



Mars 2022

LE CAJON MAGAZINE

LE CAFGRAP

ORGANISME FÉDÉRAL DE DÉVELOPPEMENT LOCAL

Vol: G3- NO: 4





MOT DU DG

En 2019, j'ai été un combattant pour la réduction de la taxe sur les services de **RESTAURANT**. C'est la première fois de cette sorte puisque pour les employés de **RESTAURANT** et les **RESTAURANTS** d'entreprises affiliées, cela leur représentait un bon rendement pour servir de la restauration de base opérationnelle (travaux industriels).



Plus, aussi de vous parler de cette journée, en raison de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence dans **RESTAURANT**. Malgré cette expérience, le support technique des services et une bonne communication des équipes à votre présence que cela soit dans d'autres lieux ou en plus personnel que professionnel, je suis heureux que votre présence soit présente.

Comme par le **RESTAURANT** et les **RESTAURANTS** de votre présence en votre présence. C'est un grand plaisir de votre présence, votre présence et votre présence en votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.

En 2022, j'ai pu profiter de votre présence et de **RESTAURANT** en plus de votre présence.



SEMANCE ET MATURATION VÉGÉTALE EN TÊTE

Descriptions

020.400.2004

PIRETE SUR CÉRAMIQUE ET SURPRISE!

Mardi 23 mars de 18H00 à 21H00

 Venez profiter au pot pour planter en céramique
 qui sera ensuite soit offert de vous être remis.

Une jolie plante sera à l'honneur lorsque vous recevrez le diplôme.


DÎNER KARAOÛKÉ ET DANSE AU CAPORAI

Mercredi 25 mars de 18H00 à 21H00

 Prenez le temps de savourer un repas en bonne compagnie,
 pour ensuite égarer le tout sur la piste de danse.

Il ne manque que vous!


ON SORT DÉJOUR!

Jeudi 26 mars de 18H00 à 20H00

 Venez profiter d'un après-midi à l'extérieur pour jouer aux
 cartes, au jeu de dames, au mahjong...

Autres surprises à découvrir sur place!


JOURNÉE FRANÇAISE SOIN DE SOI (pour tous à 100\$ max)

Vendredi 27 mars de 10H00 à 18H00

 Venez profiter de diverses stations favorisant le bien-être et le bien-être.
 soins visage et, soins cap, yoga, massage au shiatsu, massage pour le
 visage, esthétique, repas sésu.




LE CAPGRAF

PROCHAINE MARS 2022



Inscriptions
453.453.4534

	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	
JEUNES ADULTES (JA)		10H00 à 12H00 Ensemble Causette Adulter & JA	14H00 à 16H00 Adulter & JA	14H00 à 16H00 Jeune Jeune Jeune Adulter & JA	10H00 à 12H00 Centre de jour & Adulter & JA 16H00 à 18H00 Causette Adulter & JA	10H00 à 12H00 Centre de jour
ADULTES	10H00 à 12H00 Paño Adulter & JA	10H00 à 12H00 Centre de jour & Adulter & JA	14H00 à 16H00 Jeune Adulter & JA	14H00 à 16H00 Jeune Jeune Adulter & JA	10H00 à 12H00 Jeune Adulter & JA	
ADULTES	10H00 à 12H00 Analyse question de l'adulte Adulter & JA	10H00 à 12H00 Jeune Adulter & JA	14H00 à 16H00 Jeune Adulter & JA	14H00 à 16H00 Jeune Adulter & JA	10H00 à 12H00 Analyse de la motivation Adulter & JA	
		10H00 à 12H00 Jeune JA	14H00 à 16H00 Centre de jour & Adulter & JA		Adulter & JA	



JEUNES ADULTES (JA)

LES MARDIS DE **10H00 à 12H00**
+ LES AUTRES CENTRES DE JOUR & SOIR



ADULTES

LES JEUDIS, VENDREDIS & SAMEDIS
PENDANT LES CENTRES DE JOUR



Mercredi 9 mars de **10h00 à 12h00**

Atelier pratique de l'usage d'acupuncture SUR LE PROTOCOLE NADA EN ACUPUNCTURE



Le **BRASSICQ** et l'**Association des acupuncteurs de Québec** proposent un **projet pilote** pour les **ressources alternatives** qui souhaitent offrir gratuitement un protocole au sein de la ressource.

De quoi s'agit-il ?



Le protocole **NADA** est une approche originale et non invasive développée durant les années 1980s aux États-Unis. Aujourd'hui plus de 1000 programmes NADA sont offerts dans le monde. Il s'agit d'une procédure de désignation d'acupuncteurs ou ressources locales. Ils ont recours pour son efficacité dans l'amélioration des symptômes, la réduction des stress et de l'anxiété.



Vous êtes curieux ?



Nous vous proposons d'écouter cette ressource d'information sur le protocole NADA et les modalités du **projet pilote**.

VOUS POURRÉZ ÉGALEMENT ESSAYER LE SOIN EN FIN DE RENCONTRE.



LES ACTIVITÉS DE DÉPT



DE MARS À JUIN

10
MARS

CINÉMA



19h30 - 20h30

www.cineclubguyane.com

Retrouvez pour ce mois le spectacle cinématographique **LES ANS 1980** consacré principalement à **FRANÇOIS TRUFFAUT** (www.youtube.com/watch?v=U1111111111).

11
MARS

LES ANS 1980

Vendredi 11 & Samedi 12 Mars 2022

de 19h30 à 20h30

Retrouvez ce mois les **ANNS 1980** par un spectacle cinématographique et audiovisuel dédié aux différentes représentations du [CINÉMA](https://www.youtube.com/watch?v=U1111111111) (www.youtube.com/watch?v=U1111111111).

20
MARS

LES ANS 1980

Vendredi 20 avril 2022

de 19h30 à 20h30

Retrouvez ce mois les **ANNS 1980** par un spectacle cinématographique et audiovisuel dédié aux différentes représentations du **CINÉMA**.

Avant la projection de ce spectacle cinématographique audiovisuel dédié aux différents médias du cinéma et du spectacle cinématographique audiovisuel, découvrez les différentes représentations du **CINÉMA** (www.youtube.com/watch?v=U1111111111).

20
MARS

LES ANS 1980

Vendredi 20 Mars 2022

Retrouvez ce mois les **ANNS 1980** par un spectacle cinématographique et audiovisuel dédié aux différentes représentations du **CINÉMA**.

Avant la projection de ce spectacle cinématographique audiovisuel dédié aux différents médias du cinéma et du spectacle cinématographique audiovisuel, découvrez les différentes représentations du **CINÉMA** (www.youtube.com/watch?v=U1111111111).

20
JUN

LES ANS 1980

Vendredi 20 Juin 2022

de 19h30 à 20h30

Retrouvez ce mois les **ANNS 1980** par un spectacle cinématographique et audiovisuel dédié aux différentes représentations du **CINÉMA** (www.youtube.com/watch?v=U1111111111).

Inscriptions

059 499 4224



LE CAPGRAP

PROGRAMMATION AVRIL, MAI & JUIN 2022

Inscriptions

905.491.4334

	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	
AM		10H30 à 12H30 Cytoséance Cognitive	10H30 à 12H30 	10H30 à 12H30 Atelier Méditation	10H30 à 12H30 Atelier pratique yoga de bras	10H30 à 12H30 Centre de jour
PM	13H30 à 15H30 Soins esthétiques	13H30 à 15H30 Soins de jour à demande individuelle	13H30 à 15H30 Atelier d'écriture à la main	13H30 à 15H30 Atelier de méditation	13H30 à 15H30 Atelier de méditation	
SOIR	17H30 à 19H30 Atelier d'écriture	17H30 à 19H30 Atelier de méditation	17H30 à 19H30 Soins de jour à demande individuelle (à l'essai)		Adultes & CS	

DÉPANNAGE



ALIMENTAIRE

JUNIERS ADULTES (JA)DES MARDIS DE **18H30 à 19H00**

+ DES ALIENS GRATUITS JEAN & JOAN

ADULTES (A)

DES MARDI, VENDREDI & SAMEDI

PENDANT LES CENTRES DE JOUR

DESCRIPTION DES ACTIVITÉS DU 1^{ER} MAI AU 31 MAI

ACTIVITÉS ÉVENTUELLES & RÉTICULAIRES



GROUPE ÉVENTUELLE



C SUR DESCRIPTION

Recherchez-vous plusieurs groupes avec des gens qui vous inspirent? Venez parler, discuter et vous connecter dans les réseaux à votre rythme et à votre rythme.

LES SÉANCES DE 1.000 à 1.000 (pour les nouveaux) ou de 1.000 à 1.000 (pour les anciens).

CENTRE DE JOUR



C SUR DESCRIPTION

Le CAPSAP offre des périodes d'activités libres pendant les semaines pour les jeunes adultes et les adultes en présence d'entraîneurs.

LES SÉANCES DE 1.000 à 1.000, LES JOURS DE 1.000 à 1.000,
LES SÉANCES DE 1.000 à 1.000 ET LES SÉANCES DE 1.000 à 1.000

CENTRE DE JOUR



MONTAGNE D'ÉVALUATION

LES JOURS DE 1.000 à 1.000

SPORTS INDIVIDUELS



SYNCHRONISÉ

Vous appréciez et débattre sur les thèmes pour travailler avec nous dans
et vos réalisations (chaque mois, un événement
logement, finance, emploi/travail et autres)

LES 4 PREMIERS JOURS DU MOIS À 1.000


DESCRIPTIF DES ACTIVITÉS *JeVi, Ma & Moi*
ATELIER AVEC LA

RELATION DE L'ADULTE

Qu'est-ce que **Parentalité**? Et surtout, comment faire pour le **gérer**?
Apprenez différentes techniques de médiation et de négociation pour mieux Parenter!

LES MARDIS DE 14H00 à 16H00 (NEXT) sur inscription.)

ATELIER AVEC

LE RÉGÉNÉREMENT

Venez partager vos expériences de vie et ceux des différents thèmes qui sont abordés chaque semaine, afin de vous sentir, vous entendre et connaître vos propres forces.

LES VENDREDIS DE 14H00 à 16H00 (NEXT) sur inscription.)

ATELIER PRÉVENTIF

VOUS ÊTEZ TOUT

Venez prendre soin de vous-même les semaines où vous profitez de vos différentes relations :
 papa, amant(e), ami(e), manager d'équipe...

LES VENDREDIS DE 16H00 à 17H00 (NEXT) sur inscription.)

ALTERNATIVE

à partir du 14 mars

Il s'agit d'une possibilité de deux points d'expansion au niveau des outils
 liés au processus pour un été où il sera Parentalité du samedi
 (la relation de vous et de l'enfant).

LES VENDREDIS DE 10H00 à 12H00

DESCRIPTION DES ACTIVITÉS **2020**, **2021** & **2022**

STRONGEVT-CATHEGORE



[SELON LES RÉSULTATS EN VOIES]

Vous avez un petit stress et vous avez envie d'un support technique et efficace ?
 Notre intervenante peut-elle vous accompagner de près et de loin pendant
 les semaines de **2020 à 2022** (partir) ?

TRAVIL LINGUISTI



TRIMATRIQUE

Vous étudier de votre propre liberté, la musique, le sommeil,
 les syndromes psychiques... pour approfondir vos connaissances
 sur la santé mentale, les dépendances et l'addiction.

LES SEMAINES DE **2020** & **2021-2022**

TRAVIL ÉVALUATION



TRAVIL MCI

Vous améliorer votre communication et votre résolution de problèmes
 dans un contexte hospitalier, en participant à un jeu d'évaluation authentiquement.

LES SEMAINES DE **2020**, DE **MARS À JUIN** & **2021-2022**LES SEMAINES DE **2020**, DE **MARS À JUIN** & **2021-2022**

TRAVIL



TRAVIL MCI

La gestion des et une amélioration des techniques simples
 permettant de les et de réduire les tensions.

À des moments et surprises et durant la semaine



DESCRIPTION DES ACTIVITÉS 2023, MARS & AVRIL

ACTIVITÉS



ALIMENTAIRE

DÉPANNAGE



ALIMENTAIRE

JUNIERS-ADULTES (JA)
 25 personnes de **18-25** à **55** ans
 - Les autres continuent avec à leur

ADULTES (A)
 25 adultes, 25 personnes à compter
 - Près de 25 personnes au total

CULINE



COLLECTIVE (sur invitation)

Vous perfectionner des repas équilibrés et apprendre des techniques en cuisine ainsi que de bonnes habitudes alimentaires.

Les participants pourront apporter leurs plats à la maison.

JUNIERS-ADULTES (JA)
 25 personnes de **18 ans à 55 ans**

ADULTES (A)
 25 adultes **18 ans à 55 ans**

COLLECTIVE



COLLECTIVE (sur invitation)

Vous échanger avec collègues de groupe, si les échanges collectifs sont de la compétence de la recette ou budget et de bonnes habitudes de vie.

JUNIERS-ADULTES (JA)
 25 adultes à **18-55**

ADULTES (A)
 25 personnes à **18-55**

DESCRIPTION DES ACTIVITÉS **AVRIL**, **MAI** & **JUIN**

ACTIVITÉS SPORTIVES



TAEKWONDO



JUDO (sur inscription)

Éliminez les forces de l'adversaire avec efficacité afin de vous aider à maximiser votre énergie, à améliorer votre posture et à développer votre condition physique.

LES COURS DE **18H00** à **19H30**

GROUPE DE MARCHÉ (ouvert)



Se réaliser et évaluer par le marche, pour son bien-être.
Cela contribue aussi permettre de vous aligner et améliorer.

LES COURS DE **18H00** à **19H30**

MARCHÉ MÉTÉOROLOGIQUE (ouvert)



Vous favorisez votre connaissance et votre bien-être,
le tout en améliorant le contrôle des paroles **antistress** / **antipanique**
et votre santé physique, en participant à la marche méditative.

LES COURS DE **18H00** à **19H30**

DESCRIPTION DES ACTIVITÉS **à partir de mars à juin**

ACTIVITÉS



CRÉATIVES

ATELIER EN ÉCRITURE



Les ateliers de **écriture de science** (jeune)

Vous avez un intérêt particulier pour les sciences? Venez développer vos **habiletés à l'écrit**! Venez participer aux ateliers d'écriture avec **Joëlle**, la responsable de journal.

ATELIER DE MUSIQUE



Les ateliers de **chant à la main** (jeune)

Venez explorer votre créativité et pratiquer votre travail d'équipe en participant à un atelier musical en votre langue maternelle (français, espagnol, vietnamien, portugais, etc.)

ATELIER EN ART LIBRE



Les ateliers de **arts visuels** (jeune à adulte)
Les ateliers de **arts de la scène** (jeune)

Venez profiter librement d'un atelier d'arts plastiques afin d'explorer votre **libre créativité** (dessin, la sculpture, le collage, etc.).

■ À LIVRES OUVERTS ■

Le 4 mai prochain de **16h00 à 17h00**

Venez participer à cet événement tout en admirant les œuvres faites par des usagers du **CADREMAP** durant le projet artistique débuté à l'automne 2021.





À livres ouverts

Une bibliothèque vivante à découvrir

Des personnes inspirantes partagent leur histoire avec la maladie mentale

Empruntez à lire ouvert... un livre humain qui est le vôtre et qui a été écrit de près par un problème de santé mentale.

Notre catalogue vous permet de choisir et de découvrir les témoignages les plus inspirés. Ce n'est pas tout, vous offrez une rencontre de quelques minutes, un moment précieux pour découvrir une histoire.



« Je souhaite partager la santé mentale à travers cette œuvre et découvrir le temps d'une journée, un livre ouvert »

« Je suis en grande avec une problématique qui touche les gens depuis depuis quelques années et je veux un grand moment de partage avec moi-même avec les visiteurs de la bibliothèque »

Marie-Françoise

Informations : entourant@editions3032.ca à venir!





MON ENVIRONNEMENT ET MOI

MON ENVIRONNEMENT ET MOI, TROIS ANS APRÈS LA SIGNATURE DE L'ACCORD DE PARTENARIAT ENTRE LE GOUVERNEMENT QUÉBÉCOIS ET LE GOUVERNEMENT FÉDÉRAL

« Le Québec est le premier du monde à avoir un accord de partenariat entre les gouvernements fédéral et provincial en matière de développement durable et de climat ».

Grâce à ce accord, on peut voir concrètement certains des changements et les politiques qui sont mises en œuvre afin que cette promesse des deux gouvernements, de travailler en collaboration pour réduire les émissions de gaz à effet de serre, soit respectée.

Ces actions sont des réalisations tangibles qui ont permis de réduire les émissions de gaz à effet de serre de façon significative et ont permis de se rapprocher de nos objectifs de réduction des émissions d'ici 2050.



VOUS EN VOUS RENDREZ-VOUS ?



Les actions sont concrètes, elles ont un impact direct et se concrétisent au quotidien à l'échelle de votre territoire.



Les actions sont concrètes dans différents secteurs, elles permettent d'avancer de façon significative dans les actions.



Les actions sont concrètes également dans plusieurs autres secteurs et touchent des milliers de personnes.

LES GOUVERNEMENTS QUÉBÉCOIS ET FÉDÉRAL ONT UN ACCORD DE PARTENARIAT EN MATIÈRE DE CLIMAT ET D'ENVIRONNEMENT, UN ACCORD QUI PERMET DE TRAVAILLER EN COLLABORATION POUR RÉDUIRE LES ÉMISSIONS DE GAZ À EFFET DE SERRE.

LES BÉNÉFICES

Grâce au développement durable, plusieurs avantages sont concrètement réalisés et un engagement est pris pour continuer à travailler de façon collaborative pour atteindre nos objectifs de réduction de gaz à effet de serre. Les actions effectuées pour nous rendre à cet engagement se font concrètement dans les différents secteurs.

En outre, **avec des réalisations tangibles** plusieurs initiatives sont réalisées afin de faire que nos politiques et programmes de développement durable soient plus efficaces et que nous continuions à travailler de façon collaborative pour atteindre nos objectifs de réduction de gaz à effet de serre. Les réalisations tangibles sont les suivantes :

Des actions tangibles et concrètes sont mises en œuvre dans différents secteurs : politiques, programmes, etc. et ces actions ont pour but de réduire de façon significative les émissions de gaz à effet de serre et de travailler de façon collaborative pour atteindre nos objectifs de réduction de gaz à effet de serre. Les réalisations tangibles sont les suivantes : des actions tangibles et concrètes dans les différents secteurs et touchent des milliers de personnes.

ANNEXE 1**1**

Il y a **différence essentielle** qui affecte de façon essentielle le tout et affecte les parties. C'est ce qui est dit de façon essentielle dans le cas contraire, sans distinction, sans distinction, sans distinction en regard.

Il y a **différence essentielle** à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction.

Il y a **différence essentielle** à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction. Il y a **différence essentielle** à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction. Il y a **différence essentielle** à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction.

Il y a **différence essentielle** à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction. Il y a **différence essentielle** à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction.

ANNEXE 1**1**

Il y a **différence essentielle** à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction.

Il y a **différence essentielle** à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction.

Il y a **différence essentielle** à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction.

Il y a **différence essentielle** à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction.

ANNEXE 1**1**

Il y a **différence essentielle** à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction.

Il y a **différence essentielle** à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction.

Il y a **différence essentielle** à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction.

Il y a **différence essentielle** à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction.

Il y a différence essentielle à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction.

Il y a différence essentielle à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction.

Il y a **différence essentielle** à l'égard de tout ce qui est dit de façon essentielle sans distinction, sans distinction, sans distinction.



LA COMMUNICATION

Par Frédérique Fortin



En tant qu'entrepreneurs, nous sommes confrontés à une multitude de problèmes relatifs à notre présence en ligne et à nos clients.

Une question à poser est de savoir pourquoi nous ne sommes pas assez visibles en ligne, pourquoi nous ne sommes pas assez entendus, etc.

Cette visibilité nous aide à établir et à maintenir des relations saines, essentielles au succès professionnel des entrepreneurs.

La communication efficace est essentielle à votre succès et à votre croissance stratégique.

Investir dans des stratégies en ligne peut vous permettre de faciliter vos relations avec vos clients :

-  **Vous ne devez pas attendre que votre client vous contacte.**
-  **Montrer vos clients que vous êtes prêt pour leur service peut leur faire confiance et les rassurer.**
-  **Une attention accrue de vos clients adoptera plus facilement vos services.**
-  **Une attention à votre client peut vous être très utile.**
-  **Montrer que vous écoutez vos questions de vos clients, cela est très important dans vos affaires.**
-  **Montrer un intérêt appuyé et un soutien solide est essentiel dans le long terme.**
-  **Une stratégie efficace aide à garantir que les clients**

vous sont écoutés et que vous êtes prêt pour vos clients. Investir dans la communication en ligne peut vous permettre d'établir et de maintenir des relations saines et essentielles. Si vous avez des questions supplémentaires sur cette thématique, n'hésitez pas à contacter mon organisme.

À propos de

Frédérique Fortin est une spécialiste en communication et en marketing numérique.

Elle est l'auteur de nombreux articles et livres sur le marketing numérique.





code à l'été qui s'en vient

Je me réveille au soleil,
Le ciel bleu me réchauffe le cœur,
Aujourd'hui, l'été m'émerveille,
Je suis de bonne humeur.

La lumière me remplit de joie,
Le sable sous mes pieds est chaud,
Sur la plage, les rayons je reçois,
Je suis bien, je pense à moi.

Louis Chalfour et Marilyn Hogue



Pour d'abord d'être sage...

- ☑ **Entendre que c'est pour vous le plaisir de recevoir dans des conditions agréables et agréables vous-même qui est primordial.**
- ☑ **Apprendre votre fonction en fait estimer vous et ce que vous faites (ce n'est pas une excuse que ce n'est pas votre fonction, de commencer et qu'elle ne dit pas tout, plus la partie de ce que vous faites, et donc à ce que ce que vous faites).**
- ☑ **Apprendre ce que la fonction estimer en fait estimer.**
- ☑ **Apprendre ce que la fonction estimer en fait estimer.**
- ☑ **Apprendre ce que la fonction estimer en fait estimer.**
- ☑ **Apprendre ce que la fonction estimer en fait estimer.**
- ☑ **Apprendre ce que la fonction estimer en fait estimer.**
- ☑ **Apprendre ce que la fonction estimer en fait estimer.**

UNE HISTOIRE VRAIE.....

James Green-Green





Soleil, Soleil

De lever du jour, lorsque la nuit est éteinte et se laisse entendre, et
descendre, au soir tombé. Le soleil se lève à l'horizon blanc sur le ciel et
s'efface au horizon comme un miroir de mille fois.

Tranquillité, le soleil est à son apogée. Le silence, la blancheur blanche
est éternelle. Le soleil est un miroir de mille fois, un miroir.

Belle journée au bord de la mer.



Le matin

Le matin des fleurs, je
suis allée au jardin.
Les braves d'aujourd'hui,
les vents volent à la
lumière du soleil.
Moment tranquille,
moment sage.
Une compagnie est ma
méduse, Aglaé.

Tu viens

Tu viens de chaque jour,
jusqu'au jour le plus beau.
ton avenir se couche dans le futur.
J'ai peur de couler en cet instant.

Florence LeBec



