



# Famille à coeur



Année 8 — No 6

Mars 2011

Cloverdale Multi-Ressources  
9542, boul. Gouin Ouest  
Pierrefonds (Québec)  
H8Y 1R3

Téléphone : (514) 684-8228

[info@cloverdalemulti-ressources.org](mailto:info@cloverdalemulti-ressources.org)

[www.cloverdalemulti-ressources.org](http://www.cloverdalemulti-ressources.org)

Famille et Valeurs	1
Family and Values	2
Prochaines activités Up Coming Activities	3
CMR en photos	4
CMR in photos	5
L'estime de soi	6
Self-esteem	7
Notre mission / Nos services Our Mission / Our services	8 8
Nos bailleurs de fonds Financial backers	8 8

## Famille à coeur

est le bulletin d'information  
de Cloverdale  
Multi-Ressources.

Recherche et rédaction :  
Marianne Lochet et Denyse Legault

Traduction :  
Alain Jarry

Infographie et photos:  
Isabel Chung, Marianne Lochet,  
Gabrielle Blache et LJ communication

## Famille et Valeurs

«D'origine québécoise anglophone, Terry Angrignon, habite l'Ouest-de-l'Île depuis toujours. Tous les matins, il amène ses deux enfants, Draegon 4 ans, Devaney 2 ans au programme préscolaire de Cloverdale Multi-Ressources. Là même où était son Tatoon-shop, il y a quelques années.

Aujourd'hui, Terry nous raconte ses valeurs; père entièrement dédié à ses petits: « Le plus important pour moi, c'est simplement de voir à ce qu'ils ne manquent ni bonheur ni nourriture»

Les valeurs de Terry ont beaucoup changé depuis qu'il est devenu papa. Tout ce qu'il fait actuellement, il le fait en pensant à ses enfants. «J'essaie de leur apprendre le plus possible: ce qui est correct et ce qui est incorrect».

Bien que Terry ne suive pas une religion dans sa vie quotidienne, il reconnaît être une personne spirituelle. Pour définir ses valeurs il se guide sur les Dix

Commandements de la Bible. « Ne pas voler. Ne pas tuer. Ne fais pas à autrui ce que tu ne voudrais pas qu'on te fasse. Traitez les autres comme on veut être traité.»

Quand il était plus jeune, la communauté de l'Ouest-de-l'Île abritait une moins grande diversité. Amateur de la cuisine d'ailleurs, Terry apprécie cette nouvelle réalité comme une valeur ajoutée à la qualité de vie de Cloverdale.



## Family and Values

Terry Angrignon, a Quebec-born Anglophone, lives in the West of Island as he always has. Each morning, he brings his two children, Draegon, 4 years old and Devaney, 2 years old, to Cloverdale Multi-Resources' preschool program. Pierrefonds was where he ran his tattoo shop a few years ago.

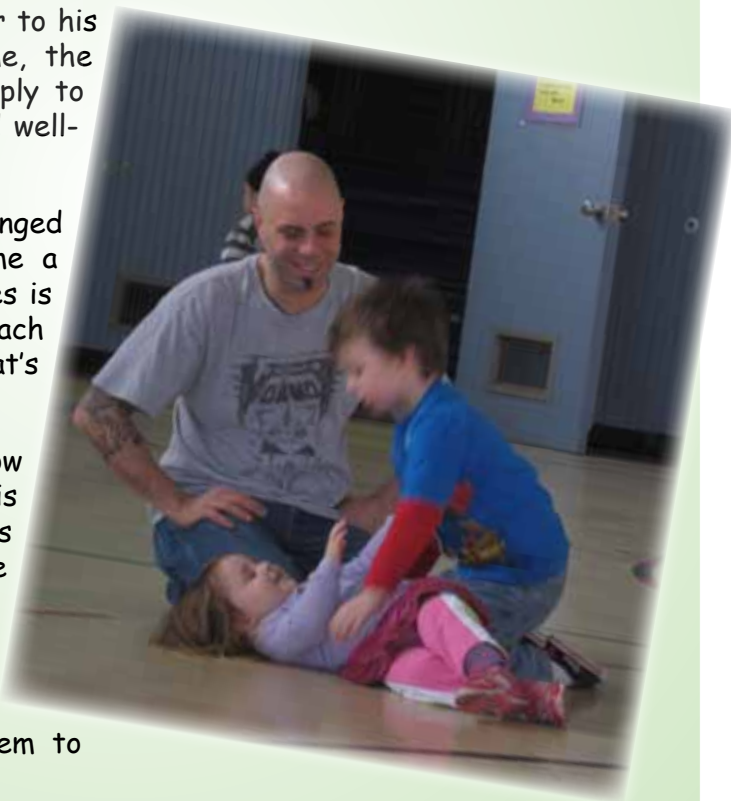
Today, Terry tells us about his values as a totally dedicated father to his two young children: "For me, the most important thing is simply to see that they are happy and well-fed."

Terry's values have changed significantly since he became a dad. All he does now, he does is for his children. "I try to teach them as much as I can: what's right and what's wrong".

Although Terry doesn't follow any particular religion in his daily life, he says that he is a spiritual person. To define his values, he uses the Bible's Ten Commandments. "Thou shall not steal. Thou shall not kill. Don't do to others what you would not like them to

do to you. Treat people the way you would like to be treated by them."

When he was younger the West Island did not have as much cultural diversity as it does today. As a fan of international cuisine, Terry appreciates this new situation as an added value to Cloverdale's quality of life.



## BON DÉPART CANADIAN TIRE

AVEZ-VOUS UN ENFANT ENTRE 4 ET 18 ANS?

DÉSIREZ-VOUS L'INSCRIRE DANS UNE  
ACTIVITÉ SPORTIVE?

SI OUI, PARLEZ-EN À UNE INTERVENANTE.

SI VOTRE ENFANT N'EST PAS  
INSCRIT DANS UN AUTRE OR-  
GANISME POUR CE PROGRAMME,  
NOUS POUVONS VOUS OFFRIR  
UN SOUTIEN FINANCIER!!

CE PROJET EST OFFERT GRÂCE À

LA COLLABORATION DU  
PROGRAMME

BON DÉPART  
CANADIAN TIRE.

DATE LIMITE,  
LE 8 AVRIL 2011.



## JUMP START BY CANADIAN TIRE

DO YOU HAVE A CHILD AGED BETWEEN  
4 AND 18 YEARS OLD?

WOULD YOU LIKE TO REGISTER HIM OR HER IN A  
SPORTS ACTIVITY?

IF SO, SPEAK WITH ONE OF OUR EMPLOYEES.

IF YOUR CHILD IS NOT ALREADY  
REGISTERED IN ANOTHER ORGA-  
NIZATION FOR THIS PROGRAM, WE  
CAN OFFER YOU SOME FINANCIAL  
ASSISTANCE!!

THIS PROJECT IS OFFERED  
THANKS TO THE COLLABORATION  
OF THE CANADIAN TIRE  
FOUNDATION'S JUMP-  
START PROGRAM. REGISTRATION  
MUST BE DONE BEFORE APRIL 8, 2011.

## CLOVERDALE MULTI-RESSOURCES CÉLÈBRE LA JOURNÉE INTERNATIONALE DE LA FEMME

MARDI 8 MARS 2011

9h00 à 13h00

Centre Communautaire de l'Est

9665 boul. Gouin Ouest

Coût : GRATUIT

REPAS COMMUNAUTAIRE :

chacune apporte un plat

ACTIVITÉS RÉSERVÉES AUX FEMMES

UNIQUEMENT

AMBIANCE DÉCONTRACTÉE

Tenue vestimentaire suggérée :

pyjama-maison, vêtements de détente

## CLOVERDALE MULTI-RESSOURCES CÉLÈBRE LES INTERNATIONAL WOMEN'S DAY

TUESDAY, MARCH 8, 2011

9 am to 1 pm

East Community Center,

9665 Gouin Blvd. West.

Cost: FREE

COMMUNITY MEAL:

everybody brings a dish.

THIS ACTIVITY IS

FOR WOMEN ONLY.

FRIENDLY AMBIANCE.

Suggested clothing to wear:

house PJ, casual clothing.



## CMR EN PHOTOS



Bazar des bénévoles  
au Centre  
Communautaire.  
18 février 2011



Volunteers' Bazaar  
at the Community Center  
February 18, 2011



## CMR IN PICTURES



## L'ESTIME DE SOI: UN PASSEPORT POUR LA VIE

Extraits Germain Duclos



«Chaque individu se fait une idée de lui-même et se forge, au fil de ses expériences, une image de soi qui varie considérablement à travers le temps.»

L'estime de soi est le principal facteur de prévention des difficultés d'adaptation et d'apprentissage chez l'enfant ainsi que des dépressions et de la maladie mentale chez l'adulte.»

« Estime de soi » veut dire «déterminer sa valeur personnelle». Mais pour estimer sa valeur, il faut d'abord en être conscient. **C'est en ce sens que les parents et les adultes jouent un rôle majeur dans le processus de conscientisation de la valeur personnelle que s'attribue chaque enfant.**

Les adultes auxquels les enfants attachent de l'importance, doivent

d'abord amener l'enfant à connaître ses caractéristiques particulières (compétences, qualités, etc.) et à se découvrir une identité. Tout enfant a besoin d'un passeport qui lui confirme une identité positive.

L'estime de soi suppose aussi une juste perception de ses difficultés et de ses limites. Il est donc important que les adultes fassent prendre conscience à l'enfant de ses difficultés et les lui fassent voir comme des défis qu'il est capable de les relever. Croire aux capacités de l'enfant procure à ce dernier un sentiment de confiance et de l'optimisme.

L'enfant qui est sécurisé physiquement et psychologiquement, **qui ressent un sentiment de confiance face à la vie, qui se connaît et se confère à lui-même une identité propre, qui ressent vivement un sentiment d'appartenance à sa famille et à un groupe, qui développe ses compétences et prend conscience de sa valeur personnelle, hérite le meilleur passeport qu'il puisse détenir pour s'épanouir pleinement et grandir constamment.**

Extraits :

à suivre

Germain Duclos, L'estime de soi : un passeport pour la vie, Hôpital Sainte-Justine, Québec, Canada, 2000

## SELF-ESTEEM: A PASSPORT FOR LIFE.

Extracts from Germain Duclos



"Each person has an idea about who he or she is and, in the course of time, develops a self-portrait that will change considerable as time goes on.

Self-esteem is the main factor in preventing adaptation and learning difficulties for children and depression and mental illness for adults.

'Self-esteem' means 'determining your personal value'. But to estimate your value, you must first of all be aware of it. This is how parents and adults play a major role in gradually making each child aware of his or her personal value.

The adults that children care about must first bring the children to discover their own characteristics (skills, qualities, etc.) and to discover

their own identity. Every child needs a passport that will confirm his or her positive identity.

Self-esteem also means that the children have the right perception of their difficulties and limits. It is thus important that adults make children aware about their difficulties and make them see these difficulties as challenges that they can successfully face. Believe in the children's capabilities and give them a feeling of confidence and optimism.

Children who feel physically and psychologically secure, **that feel confident about life**, that get to know themselves and develop their own identity, **that have strong family and group ties**, that develop their skills and get to know about their own personal value, **inherit the best passport that they could possibly get to fully grow and continuously improve**".

*to be continued*

Source: extracts from: Germain Duclos, L'estime de soi: un passeport pour la vie, Ste Justine Hospital, Quebec, Canada, 2000.

### Notre mission

Cloverdale Multi-Ressources un carrefour pour la famille est un organisme à but non lucratif, ayant la mission de contribuer à l'épanouissement des enfants et des adultes dans un milieu de vie stimulant.

### Nos valeurs

L'approche lors de nos interventions et nos services est guidée par nos valeurs: Écoute, Éducation, Empowerment, Entraide, Épanouissement.

### Nos services

- Information et références.
- Support aux familles.
- Accompagnement périnatal.
- Programme d'employabilité.
- Stimulation précoce.
- Ateliers parents-poupons.
- Programme préscolaire.
- Camp de jour.
- Activités socio-culturelles.

### Our mission

The Cloverdale Multi-Ressources Family Center is a non-profit organization with the mission to contribute to the personal development of children and adults in a stimulating life environment.

### Our values

The way we respond and provide our services is guided by our values: Listening, Education, Empowerment, MutualHelp and Self-fulfillment.

### Our services

- References and information.
- Family support.
- Perinatal accompaniment.
- Parent-infant workshops.
- Early stimulation programs.
- Pre-school programs.
- Summer camp.
- Sociocultural activities.
- Employment program for women.

Notre organisme est financé par différents bailleurs de fonds.

We receive funding from several organizations.





Arrondissement Pierrefonds—Roxboro

Partage-Action de l'Ouest-de-l'île  
À l'écoute de notre communauté



 Ressources humaines et Développement social Canada
  Human Resources and Social Development Canada

 Agence de la santé publique du Canada
  Public Health Agency of Canada

Cloverdale Multi-Ressources  
Un Carrefour pour la famille

9542, boul. Gouin Ouest, Pierrefonds (Québec) H8Y 1R3  
Téléphone : (514) 684 8228

[info@cloverdalemulti-ressources.org](mailto:info@cloverdalemulti-ressources.org)  
[www.cloverdalemulti-ressources.org](http://www.cloverdalemulti-ressources.org)

