



Le **B**ulletin d' **I**nformation et de **P**révention  
Prévention Sud-Ouest / Tandem Sud-Ouest

Dans ce numéro :

## Halloween

Journée de la gentillesse	2
L'effet de beauté de Sandy	2
Gardiens Avertis	2
Retour d'Élise	2
Conseil du mois	3
Quiz du mois	3
Le potin du mois	4
À surveiller	4

Des membres du conseil d'administration ont distribué des bracelets fluorescents aux jeunes qui sont venus voir la maison hantée du Centre de loisirs Mgr Pigeon. Ainsi près de 400 jeunes ont été plus visibles pour circuler dans les rues. Merci à Lise et Michel Gosselin.



## La ronde des anniversaires



Les 20 ans de Tandem CDN-NDG ont été soulignés de façon remarquable le 27 septembre dernier. Durant la soirée, la directrice de l'organisme, Terri Ste-Marie, a reçu un chaleureux hommage.

Nous tenons à souligner les 20 ans de Concertation Ville-Émard/Côte St-Paul. En effet, le 30 octobre dernier avait lieu un 5 à 7 fort réussi à la Maison de la Culture Marie-Uguay. Les pionniers du début ont été remerciés pour les efforts déployés à la naissance de ce regroupement de concertation. Le même jour on a rendu hommage à Michèle Faille de Tandem Centre-Ville qui quittait ses fonctions après plus de 20 ans à la direction de ce bureau.

Le 29 novembre, ce sera au tour de Prévention Ahuntsic-Cartierville de fêter son 25<sup>e</sup> anniversaire. Il nous fera plaisir d'assister à cet événement.

C'est en 2013, que Prévention Sud-Ouest soulignera ses 25 ans. Nous vous tiendrons informés de la suite des choses.



## ***Journée de la gentillesse***



Le 13 novembre est la journée mondiale de la gentillesse. Être affable avec les autres rend heureux. Selon les observations de certains chercheurs la générosité et la gratitude produisent de l'endomorphine qui est l'hormone du plaisir. Cette hormone est euphorisante, antidouleur et antistress. Alors, le 13 novembre souriez à la vie!

## ***L'effet de beauté de Sandy***



Diane Lemon était au bureau le mardi matin 30 octobre, elle travaillait à son écran d'ordinateur. Elle lève les yeux et aperçoit, par la fenêtre, un double arc-en-ciel qui surplombe l'autoroute 20. Même la tempête a des effets positifs sur la laideur d'une autoroute!

## ***Gardiens avertis***



Deux groupes de jeunes ont suivi les cours de gardiens avertis. Nathalie Jolit rencontraient les jeunes de l'école Dollard-des-Ormeaux les mercredis après-midi et ceux de l'école de la Petite-Bourgogne, les jeudis après-midi. Félicitations à ces jeunes qui ont réussi l'examen!

## ***Retour d'Élise Campeau***

Ayant terminé son congé de maternité, c'est le 3 décembre prochain qu'Élise reviendra à Prévention Sud-Ouest. Elle ne restera que quelques mois avec nous puisque le 5 avril 2013, elle devrait quitter pour un second congé de maternité. La petite Melina aura donc un petit frère ou une petite sœur à la fin avril. Bon retour Elise !





## Le conseil du mois

Récemment, nous avons vécu un tremblement de terre qui a secoué nos maisons. La plupart d'entre nous, ne sommes pas préparés à ce genre d'évènement c'est pourquoi voici quelques trucs pour être prêt.

- Informez-vous et apprenez aux membres de votre famille quoi faire chez vous ou à l'école en cas de séisme.
- Convenez avec eux d'un lieu de rassemblement au cas où des membres de votre famille seraient séparés à la suite du séisme.
- Ayez votre trousse d'urgence prête. Prévoyez aussi des chandelles et des allumettes.

## Quiz du mois

Si un tremblement de terre survient lorsque vous êtes à l'intérieur de votre domicile, quel est le meilleur endroit pour s'abriter?

- a) Sous un meuble lourd.
- b) Dans un cadre de porte.
- c) À l'extérieur.

La bonne réponse est : a)  
Selon la croyance populaire, le lieu le plus sécuritaire lors d'un tremblement de terre est dans un cadre de porte. Par contre, ce lieu est dangereux car la porte pourrait se rabattre sur vous et vous blesser.

- Déplacez les objets lourds au bas des étagères pour éviter qu'ils tombent sur quelqu'un.

Si votre domicile est équipé d'appareils au gaz naturel ou reliés à un réservoir de propane extérieur, assurez-vous que tout est solidement arrimé et que les conduites ne peuvent se briser.

Vous trouverez des conseils sur la façon de faire lorsqu'un tremblement de terre survient sur le

site : <http://www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-civile/se-preparer-aux-sinistres/sinistres/tremblement-terre.html>



Il faut plutôt chercher à s'abriter sous un meuble tel qu'une table ou un bureau afin de protéger votre tête et votre torse de tout objet qui pourrait vous tomber dessus. Si vous êtes en fauteuil roulant, éloignez-vous des fenêtres, bibliothèques et appareils d'éclairage, verrouillez les roues et protégez-vous le cou et la tête.

[http://www.gov.pe.ca/photos/original/EMO\\_earthquakef.pdf](http://www.gov.pe.ca/photos/original/EMO_earthquakef.pdf)



## Le potin du mois

### La marque de Sandy



La tempête (elle était devenue tempête quand elle est arrivée au Québec) Sandy a marqué une employée de Prévention Sud-Ouest. En effet, Graciela Pinto, le lundi 29 octobre en soirée, a voulu s'assurer que les objets déposés dans son bac de recyclage ne se promenaient pas au vent. Elle est donc sortie dans sa cour arrière pour mettre cartons, boîtes de conserve et autres dans un sac. Une mini-rafale a soudainement soulevé une boîte de carton qui a terminé sa course dans le front de Graciela. Résultats: une bonne frousse et une mini-bosse sur le front. Alors Graciela, quand il y a du vent, pense à te protéger en portant un casque de hockey!!!!

## À surveiller



- |                   |   |
|-------------------|---|
| 14 novembre       | Tandem à la carte (rencontre de tous les bureaux Tandem)                        |
| 16 novembre       | Table de sécurité de l'arrondissement   |
| 19 au 23 novembre | Francesco Cuevas est en vacances  |
| 1er décembre      | Le conseil d'administration et les employés de Prévention Sud-Ouest fêtent Noël |
| 3 décembre        | Retour d'Élise Campeau  |
| 4 décembre        | Conseil d'arrondissement  |
| 8 décembre        | Anniversaire de Tara Browne et de Steve Edwards                                 |