

## Index

**Éditorial**  
**Activités**  
**Société**  
 Pédagogies alternatives  
 Cocktail transport  
**Recension**  
 Desserts et gourmandises  
**Trucs et astuces**  
 Crème à récurer  
**Agenda**  
 À table!  
 T'es vert t'es en santé  
 L'état d'urgence  
 Inscription d'hiver

## Appel à tous

Vous lisez le Sain'Bio'Z, vous aimeriez nous faire partager votre quotidien, vos expériences... Nous avons besoin de votre plume pour qu'avec vos mots vous nous partagiez vos connaissances. Ce mois de septembre, le diction du calendrier parlait de s'agrandir ensemble... Ce journal se veut un lien entre les différents membres, resserrons le lien, construisons des ponts... Faites-nous part de qui vous êtes...

Merci !

Marie Vallauri

## Trucs et astuces

Voilà une nouvelle rubrique dans votre journal, des trucs et astuces écologiques et bons pour notre Terre et nous même, pour aller plus loin encore dans notre conscience de terrien!

Cette rubrique vous présentera à chaque nouvelle publication, une recette simple à réaliser. On démarre avec la crème à récurer, et on l'annonce en avant première, la prochaine fois nous parlerons de la pâte dentifrice.

Crème à récurer écologique

Du savon liquide

60 ml (1/4 tasse) de bicarbonate de soude

30 ml (2 c. à table) de borax

30 ml de cristaux de soude

Ajouter une quantité suffisante de savon liquide pour produire une pâte crémeuse. Parfumez le mélange de quelques gouttes d'huile essentielle si désiré.

Recette tirée du guide maison propre et jardin vert, disponible gratuitement sur [www.ville.montreal.qc.ca/environnement](http://www.ville.montreal.qc.ca/environnement)

## L'Équipe

Coordination :  
Marie Vallauri

Rédacteurs et rédactrices :  
Marc Jettén,  
Marie Vallauri.

Correctrices:  
Karine Lamoureux

Mise en page :  
Susan Desmarais

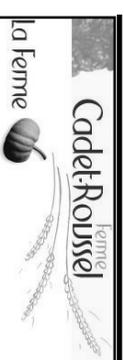
Relation publicité :  
René Harvey

Reprographie :  
Duplica

Courriel :  
[sainbioz@fermecadetrroussel.org](mailto:sainbioz@fermecadetrroussel.org)

## Liste d'activités

Récolte des carottes	20 octobre 2007 10 h � 19 h
Récolte des poireaux	3 novembre 2007 10 h � 15 h
Souper communautaire	24 novembre 2007 18 h



**Ferme Cadet-Roussel**  
730, rang Charrier (route 104)  
Mont-St-Gregoire, Qc,  
J0J 1K0  
(450) 346-4993

[info@fermecadetrroussel.org](mailto:info@fermecadetrroussel.org)



<http://fermecadetrroussel.org>

## **Et vous, vos enfants, vous les instruisez comment?:**



Voilà plusieurs années que j'ai entamé des recherches intensives d'informations sur la manière la plus constructive d'emmener l'instruction à mes enfants.

Plus jeune, c'était toujours la pédagogie Steiner qui résonnait dans la maison, mais faute d'une école de ce type dans notre ville, faute de financement aussi peut-être, la rencontre avec ce modèle ne s'est jamais faite.

Plus tard, alors que j'étais maman à mon tour, je pressentais bien que l'instruction académique, classique, n'avait pas de bon sens pour les plus jeunes, et qu'il me fallait chercher ailleurs ce que je voulais pour mes enfants. Une école qui ferait écho aux valeurs véhiculées à la maison.

Et voilà qu'au Québec, on se retrouve devant un éventail de possibilités : écoles privées à pédagogie alternative (Steiner, Montessori), mais aussi publiques...

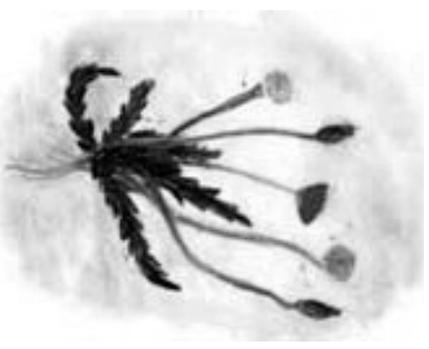
Le choix ne se heurte plus à une contrainte financière, reste à choisir parmi les alternatives qui s'offrent à nous, vaste affaire. Le mieux est de profiter des portes ouvertes, de prendre rendez-vous avec la direction, de rencontrer les équipes pédagogiques, ou plus simplement encore, les parents qui fréquentent déjà les lieux. Je dis simplement, car ce type d'école requiert la participation des parents dans son projet, ce sont eux qui sont à l'origine de ces écoles. Un casse-tête donc pour le départ, mais ô combien payant.

Permettre à nos enfants d'apprendre, bien entendu, le contenu académique, mais pas seulement celui-là, et de l'apprendre autrement. Leur offrir d'être acteurs de leur rencontre avec le savoir, d'être des apprenants actifs, des apprenants-individus, de se former comme citoyens complets, en individus responsables. Faire appel à des talents d'enfants, souvent brimés, toujours freinés comme la créativité. Éveiller la prévision, la planification, permettre la prise de décision (et d'assumer les conséquences qui en découlent), développer la pensée informative (recherche, traitement et utilisation de l'information), amener à la communication et donc à l'interaction. Voilà quelques unes des visées de ces pédagogies différentes.

Faisant suite aux travaux de Steiner le précurseur, de

Freinet, c'est dans le sillage de Claude Paquette, et des enseignants qui l'entouraient, expérimentant dans leurs propres classes, d'autres manières de faire, que la pédagogie alternative s'est développée au Québec, comme dans un laboratoire de recherche à ciel ouvert. Depuis, chaque commission scolaire a son ou ses écoles alternatives, à Montréal, mais aussi dans des villes plus petites. Des outils se sont répandus des écoles alternatives aux écoles plus traditionnelles. C'est un vaste chantier éducatif qui transforme ici la façon d'enseigner, et le rapport au savoir.

Le savoir, un bien universel que chacun peut s'approprier, partager et développer... quel programme ! L'individu humain, écologique, a besoin d'un cadre d'évolution qui soit autre que celui de l'élève, assujéti à un enseignant (maître), détenteur du savoir. Qui ne souhaitera pas voir son enfant apprendre à



apprendre? Comme dans le dicton qui dit qu'il vaut mieux apprendre aux gens à pêcher que de leur donner du poisson... une relation d'autonomie dans l'apprentissage. Il y a ici des écoles où les enseignants sont des supports dont le rôle est de permettre aux enfants d'apprendre dans un cadre où l'autonomie s'accorde avec l'interdépendance, où la liberté s'articule à la responsabilisation, et où la démocratie appelle à la participation. Toute une vie en société...

Si votre cœur bascule, je vous invite à consulter le réseau québécois des écoles publiques alternatives, vous y trouverez toutes les adresses, au Québec.  
<http://repaq.qc.ca/>

Pour la questions de la distance, les commissions scolaires offrent en général le transport... bonnes recherches.

Marie Vallauri - accompagnante à la naissance

### **Le défi " une voiture par famille " : pensable et faisable**

Équiterre a lancé le concours " Cocktail transport 2007 " afin de nous encourager à adopter des moyens de transport alternatifs. En ce qui nous concerne, c'est un événement dramatique sur le moment, mais plutôt cocasse aujourd'hui qui nous a menés au choix d'une seule voiture pour la famille.

En 2005, nous avons décidé de passer la longue fin de semaine du mois de mai dans un chalet de l'île aux Coudres. Un choix peu inspiré, il faut croire, car outre la pluie abondante, je me suis étié des muscles de la poitrine (sans doute en forçant mal pour retirer des bagages). Durant la nuit, la douleur devint si aiguë que j'ai cru que mon cœur flanchait. Paniqué, j'ai demandé à ma conjointe d'appeler l'ambulance : à l'île aux Coudres, ça réveille beaucoup de monde! Ils doivent nolisier le traversier exprès pour que l'ambulance se rende à l'hôpital de Baie-Saint-Paul.

J'en ai été quitte pour des anti-inflammatoires, une bonne frousse et une facture d'ambulance modeste considérant les moyens déployés. J'en ai surtout tiré la résolution d'améliorer ma condition physique lamentable. J'ai donc décidé de faire à vélo le premier segment de 8 km de mon itinéraire pour aller travailler, c'est-à-dire jusqu'au terminus de Saint-Jean-sur-Richelieu (où je prends l'autobus en direction de Montréal). Avec le retour, cela fait 16 km en pédalant chaque jour : rien d'olympien, mais assez pour garder la forme!

Par ailleurs, les ennuis mécaniques de nos deux autos nous tracassaient. En calculant, nous nous sommes aperçus que les paiements sur une voiture neuve coûteraient la même chose que les frais de réparation de nos voitures âgées respectivement de 15 et 8 ans (environ 300 \$/mois). Nous nous sommes donc départis de nos " minounes " (non sans peine, après tant d'années de loyaux services!) pour acquérir une voiture fiable et peu énergivore.

Comme je ne me sens pas encore d'attaque pour

le vélo d'hiver, j'utilise le service de " taxis " que la Ville de Saint-Jean offre depuis peu dans les secteurs non desservis par le transport en commun municipal. En somme, c'est un taxi qu'on paie au tarif de l'autobus. Il doit toutefois suivre un horaire et un itinéraire précis, donc son utilisation requiert une planification serrée.

Si cela paraît impensable, voire absurde, pour certains, le choix d'une seule voiture pour une famille de quatre m'apparaît de plus en plus justifié à la lumière de ce que mes parents ont tous jours fait : une camionnette leur suffisait pour se déplacer avec 9 enfants; il faut dire qu'ils ne voyageaient pas de grandes distances et que le règlement sur la ceinture de sécurité n'était pas encore en vigueur! C'était l'époque où l'on construisait les grands axes routiers du Québec, loin de se douter des problèmes que cela engendrait pour l'environnement, l'aménagement du territoire et la sécurité.

Je vous invite à jeter un coup d'œil aux défis que vous lance le concours " Cocktail transport 2007 " et d'examiner, si ce n'est déjà fait, comment l'impensable peut devenir réalité! Du même coup, vous pourriez gagner des prix tels un vélo ou un abonnement d'un an à un transport collectif.

<http://www.equiterre.org/transport/concours/>

Marc Jetten, partenaire  
Saint-Jean-sur-Richelieu



## Agenda

## FORUM "À TABLE ! POUR DES RÉGIONS EN SANTÉ"

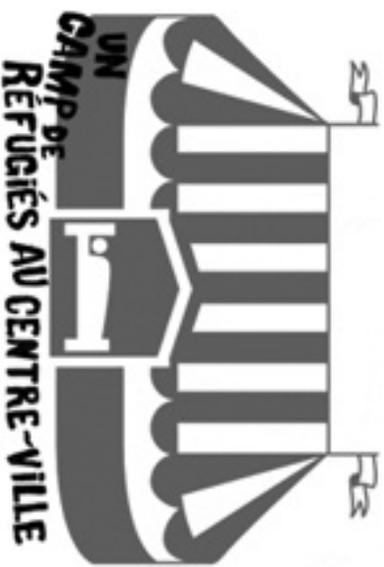
15 novembre 2007  
Montréal  
Centre Saint-Pierre  
1212, rue Panet

De vous informer des réalités, des enjeux et des initiatives locales relatives à l'alimentation et à l'agriculture ;  
D'envisager des solutions pour une alimentation responsable dans les établissements scolaires et de santé de votre région.



T'es VERT t'es en santé ,

8e colloque de Montréal  
en éducation relative à l'environnement  
9 novembre 2007



### L'Etat d'Urgence 2007

du 21 au 25 novembre  
Place Emilie Gamelin

Inscription des bénévoles dès le 12 octobre

L'Etat d'Urgence 2007 manque de financement :  
chaque don compte !

<http://www.atsa.qc.ca>

140, boul. Saint-Joseph, local 49  
Saint-Jean-sur-Richelieu (Québec) J3B 1W5

**CHALLIS**

- aliments biologiques
- suppléments alimentaires
- huiles essentielles
- aliments sans gluten

*Labelle Lune, propolis*

450 348-8238

• Herboristerie traditionnelle depuis 1978  
• Gamme complète de produits médicinaux, ainsi que thés certifiés équitables et épices bio.  
• Certifiés biologiques  
• Sans OGM, non irradiés, non fumigés

Disponible dans les boutiques d'aliments naturels | [www.clefdeschamps.net](http://www.clefdeschamps.net)

AU GRÉ DES  
CHAMPS

Fromages fermiers  
au lait cru

de fabrication artisanale  
certifiées biologiques (Canadiana Trust)

Daniel Gosselin  
Suzanne Dufresne

400, rang St.-Édouard  
St.-Jean-sur-Richelieu (Qué.) J2X 5T9  
Tél. (450) 346-8732 Téléc. (450) 346-9389  
[grcdeschamps@qc.atra.com](mailto:grcdeschamps@qc.atra.com)  
[www.augredeschamps.com](http://www.augredeschamps.com)