

LE BISTR



FÉVRIER 2024 / FEBRUARY 2024

TEL. 819-876-7748

VOL. 30, NO 2

Votre journal communautaire

*Verse tes amitiés dans une passoire,
laisse couler les fausses et retiens les vraies.
Mazouz Hacène (1967 -)*

A good friend is a connection to life - a tie to the past, a road to the future, the key to sanity in a totally insane world. Lois Wyse (1926 - 2007)

- À L'INTÉRIEUR / INSIDE -

- À propos du C.A.B. / - About the Volunteer Center	
- Activités récentes / Recent Activities.....	3
- Lunch de l'amitié / Friendship Lunch.....	4
- Les jeudis du CAB / CAB's Thursdays.....	5
- Campagne des paniers de Noël - Christmas Basket Campaign.....	6
- L'histoire de saint Valentin.....	7
- The Story of Saint Valentine.....	9
- Je vois... / - I Spy.....	11
- Menus de la popote roulante	12
- Meals on Wheels Menus.....	13
- Activités pour les enfants âgés de 0-5 ans & leurs parents - Activities for Children Aged 0-5 & Their Parents.....	14
- Activités pour les parents des enfants âgés de 6 à 12 ans - Activities for Parents With Children Aged 6-12	
- Activités pour les parents enseignant à la maison et leurs enfants - Activities for Home Schooling Parents & their Children.....	15
- Comment aider votre enfant à se faire des amis.....	16
- How to Help Your Child to Make Friends.....	17
- Images cachées / - Hidden Pictures.....	18
- Sudoku; - Records.....	19
- Jeu questionnaire / - Quiz.....	20
- Calendrier des collectes; - Le saviez-vous? - Collection Calendar; - Did You Know?.....	21
- Dernières nouvelles / - Latest News.....	22
- Numéros de téléphone & Commanditaires - Phone Numbers & Sponsors	
- Commanditaires / - Sponsors	

Joyeuse Saint-Valentin !



Bernardino Luini (1480 - 1532).
Putto récoltant le raisin.
Putto Harvesting Grapes, DETAIL.
Fresque / Fresco. Vers/Circa 1514.

St. Valentine's Greetings !

À PROPOS DU C. A. B. DE STANSTEAD

NOTRE MISSION

Promouvoir l'action bénévole dans différents secteurs de l'activité humaine. Fournir une réponse aux besoins de notre milieu.

NOTRE HISTOIRE

Le Centre d'action bénévole, connu auparavant sous le nom de S.B.R.R.B.S., fût fondé et incorporé en 1980. En 1994, monsieur Reginald Rediker a fait don de l'ancienne école catholique des garçons, située à Beebe, et en l'honneur de notre donateur, le nom fût changé pour le Centre d'action bénévole R.H. Rediker, le 11 janvier 1995.

Le Centre est dirigé par un conseil d'administration composé de bénévoles, de professionnels et de représentants d'associations œuvrant dans le milieu sociocommunautaire.

NOS ACTIONS

Soutien aux organismes dans le développement, la promotion et la reconnaissance de l'action bénévole

Soutien à la communauté

Gouvernance et vie associative

TERRITOIRE DESSERVI

Ayer's Cliff, Canton de Hatley, Canton de Stanstead, Hatley, Ogden, Ville de Stanstead.

NOS SERVICES

- * Popote roulante
- * Accompagnement transport
- * Aide aux commissions
- * Activités parents-enfants (0-5 ans)
 - * Comptoir familial
 - * Journées d'activités
 - * Programme P.I.E.D.
 - * Prêts orthopédiques
 - * Clinique d'impôts
- * Visites et téléphones amicaux
 - * Dépannage alimentaire
 - * Service de références
 - * Et plus...

ABOUT THE STANSTEAD VOLUNTEER CENTER

OUR MISSION

To promote volunteer work in different areas of human activity. To provide a response to the needs of our sector.

OUR HISTORY

The Volunteer Center, initially known as S.B.R.R.B.S., was founded and incorporated in 1980. In 1994, Mr. Reginald Rediker donated the former Catholic boy's school in Beebe to the Volunteer Center and, in honour of this generous donation, the center's name was officially changed to the R.H. Rediker Volunteer Center on January 11th, 1995.

The Center is administrated by a Board of Directors made up of volunteers, professionals and representatives of community organisations.

OUR ACTIONS

Support organizations in their development, promotion, and recognition of volunteerism

Support to the community

Governance and association life

TERRITORY SERVED

Ayer's Cliff, Hatley, Hatley Township, Ogden, Stanstead Township, Town of Stanstead

OUR SERVICES

- * Meals on Wheels
- * Accompanied Transport
- * Errand Accompaniment
- * Parent-Child (0-5 years) Activities
 - * Family Counter
 - * Activity Days
 - * P.I.E.D. Program (Stand Up)
 - * Loan of Orthopaedic Equipment
 - * Income Tax Clinic
- * Friendly Visits & Telephone Calls
 - * Food Bank Service
 - * Referral Service
 - * And More...

Activités récentes / Recent Activities

Les entreprises qui ont récemment livré la popote roulante :



Businesses which recently delivered Meals on Wheels:

Emilie Dupont Inc.



La campagne des paniers de Noël c'est notamment : des sacs de cadeaux distribués à 98 familles à 82 enfants et 155 adultes, le tout grâce à vous. Merci !

Among other things, the Christmas Basket Campaign means: gifts bags distributed to 98 families, 82 children & 155 adults, thanks to you !



LUNCH DE L'AMITIÉ

(Activité de groupe au CAB - BIENVENUE À TOUS !)

Au 112 Principale

NOMBRE DE PLACES LIMITÉ

RÉSERVATION OBLIGATOIRE

Possibilité de transport gratuit

Le 15 février à 11h45

AU MENU :

Soupe

Poitrine de poulet en sauce

Dessert

Café ou thé

Contribution pour le repas bienvenue

ÉGALEMENT AU MENU, À 13h00 :

La santé au quotidien avec Susie Adam :

Le diabète (partie 1)

(112 Principale). Coût : Gratuit

FRIENDSHIP LUNCH

(Group Activity at the CAB - WELCOME TO ALL !)

At 112 Principale

LIMITED SEATING

RESERVATION MANDATORY

Possibility of free transportation

February 15th at 11:45 a.m.

ON THE MENU:

Soup

Chicken breast in gravy

Dessert

Coffee or tea

Contribution to meal welcomed

ALSO ON THE MENU AT 1:00 p.m.:

Everyday Health with Susie Adam:

Diabetes (part 1)

(112 Principale). Cost: Free

Info : 819-876-7748 (Chantal ou/or Susie)

[...] ce que nous appelons ordinairement amis et amitiés, ce ne sont qu'accointances et familiarités nouées par quelque occasion ou commodité, par le moyen de laquelle nos âmes s'entretiennent. En l'amitié de quoi je parle elles se mêlent et confondent l'une en l'autre, d'un mélange si universel, qu'elles effacent et ne retrouvent plus la couture qui les a jointes. Si on me presse de dire pourquoi je l'aimais, je sens que cela ne se peut exprimer, qu'en répondant : « Parce que c'était lui; parce que c'était moi. »

Michel de Montaigne (1533 – 1592)

Friendship ... is born at the moment when one man says to another " What! You too? I thought that no one but myself..."

C. S. Lewis (1898 – 1963)



Lambert Sigisbert Adam (1700 - 1759).
Putto pincé par une écrevisse / Putto Pinched by a Crayfish. Sculpture. Vers/Circa 1750.

Les jeudis du C.A.B. (Activités de groupe au CAB - BIENVENUE À TOUS !)
C.A.B.'s Thursdays (Group Activities at the CAB - WELCOME ALL !)

Réservation obligatoire / Reservation mandatory

Info : 819-876-7748 (Lynn ou/or Chantal)

Février / February 2024

1	11h45 : Lunch & Jeux (112 Principale). Gratuit (Contribution pour le repas bienvenue)		11:45 a.m.: Lunch & Games (112 Principale). Free (Contribution to meal welcomed)
8	10h00 - 11h30 : Bowling de la Valentin au Centre récréatif Stanstead (Portez du rouge) (Popcorn, café, eau & souliers) (160 Railroad). Coût : 6 \$		10:00 - 11:30 a.m.: Valentine Bowling at the Bowling Alley (Wear Red) (Popcorn, coffee, water & shoes) (160 Railroad). Cost: \$ 6
11h45 : Lunch de l'amitié (voir p. 4) / 11:45 a.m.: Friendship Lunch (see p. 4)			
15	13h00 : La santé au quotidien avec Susie Adam : Diabète (partie 1) (112 Principale). Coût : Gratuit		1:00 p.m.: Everyday Health with Susie Adam: Diabetes (part 1) (112 Principale). Cost: Free
22	14h00 - 15h30 : Café et dessert au Rendez Vous Restaurant (765 Dufferin). Coût : 6 \$		2:00 - 3:30 p.m.: Coffee & Dessert at Rendez Vous Restaurant (765 Dufferin). Cost: \$ 6
29	1h00 - 15h : Bingo Café & collation (112 Principale). Coût : Gratuit		1:00 - 3:00 p.m.: Bingo Coffee & snack (112 Principale). Cost: Free

L'amitié, une culture qui se cultive sans graine, une denrée qui s'achète sans argent, une offrande qui s'offre à tout le monde mais qui ne pousse que chez les sages et qui grandit chez les humbles.

Mostefa Khellaf (? -)

My definition of a friend is somebody who adores you even though they know the things you're most ashamed of.

Jodie Foster (1962 -)

Une amitié qui dure et ne vieillit pas
c'est quelque chose d'extraordinaire.
Émilie Carles (1900 – 1979)



Donatello (1386 – 1466). *Annunciation / Annunciation*, DETAIL. Sculpture. Vers/Circa 1435. Florence / Firenze.

**LA 37^{ème} CAMPAGNE DES PANIERS DE NOËL DU C.A.B. A ÉTÉ UN SUCCÈS
THE VOLUNTEER CENTER'S 37th CHRISTMAS CAMPAIGN HAS BEEN A SUCCESS**

GRÂCE AUX PARTENARIATS AVEC : / THANKS TO PARTNERSHIPS WITH:

- ☺ À la Claire Fontaine; ☺ Auberge le Sunshine; ☺ Caisse Desjardins;
- ☺ Centre récréatif - Stanstead - *Entertainment Centre*; ☺ CPE Chapeau de Paille;
 ☺ École du Jardin-des-Frontières; ☺ École – Sunnyside - *School*;
- ☺ Équipe de / *Team of* Derusha Supply; ☺ Équipe de / *Team of* Granit Design;
- ☺ Garage L.P.; ☺ Légion royale canadienne, F. 5 / *Royal Canadian Legion Br. 5*;
- ☺ Maison Gorchon Deli; ☺ Marché Tradition Labonté; ☺ Musée Colby-Curtis *Museum*;
- ☺ Pharmacie Peter Hanna & Ibrahim Assaad; ☺ Phelps *Helps* - Aide;
- ☺ Postes Canada – Beebe – *Canada Post*; ☺ Rendez-Vous Restaurant;
- ☺ Équipe de / *Team of* Rock of Ages; ☺ Rona – Centre de Rénovation Stanstead;
 ☺ Steve Pizzeria; ☺ Vexy Coiffure.

GRÂCE AUX GÉNÉREUX DONS DE : / THANKS TO GENEROUS DONATIONS BY:

- ☺ 3442837 Canada Inc.; ☺ Ambulance Stanstead; ☺ Asalco; ☺ Bazar de Stanstead;
 ☺ Boutique Hors Taxes de l'Est Inc.; ☺ Centre des Arts de Stanstead;
- ☺ Centre récréatif - Stanstead - *Entertainment Centre*; ☺ Christ Church Guild & ACW;
 ☺ Club FADOQ CAO de Stanstead; ☺ Derusha Supply;
- ☺ Familiprix - Pharmacie Peter Hanna & Ibrahim Assaad; ☺ Ferme Maple Drive *Farm*;
- ☺ Granit C. Rouleau; ☺ GranQuartz; ☺ Informatique ASR; ☺ Marché Tradition Labonté;
 ☺ Moreau Société Notariale Inc.; ☺ Rendez-Vous Restaurant; ☺ Rock of Ages;
 ☺ Rotary Club of the Boundary; ☺ Rock of Ages; ☺ Vergers Stevens.

&

**GRÂCE À TOUS LES DONATEURS: CITOYENS, ENTREPRISES & ORGANISMES LOCAUX
THANKS TO ALL DONORS: INDIVIDUALS, LOCAL BUSINESSES & ORGANISATIONS
MERCI! / THANK YOU!**

Vincenti & Cie. Pendule / Clock. Bronze &
Marbre / Marble. France, 1866.



On est bien peu de choses et mon amie
l'arthrose me l'a dit ce matin.
Sandrine Fillassier (1968 –)

There is nothing better than a friend,
unless it is a friend with chocolate.
Linda Grayson (? –)

L'amitié, comme l'amour, demande beau-
coup d'efforts, d'attention, de constance,
elle exige surtout de savoir offrir ce que l'on
a de plus cher dans la vie : du temps !
Catherine Deneuve (1943 –)

No person is your friend who demands your
silence or denies your right to grow.
Alice Walker (1944 –)

L'histoire de saint Valentin

Le 14 février jeunes et moins jeunes vont échanger cartes, fleurs, bonbons et autres cadeaux somptueux pour célébrer la Saint-Valentin. Mais l'origine de cette fête moderne repose sur une magnifique œuvre de fiction. Saint Valentin n'était originellement ni un amoureux ni le saint des amoureux. Au tout début, la Saint-Valentin représentait une fête liturgique commémorant la décapitation d'un ou de deux martyrs chrétiens.

Des sources anciennes nous apprennent que plusieurs saints Valentin ont péri un 14 février.

Deux d'entre eux furent exécutés durant le règne de l'empereur romain Claude II le Gothique en 269-270, époque durant laquelle les chrétiens subissaient souvent des persécutions.

Le plus ancien des Valentin aurait péri en Afrique tout comme ses 24 soldats. Hélas on ne possède pas plus d'information à son sujet. Tout ce qu'il nous a légué se limite à un nom et une date de décès.

On en sait plus à propos des deux autres Valentin.

Selon une légende datant du Moyen-Âge, le prêtre romain Valentin se verra arrêté par l'empereur Claude II (214 – 270) puis remis sous la garde d'un aristocrate nommé Asterius qui devait le garder prisonnier chez lui.

D'après l'histoire, Asterius commettra une erreur en laissant le prêcheur parler. Valentin le prédateur

Ceux qui aiment à blâmer sont, par nature, peu propres à l'amitié. Démocrite (460 – 370 av. J.-C.)

L'amitié du chien est sans conteste plus vive et plus constante que celle de l'homme.

Michel de Montaigne (1533 – 1592)

Désirer l'amitié est une grande faute. L'amitié doit être une joie gratuite comme celles que donne l'art, ou la vie.

Simone Weil (1909 – 1943)

n'avait de cesse de parler du Christ guidant et sortant les païens de l'ombre pour les amener dans la lumière de la vérité et du salut.

Asterius conclut alors un accord avec Valentin : Si le chrétien pouvait guérir la cécité de sa belle-fille il se convertirait.

Valentin mit ses mains sur les yeux de la jeune fille en psalmodiant :

Seigneur Jésus, éclaire ta servante car tu es Dieu, , la Lumière véritable.

Et voilà tout! Selon la légende médiévale, la jeune femme a recouvré la vue. Asterius et toute sa famille se convertirent. Malheureusement, l'empereur le Gothique entendra la nouvelle et ordonnera l'exécution de tous. En fait, seul Valentin sera décapité.

Une veuve pieuse enleva le corps et le fit ensevelir sur le lieu de son martyre, sur la Via Flaminia, l'ancienne grande voie routière reliant Rome à l'actuelle Rimini. Plus tard, on fit bâtir une chapelle abritant la dépouille du saint.



Philippe Martiny (1858 - 1927).
Étudiant & Imprimeur - Student & Printer.
Sculpture. Washington, Bibliothèque du Congrès
Library of Congress. 1897.

Le troisième Valentin du 3^{ème} siècle était un évêque de Terni, chef-lieu de la province de l'Ombrie.

Selon la légende, l'évêque italien se retrouvera dans une situation similaire à celle de Valentin de Rome : débat avec un converti potentiel et guérison

du fils de ce dernier. Le reste de l'histoire se ressemble : décapité sur les ordres de Claude II, son corps sera enseveli le long de la Via Flaminia.

Rien n'empêche de penser qu'il n'y a pas eu deux Valentin décapités; il reste donc possible que les deux versions de la légende des saints apparurent simultanément à Rome et Terni.

Quoiqu'il en soit, venu d'Afrique, de Rome ou d'Ombrie, aucun de ses saints ne semble avoir été un romantique.

Comprendons que la vérité historique importait peu pour les chrétiens de l'époque médiévale. Ce qui comptait avant tout : les histoires de miracles, les martyres, et les restes physiques soit les reliques du saint. Bien évidemment, de nombreuses églises et monastères de l'Europe du Moyen-Âge prétendaient posséder, dans leur trésor, des morceaux du crâne de saint Valentin.

À notre connaissance, les reliques du saint n'ont jamais accompli rien de spécial pour les amoureux.

Le lien avec les amours apparaîtra plus de mille ans après la mort du martyr lorsque, dans ses

Tu vois en amitié, on ne passe pas devant le maire, alors il n'y a pas vraiment de date d'anniversaire. Mais ça peut quand même durer toute une vie puisqu'on s'est choisi.

Marc Levy (1961 –)

L'amitié, c'est l'amour sans ailes. C'est moins exaltant peut-être, mais tellement plus solide.

Juliette Benzoni (1920 – 2016)

Un des plus grands bonheurs de cette vie, c'est l'amitié; et l'un des bonheurs de l'amitié, c'est d'avoir à qui confier un secret. Alessandro Manzoni (1785 – 1873)



Reliques de saint Valentin, église Saint-Pierre-du-Chemin (France)
Relics of St. Valentine at the church of Saint-Pierre-du-Chemin (France)

Contes de Canterbury, Geoffrey Chaucer (vers 1340 – 1400) décrète que la fête de la Saint-Valentin est reliée à l'accouplement des oiseaux.

Il semblerait que, du temps de Chaucer, les oiseaux s'unissaient en février pour construire leur nid. Bientôt, les Européens soucieux de la nature commencèrent à envoyer des mots d'amour pendant la saison de nidification des oiseaux. Et le reste fait maintenant partie de l'histoire...



Lucca della Robbia (1399 - 1482).
Putto avec une oie / Putto with a Goose.
Sculpture. Date inconnue/Unknown.

The Story of Saint Valentine

On February 14th, sweethearts of all ages will exchange cards, flowers, candy, and more lavish gifts in the name of St. Valentine. But the root of our modern holiday is a beautiful fiction. St. Valentine was no lover or patron of love. Valentine's Day, in fact, originated as a liturgical feast to celebrate the decapitation of a third-century Christian martyr, or perhaps two.

Ancient sources reveal that there were several St. Valentines who died on February 14th. Two of them were executed during the reign of Roman Emperor Claudius Gothicus in 269-270, at a time when persecution of Christians was common.

The earliest Valentinus is said to have died in Africa, along with 24 soldiers. Unfortunately, we can not find any more information about him. All that this saint left behind was a name and day of death.

We know only a little more about the other two Valentines.

According to a medieval legend a Roman priest named Valentinus was arrested during the reign of Emperor Gothicus (214 – 270) and put into the custody of an aristocrat named Asterius.

As the story goes, Asterius made the mistake of letting the preacher talk. Father Valentinus went on and on about Christ leading pagans out of the shadow of darkness and into the light of truth and salvation. Asterius made a bargain with Valentinus:

Close friends are truly life's treasures. Sometimes they know us better than we know ourselves. With gentle honesty, they are there to guide and support us, to share our laughter and our tears. Their presence reminds us that we are never really alone. Vincent van Gogh (1853 – 1890)

*The antidote for fifty enemies is one friend.
Aristotle (384 – 322 BCE)*

If the Christian could cure Asterius's foster-daughter of blindness, he would convert. Valentinus put his hands over the girl's eyes and chanted:

Lord Jesus Christ, enlighten your handmaid, because you are God, the True Light.

Easy as that. The child could see, according to the medieval legend. Asterius and his whole family were baptized. Unfortunately, when Emperor Gothicus heard the news, he ordered them all to be executed. But Valentinus was the only one to be beheaded.

A pious widow, though, made off with his body and had it buried at the site of his martyrdom on the Via Flaminia, the ancient highway stretching from Rome to present-day Rimini. Later, a chapel was built over the saint's remains.



Pio Fedi (1816 - 1892).
Putto. Sculpture. 1866.

To be poor does not mean you lack the means to extend charity to another. You may lack money or food, but you have the gift of friendship to overwhelm the loneliness that grips the lives of so many. Stanley Hauerwas (1940 –)

The third third-century Valentinus was a bishop of Terni in the province of Umbria, Italy.

According to the legend, Terni's bishop got into a situation like the other Valentinus by debating a potential convert and afterward healing his son. The rest of story is quite similar as well: He too, was beheaded on the orders of Emperor Gothicus and his body buried along the Via Flaminia.

It is likely that there weren't actually two decapitated Valentines, but that two different versions of one saint's legend appeared in both Rome and Terni.

Nonetheless, African, Roman or Umbrian, none of the Valentines seems to have been a romantic.

In any case, historical veracity did not count for much with medieval Christians. What they cared about were stories of miracles and martyrdoms, and the physical remains or relics of the saint. To be sure, many different churches and monasteries around medieval Europe claimed to have bits of a St. Valentinus' skull in their treasuries.

As far as we know, though, the saint's bones did nothing special for lovers.



Reliques de saint Valentin, basilique Sainte-Marie in Cosmedin (Rome, Italie)
Relics of St. Valentine at the basilica of Saint Mary in Cosmedin (Rome, Italy)

The love connection probably appeared more than a thousand years after the martyrs' death, when Geoffrey Chaucer (circa 1340 – 1400), author of The Canterbury Tales decreed the February feast of St. Valentinus to the mating of birds.

It seems that, in Chaucer's day, English birds paired off to produce eggs in February. Soon, nature-minded European nobility began sending love notes during bird-mating season. And the rest is history...

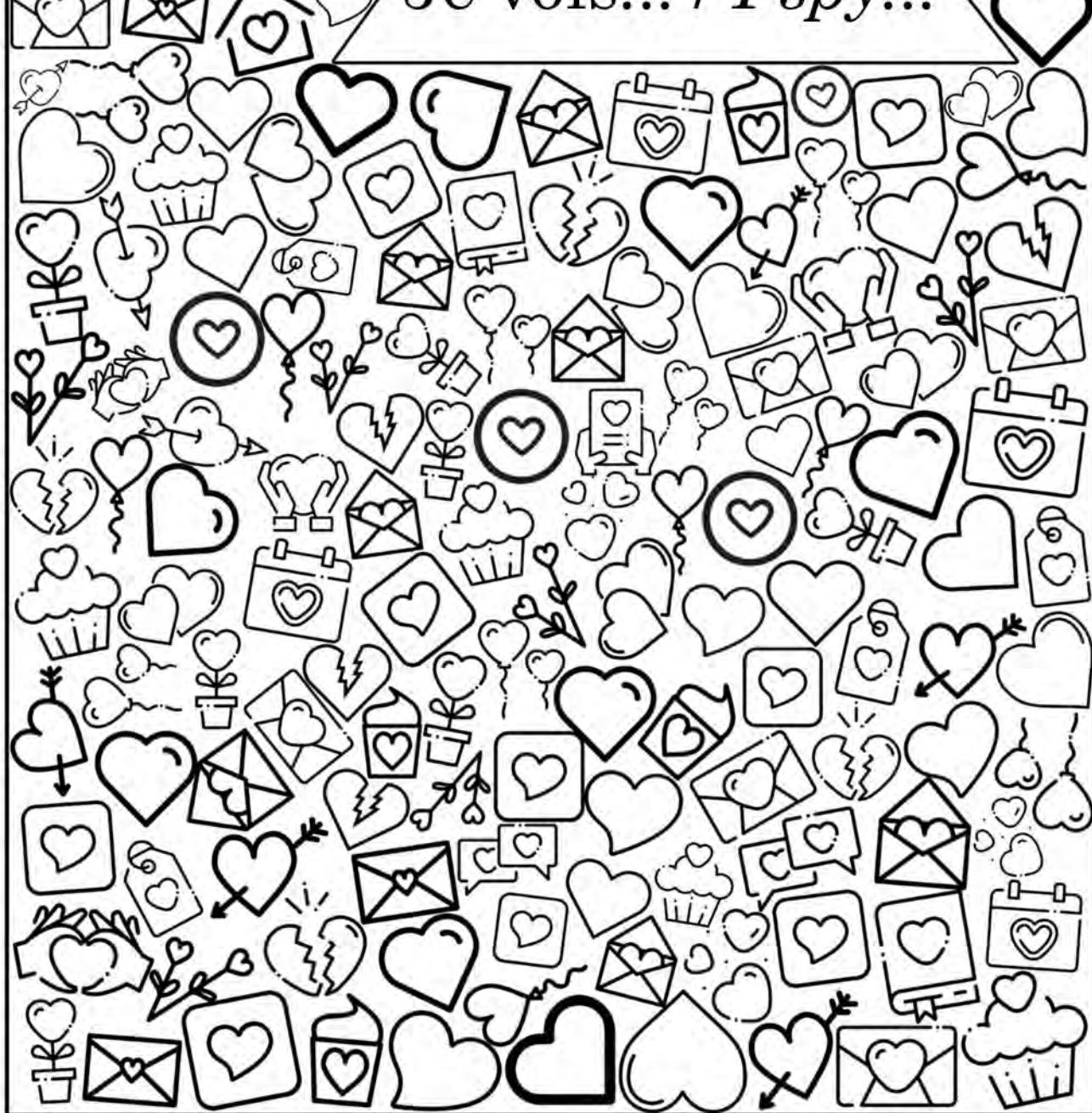


Jacopo della Quercia (1416 - 1492). *Deux putti ailés / Two Winged Putti*, DETAIL. Sculpture.
San Petronino, Bologne / Bologna. Vers/Circa 1425-1438.

C'est souvent
l'amitié
qui fait naître et
qui nourrit et
entretient les plus
beaux sentiments
de générosité dont
le cœur humain
est capable.
Giovanni Boccaccio
(1313 – 1375)

Friendship is almost always the union of a part of one mind with the part of another; people are friends in spots.
George Santayana (1863 – 1952)

Je vois... / I spy...



2	hands	4	tag	4	broken heart	2	calendar	4	cupcake	5	balloons	7	envelope	4	heart	6	hearts	5	arrow
1	house	6	flowers	7	flowerpot	1	calendar	3	apple	6	envelope	7	envelope	4	heart	7	heart	4	heart
3	arrow	2	hands	4	broken heart	6	balloon	2	envelope	7	heart	3	envelope	9	heart	6	heart	3	heart

L'amitié véritable épanouit l'âme et l'oriente vers le zénith avec la force inexorable du soleil sur un champ de tournesols.
Sophia Sherine Hutt (? -)

The friend who can be silent with us in a moment of despair or confusion, who can stay with us in an hour of grief and bereavement, who can tolerate not knowing... not healing, not curing... that is a friend who cares.

Henri Nouwen (1932 – 1996)



POPOTE ROULANTE

C.A.B. DE STANSTEAD
Tél. : 819-876-7748



MENUS DE FÉVRIER 2024

Lundi	Mardi	Mercredi			Jeudi		Vendredi		
		Livrasons au Canton de Stanstead (CS) : les mercredis. Livrasons à Ayer's Cliff (AC) : les mardis et jeudis.			1 AC	Poivron farci au riz & viande	2	Poulet sauce aux tomates	
5	Boulettes de porc aux champignons	6 AC	Spaghetti sauce à la viande & tomates	7 CS	Salade César au poulet	8 AC	Pain de viande	9	Sandwich sous-marin au steak
12	Pâté de poulet	13 AC	Porc à l'éable	14 CS	Macaroni sauce à la viande & tomates	15 AC	Poitrine de poulet en sauce	16	Hamburger au fromage
19	Lasagne	20 AC	Poulet sauce BBQ	21 CS	Sauté de porc teriyaki	22 AC	Pâté chinois	23	Poisson pané & frites
26	Porc sauce BBQ	27 AC	Bœuf bourguignon	28 CS	Croissant au jambon & fromage	29 AC	Steak haché sauce crèmeuse	Coût du repas : 6,00 \$.	

Aidez-nous à vous offrir un bon service.

Commandez vos repas en début du mois ou en début de semaine.
Si besoin est, vous pouvez annuler votre repas sans pénalité.



MEALS ON WHEELS

STANSTEAD VOLUNTEER CENTER

Tel.: 819-876-7748



MENUS FOR FEBRUARY 2024

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
<p><i>Deliveries in Stanstead Township (ST): Wednesdays.</i></p> <p><i>Deliveries in Ayer's Cliff (AC): Tuesdays & Thursdays.</i></p>				1 AC
5	Pork meatballs with mushrooms	6 AC	Spaghetti with meat & tomato sauce	7 ST
12	Chicken pot pie	13 AC	Maple pork	14 ST
19	Lasagna	20 AC	Chicken with BBQ sauce	21 ST
26	Pork chop in mild BBQ sauce	27 AC	Beef bourguignon	28 ST
			Ham & cheese croissant	29 AC
			Hamburger steak in cream sauce	Cost per meal: \$ 6.00.

Help us provide you with a good service. Preorder your meals at the beginning of the month or at the beginning of the week. If necessary you can cancel your meal without penalty.

Activités pour les enfants âgés de 0 à 5 ans et leurs parents (492 Dufferin)

Vérifiez la page Facebook du PACE CAB REDIKER pour découvrir la programmation.

Activities for Children Aged 0 to 5 and Their Parents (492 Dufferin)

Check the PACE CAB REDIKER Facebook page to discover the upcoming programming.

FÉVRIER - FEBRUARY

MARDI / TUESDAY		MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI / THURSDAY		
<p><i>Que la douceur de l'amitié soit faite de rires et de plaisirs partagés. Khalil Gibran (1883 – 1931)</i></p> <p><i>L'amitié n'exige rien en échange, que de l'entretien. Georges Brassens (1921 – 1981)</i></p>			1	Marmotte cadran solaire (9h30 - 11h00) <i>Groundhog Sundial</i> (9:30 - 11:00 a.m.) 	
6	Flocon de neige (9h30 - 11h00) <i>Snowflake</i> (9:30 - 11:00 a.m.) 	7	Groupe de discussion entre parents (9h30 - midi) <i>Parents Discussion Group</i> (9:30 - noon) 	8	Bricolage de la St-Valentin (9h30 - 11h00) <i>Valentine's Craft</i> (9:30 - 11:00 a.m.) 
13	Petits Chefs : Chocolat (9h30 - 11h00) <i>Little Chefs: Chocolate</i> (9:30 - 11:00 a.m.) 	14	Info bébé & Lunch de la St-Valentin (9h30 - 13h00) <i>Baby Info & Valentine's Lunch</i> (9:30 a.m. - 1 p.m.) <small>(avec le/WITH the CIUSSS de l'Estrie - CHUS)</small> 	15	Groupe de discussion entre parents (9h30 - midi) <i>Parents Discussion Group</i> (9:30 - noon) 
20	Petits Chefs : Muffins aux bananes (9h30 - 11h00) <i>Little Chefs: Banana Muffins</i> (9:30 - 11:00 a.m.) 	21	Groupe de discussion entre parents (9h30 - midi) <i>Parents Discussion Group</i> (9:30 - noon) 	22	BINGO 9h30 - 11h00 (9:30 - 11:00 a.m.) 
27	Glissades @ Cercle de Pierres (9h30 - 11h) <i>Sliding @ Stone Circle</i> (9:30 - 11 a.m.) 	28	Groupe de discussion entre parents (9h30 - midi) <i>Parents Discussion Group</i> (9:30 - noon) 	29	Groupe de discussion entre parents : Art-thérapie (9h30 - midi) <i>Parents Discussion Group: Art Therapy</i> (9:30 - noon) 

My old grandmother always used to say "Summer friends will melt away like summer snows, but winter friends are friends forever."

George R. R. Martin (1948 –)

True friends are always together in spirit.

L. M. Montgomery (1874 – 1942)



RAPHAEL
 (1483 - 1520).
La Madone Sixtine
 The Sistine Madonna,
 DETAIL.
 Huile sur toile
 Oil on canvas.
 Vers/Circa 1512.

Activités pour les parents d'enfants âgés de 6 à 12 ans (492 Dufferin)

Vérifiez la page Facebook du PACE CAB REDIKER pour découvrir la programmation.

Activities for Parents With Children Aged 6 to 12 (492 Dufferin)

Check the PACE CAB REDIKER Facebook page to discover the upcoming programming.

FÉVRIER - FEBRUARY

MARDI / TUESDAY

6 Atelier : Des repas équilibrés pour les gens pressés (1h - 15h30) <i>Workshop: Balanced Meals for People on the Go (1 - 3:30 p.m.)</i>		13 Atelier chocolat (1h - 15h30) <i>Chocolate Workshop (1:00 - 3:30 p.m.)</i>	
20 Atelier : Faux vitrail (1 de 2) (1h30 - 15h30) <i>Workshop : Fake Stained Glass (1 of 2) (1:30 - 3:30 p.m.):</i>		27 Atelier : Faux vitrail (2 de 2) (1h30 - 15h30) <i>Workshop : Fake Stained Glass (2 of 2) (1:30 - 3:30 p.m.):</i>	

Activités pour les parents enseignant à la maison & leurs enfants (492 Dufferin)

Vérifiez la page Facebook du PACE CAB REDIKER pour découvrir la programmation.

Activities for Home Schooling Parents and their Children (492 Dufferin)

Check the PACE CAB REDIKER Facebook page to discover the upcoming programming.

FÉVRIER - FEBRUARY

JEUDI / THURSDAY

1 Marmotte cadran solaire (14h - 16h00) <i>Groundhog Sundial (2 - 4 p.m.)</i>		8 Atelier chocolat (14h - 16h00) <i>Chocolate Workshop (2 - 4 p.m.)</i>	
15 Scrabble (14h - 16h00) <i>Scrabble (2 - 4 p.m.)</i>		22 Neige instantanée (14h - 16h00) <i>Instant Ice (2 - 4 p.m.)</i>	
29 Crème glacée maison (14h - 16h00) <i>Homemade Ice Cream (2 - 4 p.m.)</i>		<p><i>La sincérité est à l'amitié ce que le ciment est au mortier. Taha-Hassine Ferhat (1950 –)</i></p> <p><i>Friends should be like books, few, but hand-selected. C. J. Langenhoven (1873 – 1932)</i></p>	

Comment aider votre enfant à se faire des amis

Votre enfant a-t-il de la difficulté à se faire des amis?

Aidez-la (le) à se sentir plus confiant avec ces trucs. C'est sympathique d'avoir des amis mais c'est aussi important pour un enfant. Les amitiés aident les jeunes à améliorer leur habiletés en communication, partage, empathie, résolution de problèmes et créativité. Les amis aident les jeunes à mieux s'entendre avec les autres et à interagir avec le monde.

Si certains enfants possèdent naturellement des aptitudes sociales, la timidité peut former un obstacle pour d'autres; toutefois, on peut vraiment assister les enfants à faire le saut.

On se pratique à dire bonjour

Encouragez votre bambin à dire bonjour à quelqu'un et à lui demander son nom ou suggérez une activité qu'il peut faire avec un(e) camarade. S'entraîner ou répéter des habiletés sociales dans un environnement sécuritaire et chaleureux aidera votre enfant à acquérir des repères et aptitudes sociales adaptées à son âge. Votre bambin peut aussi pratiquer à dire bonjour avec un membre ou ami de la famille; bientôt il se sentira beaucoup plus à l'aise à l'idée de rencontrer de nouvelles personnes.



Philippe Martiny (1858 - 1927).

Amérique & Afrique - America & Africa.

Sculpture. Washington, Bibliothèque du Congrès /
Library of Congress. 1897.

L'enseignement, c'est une amitié.

Jules Michelet (1798 – 1874)

L'amitié est comme une lumière à une fenêtre pendant une nuit noire. Sandrine Fillassier (1968 –)

On commence doucement

Commencez par exposer votre enfant petit à petit à des expériences d'ordre social. Grâce à votre présence parentale rassurante, il (elle) commencera à se sentir en confiance et sécurité. Alors oubliez cette fête où on laisse un enfant en compagnie d'une douzaine d'inconnus. À la place, partez en promenade jusqu'au bar lai- tier avec un(e) voisin(e) et sa fille ou son fils.

Jouer à la maison

Les jeunes timides se sentent plus à l'aise chez eux donc organisez une rencontre à la maison avec une activité demandant pas trop de conversation mais plus de participation. De cette façon votre bambin ne sera pas submergé par un environnement inconnu alors qu'il es- saie déjà de surmonter sa timidité.

Bâtir la confiance

Quand vous planifiez une période de jeux, assurez-vous que le début et la fin de l'activité soient clairement défi- nis. Si vous dites à votre enfant qu'il (elle) va rendre visite à un(e) ami(e) pendant 30 minutes, assurez-vous de dire au revoir et quitter après une demi-heure.

Si vous devez quitter la pièce pour aller à la salle de bain ou donner un coup de fil, informez-en votre bambin qui ne sera donc pas surpris de votre absence pendant quelques instants. La confiance repose sur l'expérience. Si votre enfant vous fait confiance, il fera confiance non seulement à lui mais aussi aux autres.

6 DIFFÉRENCES



How to Help Your Child Make Friends

Is your child having trouble developing friendships? Help her/him feel more confident with these tips and activities.

Having friends is not only fun, it is also important for a child. Friendships are critical to helping children improve their communication, sharing, empathy, problem-solving, and creativity. Friends help children learn to get along with others and interact with the world.

Although some children are naturally social, shyness can be a barrier for other kids in developing friendships, but it is one of the things we can really help children overcome.

Practice Saying Hello

Encourage your child to address someone new and ask for her/his name. Or suggest an activity your child can play with a peer.

Practicing and rehearsing social skills in a safe and warm environment will support your child by teaching her/him social cues and age-appropriate social skills practices. Your child can also practice greeting techniques with family members and family friends until she/he becomes more comfortable with the norms of meeting someone new.

Start Small

Begin by exposing your child little by little to social situations. Through the safety of your parental involvement, your child will learn how to feel confident and safe.



Andrea del Verrocchio (1435 - 1488).
Putto en équilibre sur un globe
Putto Poised on a Globe.
Sculpture. Vers/Circa 1480.

So skip that drop-off birthday party with two dozen kids and instead opt for a short walk to the ice cream parlour with the next-door neighbor and her/his daughter.

Plan a Playdate at Home

Shy children feel more comfortable in their own home, so host a playdate at your house and provide an activity that requires less conversation and more participation. This way your child will not be overwhelmed with a new environment while working on her/his shyness.

Build Trust

When you set up playtimes, make sure they have a beginning and an end that can be clearly adhered to. If you tell your child that she/he is going to visit his friend for 30 minutes, make sure you say goodbye and leave after 30 minutes.

If you are going to go to another room to use the restroom or take a phone call, tell your child so she/he does not look up and find you gone. Trust is based on experience. If your child can trust you, he will learn to trust himself and therefore others.



Philippe Martiny (1858 - 1927).
Électricien - Electrician. Sculpture. Washington, Bibliothèque du Congrès / Library of Congress. 1897.

How many slices in a bread? Depends how thin you cut it. How much good inside a day? Depends how good you live 'em. How much love inside a friend? Depends how much you give 'em.
Shel Silverstein (1930 – 1999)

Images cachées : 24 indices
Hidden Pictures: 24 clues



Rosso Fiorentino (1495 - 1540).
Putto jouant du luth
Putto Playing the Lute.
Huile sur panneau / Oil on panel. 1521.



L'amitié ne rend pas le malheur plus léger, mais en se faisant présence et dévouement, elle permet d'en partager le poids, et ouvre les portes de l'apaisement.

Tahar Ben Jelloun (1947 -)

There are three things that grow more precious with age; old wood to burn, old books to read, and old friends to enjoy.

Henry Ford (1863 – 1947)



Richard
(1835 - 1899) &
George
(1839 - 1922)
Cadbury

À chacun sa vie :
c'est le secret de l'amitié.
Daniel Pennac (1944 -)

Sudoku

Moyen / Medium

Solution : page 20



Chocolats de la Saint-Valentin dans boîte en forme de cœur.
Chocolates for Valentine's Day in a heart-shaped box.
(1868)

Real friendship, like real poetry, is extremely rare - and precious as a pearl.
Tahar Ben Jelloun (1947 -)

1					5	6		8
2				1	7			
	9				2	4	1	
3				5		8	4	
8	5					9	2	
	2	4		8				5
	3	9	1			6		
			9	3				1
4		2	5					9

Un nombre ne peut apparaître qu'une fois dans chaque colonne, chaque ligne et chaque petite grille. Bonne chance!
A number should appear only once on each row, column and mini-grids. Good luck!

Le premier & unique Valentin du monde élu pape

Peu de choses sont connues sur Bastien Valentin, le centième pape, qui n'aurait régné que 40 jours, entre le 1^{er} septembre et le 10 octobre 827. Fils d'aristocrate, né à Rome à une date inconnue, il commence sa carrière ecclésiastique alors qu'il a 25 ans. L'on sait qu'il parlait aisément aussi bien avec le peuple romain qu'avec les nobles. À la mort du pape Eugène II (en 824), il est élu pape à l'unanimité. On lui annoncera la nouvelle alors qu'il se trouvait en prière mais il résistera. Devant les protestations, il finira par accepter l'élection. Rien n'est connu de son très bref pontificat. Les sources précisent seulement qu'« appelé par le Christ, il fut atteint de maladie. » Et d'ajouter : « C'est orné de ses multiples qualités qu'il partit pour le Ciel. »



The Most Expensive Putti in the World

In 2019, a pair of carved stone putti was put up for auction at Sotheby's Paris. Created in Augsburg, the putti sold for almost 3 million CAD.

When wealthy banking brothers Ulrich (1441 – 1510) and Jacob (1459 – 1525) Fugger of Augsburg decided in 1509 to erect a chapel in memory of their brother George (1453 – 1506), they commissioned the sculptor Hans Daucher (1486-1538) to create the decoration for what was to be the first example of Italianate Renaissance architecture in Germany.

The limestone putti, measuring 11.5 in (29 cm) and 10.5 in (27 cm), originally formed part of the balustrade, surrounded by other angels.



2 9



16 24



Février / February

VRAI OU FAUX? / TRUE OR FALSE?

Réponses de décembre/janvier
December/January Answers

1 F	2 V/T	3 V/T	4 F	5 V/T	6 F
-----	-------	-------	-----	-------	-----

L'amitié c'est pas être avec ses amis
mais être amis avec ses amis
André Malraux (1901 - 1976)

L'amitié nous donne la chance de désherber
notre jardin intérieur, ou de faire fleurir
notre propre désert.

Jacqueline Kelen (1953 -)

- 1** La philosophe humaniste française Simone Weil a vu le jour en 1919.
Dutch painter Vincent van Gogh was born in 1850.
- 2** Cupidon est l'ancêtre du *putto*.
The plural of cherub is cherubim.
- 3** La maison d'Asterius a servi de prison à saint Valentin.
The Latin word putus means boy.
- 4** Le pape Valentin a régné 33 jours, 33 heures et 33 minutes.
Valentine's Day is celebrated on February 8th.
- 5** La mère de Cupidon s'appelait Vénus, divinité de la mythologique grecque.
You can see relics of St. Valentine in Rome (Italy).
- 6** Richard Cadbury était le père de George Cadbury.
Donatello was a friend of Italian artist Leonardo da Vinci.



Andrea Mantegna (1431 - 1506).
Putto, DETAIL. Fresque / Fresco.
Mantoue, Italie / Mantua, Italy. 1474.

SUDOKU p. 19, Solution

1	4	7	3	9	5	6	2	8
2	6	8	4	1	7	9	5	3
5	9	3	8	6	2	4	1	7
3	7	1	2	5	9	8	4	6
8	5	6	7	4	3	1	9	2
9	2	4	6	8	1	7	3	5
7	3	9	1	2	8	5	6	4
6	8	5	9	3	4	2	7	1
4	1	2	5	7	6	3	8	9

Experts on romance say for a happy marriage there has to be more than a passionate love. For a lasting union, they insist, there must be a genuine liking for each other.
Which, in my book, is a good definition for friendship
Marilyn Monroe (1926 – 1962)



Charles Badger, arch. (1822 - 1926). Baromètre / *Barometer*, DETAIL. Vichy, France. 1863-1865.

La vraie amitié sait être lucide quand il faut, aveugle quand elle doit. Francis Blanche (1921 – 1974)

Le saviez-vous?

L'on dit que l'amour rend aveugle. Alors jetons la lumière sur deux divinités de l'amour : Éros et Cupidon .

Éros (8^{ème} s. av. J.-C.) nous vient de la mythologie grecque. Il a pour mission de créer l'attraction entre les différents êtres pour participer à la continuité de l'espèce humaine. Jeune homme ailé au physique avantageux, doté de la jeunesse éternelle, il porte un arc et des flèches magiques.

Fils de Vénus (déesse de l'Amour), pourvu d'ailes et d'un arc pour envoyer des flèches riches de désir, Cupidon (2^{ème} s. av. J.-C.) ressemble beaucoup à Éros. Seules différences : Cupidon, dieu de l'amour romain, et non helléniste, apparaît sous les traits d'un enfant et il est l'ancêtre du *putto*, bambin riant, angelet joufflu de la Renaissance italienne.



Collectes / Collection

Fév./Feb.	Stanstead & Rock Island	Beebe
	6, 20	7, 21
	12, 26	13, 27
	1, 15, 29	

La Ressourcerie (1-855-804-1018)

Appeler pour la collecte à domicile
Call for home pick-up service

Friendship's the wine of life. *Edward Young (1681 – 1765)*

Did you know?

A *putto* (Italian: plural *putti*) is a figure in a work of art depicted as a chubby male child, usually naked and very often winged. The Italian word comes from the Latin word *putus*, meaning boy or child.

Derived from the gods of love, Eros and Cupid, in Greek and Roman art, *putti* came to be used to portray cherubim in Italian paintings of the Quattrocento (15th c.).

The revival of the figure of the *putto* is generally attributed to Italian artist Donatello (1386 – 1466). He integrated the *putto* into his art as a participant and not merely adornment. He referred to his *putti* as *spiritelli* or little sprites.





**LE CLUB ROTARY
DE LA FRONTIÈRE**

Vente de livres
le 1^{er} & 3^{ème} samedi
du mois,
de 9h à midi

4 Principale, Stanstead

**THE ROTARY CLUB
OF THE BOUNDARY**

Book Sale
every 1st & 3rd Saturday
of the month,
from 9 a.m. until noon

La véritable et sincère amitié verbale profondément superficielle est celle sur laquelle on peut absolument compter quand on n'a strictement besoin de rien.

Pierre Dac (1893 – 1975)

A day without a friend is like a pot without
a single drop of honey left inside.
Winnie the Pooh (1929 –)

Le Centre d'action bénévole de Stanstead a besoin de vous

Nous avons besoin de bénévoles pour

- le comptoir familial,
- la livraison de la popote roulante et
- le transport pour les rendez-vous médicaux.

Appelez-nous.

**Stanstead Volunteer Center
Needs You**

We need volunteers for:

- The family counter,
- Meals on wheels delivery and
- Medical appointment transportation.

Call us.

Info : 819-876-7748

IDÉES DE CADEAUX? - CERTIFICATS CADEAUX!

Le C.A.B. dispose de certificats cadeaux pour

- ♥ la popote roulante (6 \$)

**Gâtez vos amis
et votre famille!**



GIFT IDEAS? GIFT CERTIFICATES!

Gift certificates are available at the C.A.B. for

- ♥ *Meals on Wheels (\$ 6)*

**Get some for your
friends & family!**

Info : 819-876-7748

COMPTOIR FAMILIAL

(492, rue Dufferin)

Ouvert les mardis et jeudis,
l'après-midi, de 13h00 à 16h00.



FAMILY COUNTER

(492 Dufferin Street)

*Open on Tuesdays and Thursdays,
in the afternoon
between 1 and 4 p.m.*

Nouveaux modes de
paiement :

New payment options:

Square

Info : 819-876-7748

Giovanni Conini (v./ca. 1647 - 1695),
Putto avec crâne et livre (Allégorie de Vanité),
Sculpture. Avant/Before 1695.



NUMÉROS de



NUMBERS

POLICE
AMBULANCE
POMPIERS
FIRE DEP'T

9 1 1

CLSC 819-876-7521

INFO SANTÉ & SOCIAL 8 1 1

INFO POISON 1-800-463-5060

PHARMACIE / PHARMACY(Stanstead) 819-876-5811

PHARMACIE / PHARMACY(Ayer's Cliff) 819-838-5000

HÔPITAL MAGOG (CIUSSS - CHUS DE L'ESTRIE) 1-800-268-2572

ACCUEIL UNIFIÉ MAGOG 1-800-268-2572

ACCUEIL UNIFIÉ STANSTEAD 819-876-7521

CHUS & HÔTEL-DIEU (CIUSSS - CHUS DE L'ESTRIE) 819-346-1110

C.A.B. de - STANSTEAD - *Volunteer Center* 819-876-7748

SÉCURITÉLÉPHONE / TELEPHONE SECURITY 819-843-8138

**CENTRE
D'ACTION BÉNÉVOLE
DE STANSTEAD**
STANSTEAD VOLUNTEER CENTER

CET ESPACE POURRAIT ÊTRE LE VÔtre

THIS SPACE COULD BE YOURS

INFO : 819-876-7748



**Pharmacie Peter Hanna
et Ibrahim Assaad**

Affiliée à:
 familiprix

23, Boulevard Notre-Dame Ouest
Stanstead (Québec)
J0B 3E2
T: 819 876-5811
F: 819 876-2312

Suivez-nous sur:
 familiprix.com

Peter Hanna
pharmacien propriétaire

LES MARCHÉS TRADITION

David Labonté, Propriétaire/Owner
tra0875stanstead@sobeys.com

14, chemin Fairfax, Stanstead (Québec) J0B 3E0
T 819.876.7262 • F 819.876.7610

PRODUITS LOCAUX + SERVICE DE LIVRAISON
LOCAL PRODUCTS + DELIVERY SERVICE

www.dsr-e.com

Informatique **ASR**

9, rue Passenger, Stanstead

info@asr-e.com

819.876.1434
1.855.876.1434

GARAGE LP•

Prop. Paul Fecteau

AUTO MECANO
EXPERT TECHNICIEN

Garagiste professionnel
Mécanique générale
Mécanique petit moteur
Spécialité Véhicule Tout Terrain

819-876-5242

2, rue Junction
Stanstead (Québec) J0B 1E0



Asalco

La solution pour vos besoins en produits nettoyants et lubrifiants haute performance.



44, ch. des Ursulines
Stanstead, Qc J0B 3E0



T (819) 876-2211
F (819) 876-5373



asalco@asalco.com
www.asalco.com

fadoq

Club FADOQ CAO de Stanstead Estrie

496, rue Dufferin
Stanstead, Qc J0B 3E0

Activités hebdomadaires suivies d'un souper de 13h30 à 18h30 les mercredis

(possibilité de voyages)

CENTRE JARDIN DANSEREAU
Serres • Fleuriste • Cadeaux

95 Québec 141, Ayer's Cliff, QC, J0B 1C0
www.centrejardindansereau.ca



819 838-4906

Emilie Dupont Inc.

Courtier immobilier résidentiel et commercial



RE/MAX D'ABORD INC.

Agence immobilière
848, Principale O.
Magog, Qc J1X 2B6



TACTIK

Recyclage Inc.



100 Railroad, Stanstead (Qc) J0B 3E2

MOREAU

SOCIÉTÉ NOTARIALE INC.

VALÉRIE MOREAU

NOTAIRE | NOTARY

594, rue Dufferin, Stanstead Qc J0B 3E0
2100, rue King Ouest, suite 10, Sherbrooke Qc J1J 2E8

TEL. 819.876.2742 | FAX. 819.876.2743

RONA

CENTRE DE RÉNOVATION STANSTEAD
MARCHAND PROPRIÉTAIRE

8, rue Principale, Stanstead (Qc) J0B 1E0

Philip St-James & Stacy Boulet
Propriétaires / Owners

Tél. / Phone : 819-876-2706
Cell. : 819-993-7597
philip.st-james@hotmail.ca