mercredi 9 décembre - **Fête de Noël** (sur inscription)

→ Reprise de la cueillette des bouteilles et des cannettes par Roger ←

Deux nouvelles activités à l'Alpar cet automne !

- "**La tablée de Jeannette**". Cette activité se veut un rassemblement convivial et intime dans lequel nous allons partager un repas autour d'une grande tablée, comme on le fait dans une famille ! Des discussions et des rires seront au rendez-vous !

- "**Le café-rencontre des bénévoles**". Un espace-temps pour permettre à nos bénévoles de se retrouver et de discuter autour d'un bon café et d'une douceur sucrée.





LA CHANSON SURPRISE !

18 ans: doux coeur d'enfant

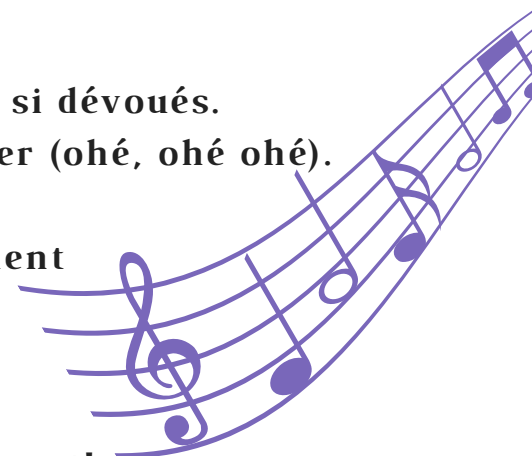
par Dominique Bourgeois, animateur des ateliers musicaux

(en collaboration avec Annie Dufour, employée)



**Au début ce fut l'histoire de fondateurs aux beaux grands coeurs;
Mme Lapointe, Monsieur Mathieu, peut-on demander mieux!
Ils voulaient alors, créer des liens serrés
Un lieu d'entraide inclusif pleins d'humanité...(ohé ohé ohé)
Un groupe uni, un groupe d'ami.e.s.
Des loisirs adaptés à leur réalité, l'Alpar est né !**

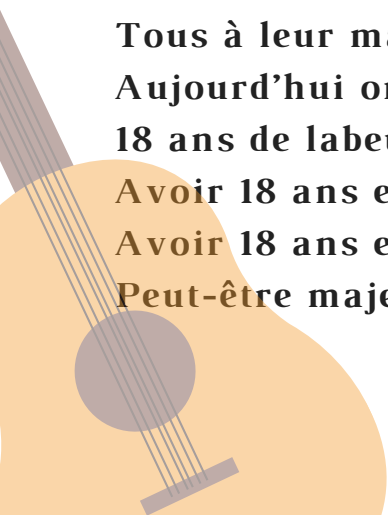
**Grâce aux bénévoles d'une fidélité inespérée,
Grâce aux cyclothons, aux Roger "dons", à tous si dévoués.
Grâce à leur ténacité, là pour rester, là pour aider (ohé, ohé ohé).
Ils tendent les bras, tellement d'amour, une
chance qu'on a ces anges sympathiques et vraiment
chaleureux...**



**Avoir 18 ans et un doux coeur d'enfant.
En toute confiance, en confidence, ici, c't' autrement!
De l'amitié à la pelleter, du sucre à crème, des je t'aime !
De la douceur, la lueur d'un phare, l'Alpar !**

**Ça prend toute une équipe de fantastiques !
De la coordination, de la direction, ohé ohé Josée ...
Les intervenantes toujours avenantes, les coco-laborateurs.
Tous à leur manière, dans ce beau grand chœur.
Aujourd'hui on voit, la preuve, que si l'on y croit, chef-d'oeuvre.
18 ans de labeur, ça c'est majeur!**

**Avoir 18 ans et un doux coeur d'enfant...
Avoir 18 ans et un doux coeur d'enfant...
Peut-être majeur, mais pas vacciné !**





LA CHANSON SURPRISE !

PRISE II

18 ans: doux cœur d'enfant - version longue

par Annie Dufour, intervenante et chargée de projets

(en collaboration avec Karine Imbeault et Josée Lambert, employées)



Refrain

Nous avons 18 ans et toujours notre cœur d'enfant;
 Nous arrivons à l'Alpar gaiement et passons du bon temps.
 En 18 ans, nous en avons vécu des moments !
 De l'amitié à la pelleter, des confidences en toute confiance.
 Du sucre à crème et des je t'aime !
 Ici, nous ne voyons pas notre différence, notre Alpar c'est notre phare;
 Il n'y a jamais de noirceur, juste de la douceur.
 Nous avons 18 ans et toujours notre cœur d'enfant;
 Pas envie de faire autrement.
 Peut-être majeur, mais pas vacciné;
 Elle sera toujours à nous cette liberté !

Couplets

Au début ce fut l'histoire de quelques personnes;
 Qui voulait transformer la différence en quelque chose qui résonne.
 Membres fondateurs aux grands cœurs; Mme Lapointe, Monsieur Mathieu;
 Nous ne pouvions demander mieux.
 Un groupe uni, un groupe d'ami.e.s.;
 Des loisirs adaptés à notre réalité pour ne plus se sentir isolés.
 Un lieu inclusif d'entraide, d'amitié et d'humanité.
 Voilà en 2002 l'Alpar est né !

Tous ces bénévoles d'une fidélité et humanité qui ne cessent de nous toucher;
 Qui rendent cet endroit merveilleux et tellement chaleureux.
 Du bénévole de l'année aux dons de Roger, tous sont si impliqués !
 Le cyclothon qui nous place en tête du peloton;
 Grâce à la générosité de la communauté.
 Que dire de l'équipe fantastique ! De notre Josée, coordonnatrice à directrice, toujours dévouée, toujours impliquée !
 Aux intervenantes toujours avenantes ! Et nos collaborateurs aux grands cœurs !

Du petit local qui nous faisait penser à un bocal;
 Nous voilà maintenant sur la rue principale !
 Travailleurs acharnés, une à une les pierres posées;
 Pour paver le chemin de notre progrès, de notre succès.
 C'est Mme Lapointe qui l'a dit : l'Alpar fait preuve d'une grande ténacité, nous sommes là pour rester !
 18 ans c'est majeur, poursuivons, soyons rêveur.



L'arbre de vie

par Yolande Dionne, bénévole



Faites comme l'arbre;
Changez vos feuilles.
Se tenir droit et fier;
Être satisfait de sa beauté naturelle.
L'arbre majestueux domine la prairie;
Profitez de sa vue.
Conservez votre joie;
Se souvenir de ses racines et les garder.
Ce noyer dans son parfum de sève;
Afin que son odeur reste éternelle.

VOTRE JOURNAL ALPAR



18 ANS:

**MAJEURS,
MAIS PAS
VACCINÉS !**



ALPAR

L'association d'aide et de loisirs pour personnes à autonomie réduite

5350 Lafond, Montréal (Québec) H1X 2X2

514 524-7328

alpar@cdcrosemont.org

www.alpar.ca