

Communauté Nazareth Community Inc.

Bulletin des Maisons Anne et
Nazareth

« De Notre Maison à la Votre »

Édition Automne/Hiver



Regardez ce que la Communauté Nazareth fait ces jours-ci :



Pharmaprix : Campagne arbre de la vie



La Marche pour la Santé Mentale



Vérification de nos abeilles occupées!



La Maison Anne au Camp Kinkora



La Maison Nazareth à LaRonde



Cette année, il y aura du miel en vente au Richelieu à Griffontown, et au Maître Boucher sur Monkland. Merci à tous ceux qui nous appuient dans notre campagne de sensibilisation sur la déstigmatisation des stéréotypes concernant la santé mentale et l'itinérance.

« Mon stage a été riche en opportunités d'apprentissage. J'aime la possibilité de travailler en individuel et en groupe à la maison Anne » Samantha Jones, Dawson Services Social

Le Conditionnement Physique



Ce fut un plaisir et un honneur pour mon équipe de pouvoir passer du temps avec les hommes de Nazareth au cours des 5 dernières années. En tant que président de THT, j'ai passé 2 ans à entraîner les hommes de la Maison Nazareth, mon temps m'a aidé à poursuivre ma passion d'aider les autres à se mettre en bonne forme physique. L'expérience fut inestimable pour moi.

Je suis entré dans la Maison Nazareth la semaine dernière pour le commencement du programme de conditionnement physique de l'automne et j'étais ravi de voir un des hommes sur le tapis roulant en train de faire de l'exercice. Les hommes se sont réunis autour pour le peser et la mesure de leur taille trimestrielle. Je pouvais sentir leur excitation et leur fierté envers leurs succès, que ce soit perdre du poids, arrêter de fumer, ou le nombre de push-ups qu'ils ont pu faire.

Sandra, la chef cuisinière, me dit qu'elle a augmenté leur consommation d'eau et réduit leur consommation de café, et que leurs assiettes incluent plus de légumes et de salade, quel sentiment! Sheila la directrice vient en bas pour discuter avec moi de cas individuels, d'inquiétudes, et la direction du programme d'automne. Nick, l'entraîneur, débute la marche de 30 minutes avec les hommes suivi d'exercices de musculation et de flexibilité avant le retour pour le dîner. Ça prend un travail d'équipe et de l'aide de tout le monde, entraîneurs, chefs, donateurs, et prêtre pour offrir les bénéfices multiples de l'exercice.

L'expérience me laisse avec un sentiment de gratitude et je me demande si ces hommes peuvent trouver le temps de faire de l'exercice avec tous les obstacles devant eux, alors s'ils peuvent le faire, n'importe qui peut le faire!

Sam Maniatis
Président Total Home Training

Quoi de Neuf avec Notre Programme de Sensibilisation : Sacs à Mains Aidants

Sacs à Mains Aidants est une initiative de sensibilisation qui a débuté à la mi-mai grâce à la Communauté Nazareth pour aider les femmes qui sont aux prises avec l'itinérance. Ce projet consiste à offrir des sacs à mains remplis d'articles qui répondent à leurs besoins essentiels, ainsi qu'une liste de ressources à Montréal qui aident à lutter contre l'itinérance.

Avec l'aide de nos généreux donateurs, nous avons accumulé plus de 150 sacs à mains prêts à être distribués aux femmes dans la rue.

Amanda Harris, une gestionnaire de cas, et Dennys Melendez, un intervenant de la Communauté Nazareth, ont passé cet été à faire de la recherche pour assurer que « Sacs à Mains Aidants » soit un succès. Chaque mardi, ils ont exploré la ville de Montréal à différentes heures de la journée et à différents endroits afin de voir quand et où ces femmes vulnérables étaient localisés."

De plus, Amanda et Dennys ont rencontré plusieurs différents organismes qui fournissent des programmes de sensibilisation avec l'espoir de collaborer avec eux, ainsi que de mieux comprendre et recevoir des conseils au sujet de l'implémentation de ce type de programme. PRISM, Cactus, Spectre de Rue, TRAC, Chez Stella, CSSS Faubourg et la Mission Saint Michael comptent parmi ces organismes.

Le mois de septembre fut un temps productif pour notre projet « Sacs à Mains Aidants ». Ce fut le premier mois qu'Amanda et Dennys avait établi un premier contact avec les femmes dans la rue. Grâce à la collaboration avec l'infirmière de la clinique de sensibilisation du CSSS Faubourg, Nancy Keays et la travailleuse d'intervention de la Mission Saint Michael, Lisa-Marie Scolack, ils étaient en mesure de fournir ces sacs à main à 12 femmes différentes pendant ce mois uniquement.

Un mot de Père John Walsh...

La joie d'apprendre la mesure des femmes

Nous vivons dans une culture où tout est jetable. Ça coûte moins cher de jeter les choses que de les faire réparer. Nos appareils électroménagers ont un temps limité d'usage; la plupart durent entre huit et dix ans. Le monde change de compagnie d'emploi quatre ou cinq fois dans une vie; plusieurs personnes changent même de profession. Nous sommes mobiles, donc un changement de ville n'est plus vraiment significatif. Il n'y a pas grand chose de permanent dans nos vies. Quel cadeau incroyable en tant qu'être humain d'être capable d'apprendre tout au long de notre vie, jusqu'au dernier souffle. Notre expression familière nous rappelle que nous pouvons apprendre quelque chose de nouveau à chaque jour. Nous apprenons à travers nos expériences lorsque nous prenons le temps de réfléchir sur ce que nos expériences essaient de nous faire apprendre. Notre expérience est « la chose » qui nous donne les plus grandes leçons, et ces leçons deviennent si importantes que nous voulons les transmettre aux autres. Nous sommes constamment en train d'écrire et de réécrire notre vie. À ceux qui sont courageux, la permanence de notre vie est le changement. Notre volonté à changer est la fondation d'une vie heureuse. Quelle est la différence entre une ornière et une tombe? Un des deux est rempli!

La vie est souple et plus nous sommes ouverts au changement plus nous voulons apprendre. La vie est plus qu'une recherche sur Google. Une promenade dans la forêt est une révélation. Il n'y a pas deux arbres qui sont pareils, il n'y a pas deux plantes qui sont pareilles, et il n'y a pas deux roches qui sont pareilles. Dans la nature sauvage, les mots mêmes nous indiquent que tout grandit sauvagement. Grandir sauvagement est de découvrir les milliards de secrets qui ne sont pas encore découverts dans la création. Être sauvage en tant qu'être humain est d'être prêt à récupérer cette force puissante à l'intérieur de nous-même, remplie de bons instincts, de créativité passionnée, et de connaissances sans âge. Je me rappelle d'un livre séminale que j'ai lu à propos de femmes écrit par Dr. Clarissa Pinkola Estés intitulé « *Women Who Run With The Wolves-Myths and Stories of the Wild Women Archetype* ». C'est une connaissance de l'âme qui révèle la nature pulsionnelle des femmes, une de magie et de médecine. C'est glorieux d'être audacieux, d'être attentionné, d'être intuitif, et d'être une femme. Les femmes connaissent la carte routière de tous les pièges, ceux qui sont familiers ainsi que ceux qui sont horriblement inattendus qu'une femme rencontre au cœur de son cheminement vers son soi-même pulsionnelle.

De nos jours, les femmes à travers le monde luttent pour communiquer leurs contributions au monde et le rapport du UN *Making Progress/Stories of Women* offre non seulement de l'espoir aux femmes, mais du progrès et du succès. Les femmes sont en train de créer une révolution émergeant de leur mauvais traitement, leur oppression, et leur pauvreté. Les femmes ne peuvent pas être coupées de leur nature intuitive pour toujours.

La Maison Anne est une maison pour femmes qui ont été refusé leur nature intuitive et lorsqu'elles peuvent voir profondément à l'intérieur d'eux-mêmes, elles nous apprennent la joie qui est d'apprendre à propos des femmes. C'est seulement quand nous sommes prêts à apprendre à se connaître que le « égo » perd son pouvoir ce qui permet au « vrai soi » de sortir avec le pouvoir d'appriivoiser les douleurs du passé, de donner vie au présent, et d'envisager un futur où aucune femme manquera l'opportunité de connaître ce que c'est d'être phénoménalement femme. Maya Angelou savait très bien ce que c'est d'être une femme.

Jardinage Communautaire à La Maison Anne

Merci pour la merveilleuse expérience d'aider avec le jardinage à la Maison d'Anne cet été. Ce fut un plaisir de partager mes connaissances et ma passion du jardinage et tout ce qui est vert et qui pousse avec les femmes sages du clan Anne. LES FEMMES SAGES DU JARDIN D'HERBES tel qu'il est maintenant connu par certains participants fut un effort collaboratif de plusieurs mains et sourires et arrosage, arrosage, arrosage (Un merci spécial à Penny pour ses efforts dans ce domaine), désherbage, et la récolte des fruits qui étaient le résultat de soins attentionnés. La récolte abondante a été partagée avec tout le monde désireux de profiter des fruits divers des femmes qui ont travaillé fort. Parlant de fruits...il y a encore des tomates cerise en train de mûrir et une couple de concombres libanais sur les vignes à arroser et récolter. Cette année Le Jardin des Femmes Sages a profité d'une abondance de feuilles de moutarde chinoise, de chou frisé russe bleu plus tôt dans la saison, et d'herbes fraîches telles que le persil, la basilique, la menthe, le baume de citron et la ciboulette durant l'été. Des carottes miniatures, des radis, de la bette à carde, et des bettes ont tous été planté (quelques-uns de semences et quelques-uns de plants) et aimés. Merci à tous les participants pour votre participation chaleureuse et considération réfléchie. C'est tout votre bon travail, vos visages rayonnants lorsque vous écoutez, apprenez, et partagez vos connaissances, votre sagesse, et votre amour de la verdure qui pousse naturellement; Ceci met de la joie dans mon cœur et mon esprit. Avec beaucoup d'amour et de tendresse, Lynn Brown

Un Grand Merci à nos Partisans!

Le Conseil des Directeurs de la Communauté Nazareth

Tous ceux qui nous soutiennent au cours de l'année avec des dons monétaire et des biens matériels

Un merci spécial à « La Fondation du Grand Montréal » qui nous aide en offrant de la méditation, du yoga, des cours d'autodéfense, des programmes d'exercice personnalisé, et des activités culinaires de groupe pour les femmes à la Maison Anne.

Bienvenue à nouveau à nos partenaires éducatifs dans une variété de domaine :

*McGill (Médecine Dentaire, CHAP, Soins Infirmiers, Travail Social),
Concordia (Département d'Arts),
Collège Dawson (Technique en Travail Social),
Loyola, et Villa Maria*

Liste de souhaits:

Café (décaféiné)

Articles de toilette

Non périssables

Chaussettes et sous-vêtements

Bottes (hommes et femmes)

Jeans & Ceintures

Provisions d'art

Les billets d'autobus

Cartes cadeaux \$10