

L'EXCLAMATION

Boucherville • Contrecoeur • Varennes • Verchères • Sainte-Julie • Saint-Amable

J O Y E U S E S T - V A L E N T I N



Sommaire

- Page 1 : Page Couverture
- Page 2 : Survivre au 14 fév.
- Page 3 : Survivre au 14 fév.
- Page 4 : Recueil de poèmes
- Page 5 : Le Recyclage
- Page 6 : Vrai ou Faux
- Page 7 : ANEB Québec
- Page 8 : Futé en amour?
- Page 9 : Mots Cachés
- Page 10 : Horoscope
- Page 11 : Exposition
- Page 12 : Bloc Technique





Maison des jeunes de Boucherville

540, Chemin du Lac, Boucherville J4B 6X3

Téléphone et fax: 450 449-8346

La.Piaule@videotron.ca

www.mdjboucherville.ca

Heures d'ouverture

Lundi mardi jeudi 17 h à 21 h

Mercredi 15 h à 21 h

Vendredi 17 h à 22 h

Samedi 15 h à 22 h

Dimanche 15 h à 21 h

Comment survivre à la Saint-Valentin quand tu es célibataire...

10 trucs à savoir pour passer à travers la journée du 14 février

AVIS À TOUS LES GENS EN COUPLE: NE LISEZ PAS CET ARTICLE SANS QUOI VOUS POURRIEZ REGRETTER VOTRE VIE DE COUPLE.

Tu es célibataire encore cette année pour la Saint-Valentin? Tu as envie de « brailler » ta vie de manière moins pathétique qu'à l'habitude? Tu attends patiemment que ton prince charmant ou ta princesse te déclare sa flamme et, ce faisant, tu te retrouves seul(e) le 14 février? Ne cherche plus, tu as trouvé la solution! En tant que célibataire, il faut se serrer les coudes. C'est pourquoi je t'offre, dans cet article totalement sérieux, mes trucs et astuces pour survivre à la journée infernale qui se dresse devant toi. 10 astuces, ça vous suffit?

1. Dresser une liste des raisons pour lesquelles il est mieux d'être célibataire. Attends, je l'ai fait pour toi.

Raisons pour être célibataire:

- Avoir une liberté totale. Genre : ne pas se soucier des morceaux de légumes pris entre nos dents lorsqu'on embrasse.
- Pouvoir courir dans la rue sans faire honte à l'autre.
- Pouvoir manger comme on veut parce qu'on a une raison de le faire (noyer sa tristesse de préférence dans de la crème glacée).
- Pouvoir écouter les films les plus québécoises en faisant passer ça pour une remonte morale.
- Pouvoir oublier de se brosser les dents le matin.
- Je ne sais plus, alors on va mettre, etc...

Raisons pour être en couple:

- Avoir une épaule sur laquelle pleurer.
- Avoir quelqu'un avec qui rire.
- Être amoureux.
- Y'en a trop alors on va arrêter de les lister pour se prouver que c'est mieux être célibataire.

J'ai raison, pas vrai?



2. Noyer sa peine dans beaucoup de sucre.

Manger tout le pot de crème glacée au chocolat acheté pour seulement 6,80\$ au IGA. Tu peux aussi acheter le plus gros sac de bonbons (autres couleurs que rouge et rose) et le dévorer en entier jusqu'à en avoir mal au cœur. Tu ne penseras plus à la tristesse que tu ressentiras lorsque tu seras penché au-dessus de la cuvette.

3. Écrire une fausse lettre d'amour pour une supposée personne qui fait battre ton cœur et à qui tu declares ton amour.

Lorsque ta soirée sera longue et que tu t'ennuieras à mourir, écris une fausse lettre d'amour qui s'adresse à un individu quelconque dans laquelle tu lui declares tes sentiments les plus profonds. Tu lui parles de ta vie et de tous les remous de ton cœur. Tu lui confies tes peurs et...t'as compris hein?!

Ah! Et n'oublie pas d'être québécoise. On y croit toujours plus!

4. Se créer une vie passionnante qui saura rendre jaloux tous tes amis.

Lorsque tes copains et copines parleront de leurs plans pour la superbe soirée de la Saint-Valentin, invente-toi une vie et fais leur avaler que tu passeras une soirée excellente avec l'ami ou l'amie célibataire de la sœur de la cousine de l'ami du frère de votre amie venant de Rimouski, qui t'a invité à un rendez-vous incroyable. Ils te croiront à coup sûr!



Maison des jeunes de St-Amable

915, rue De Normandie J0I 1N0
Téléphone et fax: 450 922-3673
mdjstamable@hotmail.com

Heures d'ouverture

Lundi au vendredi: 12 h 30 à 13 h 30
et 15 h à 21 h
Samedi: 13 h à 21 h

5. Jouer au jeu de société Destin.

Fais une partie de Destin*. Ce jeu te permettra de prédire ta vie et de te faire réaliser que tu vas te marier un jour et donc, tu ne passeras pas la Saint-Valentin seul(e) indéfiniment.

*Destin est un jeu de société qui consiste à vivre les étapes d'une vie de l'Université à la retraite. Les pions sont des petites voitures de couleur dans lesquelles nous devons placer de minuscules personnages filles et garçons selon la grosseur de notre famille. Jeu très instructif et qui colle à la réalité à la perfection.

6. Se créer un profil Tinder.

Crée-toi un profil fantastique sur Tinder et embellis tous tes aspects positifs. Tu verras rapidement que tu n'es pas le seul ou la seule sur Terre qui n'a pas de projet pour la grande journée. Petit truc: retouche le fond de ta photo de profil pour faire croire que tu vis dans un pays extraordinaire. Les gens remarquent les beaux endroits!

7. Se rendre à la SPCA et s'acheter un animal sur un coup de tête.

Pour t'éviter le supplice de te sentir seul ou seule pendant toute une journée, rends-toi à la SPCA et achète-toi un animal de compagnie (de préférence un chien) (de préférence gros) sans demander à tes parents. Flamber de l'argent (sur un coup de tête et en ayant une bonne raison) et sauver la vie d'une bête sont d'excellentes raisons que tu pourras donner à tes parents quand ils s'apercevront de ton achat. De plus, aucun parent ne peut en vouloir à son enfant de noyer sa tristesse dans une bonne action. Après avoir testé cela l'an passé, je dois dire que ça passe plutôt bien. (Mes vieux ne sont restés que 2 semaines sans m'adresser la parole !)

8. Rester couché.

Je crois que ce conseil est le meilleur de la liste. Reste couché ! Ne te lève pas le 14! Si tu veux survivre et passer un moment agréable, ne mets pas ton cadran et prie le ciel pour que tes parents t'oublient. Passe la journée au lit, loin des couples amoureux qui se minouchent sous tes yeux. Reste couché! Fin de l'histoire. Dans le fond, je n'aurais pas besoin de continuer mes conseils. C'est une solution facile et efficace.

*Par contre, profite de cette journée car lorsque tes parents l'apprendront le lendemain, ça risque de barder!

9. Prier le ciel pour qu'il y ait une journée de tempête.

Une autre astuce des plus efficaces selon moi. Prie le ciel de faire tomber du verglas pour t'empêcher d'aller à l'école à la Saint-Valentin. Mets-toi près d'une fenêtre, allume quelques bougies et fais la danse de la pluie verglaçante autour de celles-ci. Lève bien les jambes et les bras puis galope en cercle en chantant la chanson de la pluie. Tu n'as pas besoin de faire la danse du froid, je l'ai appelée pour toi il y a trois mois!

Clap, clip, clap, petite pluie de février
Tombe du ciel en jolis diamants.
Clap, clip, clap, petite pluie de février
Ta mélodie est un enchantement,
Enchantement, enchantement.
Clip, clap, clip, clap.

*Parole de la chanson de la pluie du film Bambi de Disney.



10. Et puis, à quoi bon! Pleure!

Pleure toutes les larmes de ton corps. Ne lutte plus. Braille (mais fais le bien). Une fois ta boîte de mouchoirs vide et tes vêtements trempés de larmes, il n'y aura plus une goutte de tristesse en toi. Tu pourras enfin passer à autre chose et continuer le train train de ta journée. Après l'avoir expérimenté, tu risques de pleurer pendant une demi-heure. Ensuite, tu seras comme neuf ou neuve !

Bref, ce sont les conseils que j'applique chaque année lors de la journée fatidique et je m'en suis sortie. Par contre, ne parle à personne de mes petits trucs... Je suis un peu embarrassée d'en parler et les gens ne comprennent pas bien ma façon de voir la vie. Ils me traitent de weird, tu entends ça! Moi, weird ! En tout cas, ne me fais pas regretter de t'avoir mis dans la confidence. J'espère que tu passeras la plus belle Saint-Valentin de ta vie de célibataire.

Joyeuse Saint-Valentin mon ami(e)!
XOX
Raphaëlle Mandeville



Recueil de poèmes

L'amour à mille kilomètres

La lune, le soleil.

Si différents et si proches à la fois.
Ces astres sont si proches et si loin à la fois.
La lune si douce tandis que le soleil si rude.
Distancés par des milliards d'années-lumière.
Ils seront bientôt réunis
L'amour n'a aucune limite



Monde sans lumière

Blanche, blanche comme la lumière.
Noire aussi noire que l'ombre.
Le noir blanc est-il le blanc noir du monde ?
Dans un monde sans lumière avec ses dictateurs plus fous les uns que les autres,
Verrons-nous la lumière au bout du tunnel ?
Cessez fusillades et bombardements,
Aidez notre monde, soignez ses cicatrices.
Il nous donne ce dont nous avons besoin, il nous donne un toit, de la nourriture et des matériaux
Pourquoi se servir de lui pour se détruire ?



La lune de cent ans

Un homme et sa femme se promenaient par une nuit rouge,
Rouge comme le sang.
L'homme n'était guère intéressé par cette lune d'un rouge éblouissant.
La femme, elle, la trouvait extraordinaire.
Elle décida donc de lui dévouer cœur et âme.
L'homme devint jaloux et quitta la femme, la laissant dans son chagrin.
La femme n'était pas triste que l'homme l'ait laissé. Elle était triste, car sa lune n'était plus rouge.
Chaque nuit, elle l'attendait, croyant qu'elle allait revenir... mais en vain.
Elle fit un vœu d'anniversaire, chaque étoile filante et chaque trèfle à quatre feuilles.
Mais elle n'était que poussière le jour où sa douce revint.
Ce jour-là, la lune devint bleue, bleue de tristesse.

Antoine Geoffrion



MAISON DES JEUNES DE VERCHÈRES

41-A, Montée Calixa-Lavallée, Verchères, Québec,
J0L 2R0

téléphone et fax. : 450 583-5201
Courriel: mdjvercheres@videotron.ca
Facebook MjV Verchères

Heures d'ouverture

Mardi au jeudi 17 h à 21 h

Vendredi 17 h à 22 h

Samedi 14 h à 22 h

Vendredi 15 h 30 à 17 h

(réservé 5 - 6^e année)

Le Recyclage

Bonjour je vais vous faire un petit aperçu de ce qui se passe en ce moment sur notre planète. Dans les prochains mois, je vais vous parler de différents sujets qui touchent l'environnement. Mais aujourd'hui, je vous parle du recyclage.

Avez-vous déjà entendu parler des 3R?

Il est important de savoir qu'avant de jeter on peut RÉUTILISER, RÉDUIRE LA CONSOMMATION ou RECYCLER. Saviez-vous que les bouteilles de plastique peuvent prendre jusqu'à 400 années à se décomposer et polluent énormément nos océans? Cela peut très bien rendre les animaux et les sols malades. Par année, 500 milliards de sacs de plastique sont utilisés dans le monde entier... ça représente plus d'un million, chaque minute! Les animaux marins confondent souvent les sacs de plastique et les ballons qui flottent avec des méduses dont ils se nourrissent. Il est très important d'arrêter d'utiliser du plastique car à chaque année, 8.8 millions de tonnes de plastique sont déversées dans nos océans. Un million d'oiseaux marins et 100 000 mammifères marins meurent chaque année à cause du plastique dans nos océans. D'ici 2050, il y aura plus de plastique que de poissons dans nos océans!!!

Réutiliser c'est : redonner une deuxième vie à un objet que l'on ne veut plus ou dont on ne se sert plus.

Réduire c'est : arrêter de consommer pour rien, éviter le suremballage.

Recycler c'est : Bien jeter tout ce que vous ne pouvez pas réutiliser.

Je suis Leina, votre chroniqueuse environnementale!

À bientôt pour la prochaine capsule!



HARRY POTTER

À l'âge d'un an, Harry Potter, un jeune garçon pas comme les autres, avait réussi à survivre au terrible maléfice que lui avait lancé le mage le plus redoutable de tous les temps, Lord Voldemort. Malheureusement, il a tué les parents d'Harry tandis qu'ils tentaient de protéger leur fils. 10 ans plus tard, Harry se retrouve dans la maison de son oncle Vernon et sa tante Pétunia qui ne sont pas aussi gentils qu'il espérait. Quand vint le jour du courrier, Harry reçoit une lettre d'une personne qu'il ne connaît pas. Dès qu'il arrive dans la cuisine, Vernon lui enlève la lettre des mains. Harry voit alors pour la première fois son oncle changer de couleur et passer au rouge vif en quelques secondes. Les jours passent et il continue de recevoir plein de lettres. Enfin arrive le dimanche, son oncle est joyeux car il n'y a pas de courrier ce jour-là. Mais tout à coup, plein de lettres surgissent de la porte d'entrée! Vernon en avait assez de toutes ces lettres donc il décida de déménager avec toute la famille. À des milliers de kilomètres plus tard, ils s'installèrent dans une triste cabane abandonnée au milieu de l'océan. Il y avait un seul divan, un lit et des vieilles couvertures. Harry devait dormir sur le sol avec la couverture la plus trouée. Ils avaient complètement oublié son anniversaire. Après plusieurs heures à attendre qu'il soit minuit, un géant apparut dans le cadre de porte, il s'appelait Hagrid. Il n'était pas là pour faire du mal à quelqu'un, il voulait seulement dire à Harry qu'il était un sorcier. Alors c'est à ce moment-là qu'il a compris que sa vie n'était que des mensonges...

Suggestion lecture hivernale : Tous les tomes d'Harry Potter (7)

Auteure : J. K. Rowling

Éloïck Simoneau





Maison des jeunes de Sainte-Julie

1581, Chemin du Fer-à-Cheval,
Ste-Julie, Québec, J3E 1G5
Téléphone: 450 649-3031, fax. 450 649-8255

Heures d'ouverture

Dimanche et lundi : Fermé
Mardi et jeudi : 18 h à 21 h
Mercredi : 18 h à 21 h
Vendredi : 18 h à 22 h
Samedi : 13 h à 17 h et 18 h à 22 h

Un message pour les célibataires

La Saint-Valentin approche à grands pas. Aussi joyeuse que la fête devrait être, ceux qui n'ont pas de compagnon pourraient la trouver horriblement longue; surtout si on considère l'apparition des cœurs dans les magasins depuis le 26 décembre. N'ayez crainte, même si vous vous sentez seul(e) au monde, vos amis/animaux/famille sont là pour vous et vous pour vos amis(es). Prenez 2 minutes pour réfléchir à ce qu'est l'amour. L'amour, ce n'est pas juste question d'aimer quelqu'un ou d'avoir un être cher. C'est aussi question d'aimer sa famille, ses amis, ses animaux, ses passions, ses talents, la bouffe... Donc, ARRÊTEZ DE VOUS APPITOYER SUR VOTRE SORT SEMI-CÉLIBATAIRE ET PROFITER DE CE QUE VOUS AVEZ AU LIEU D'ENVIER LES AUTRES. ET BIEN SÛR...

Bonne Saint-Valentin!

Par Alexandra Messier

VRAI OU FAUX?



La Saint-Valentin est uniquement la fête des amoureux.

Vrai ou Faux

Cupidon est issu de la mythologie romaine.

Vrai ou Faux



À la Saint-Valentin, la tradition veut qu'on s'échange des roses rouges parce que c'est le signe de l'amour.

Vrai ou Faux

La tradition de la Saint-Valentin remonte à la Rome Antique.

Vrai ou Faux

SUDOKU

NIVEAU: MOYEN

NIVEAU: DIABOLIQUE



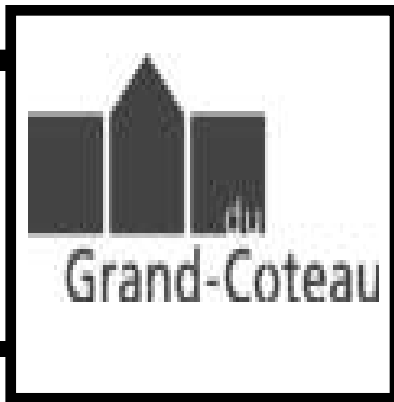
		2	8						6	2		7		5	8			
		1								5	3						7	
			6		2		3	1										
							7		3									
									2				5					
									3	4						6	9	
3	4				8	9						7					4	
		6		5								6						
5		8	9		1			6	4			8			3		6	
9		3		4				5	7			6	3		1		2	5



Desjardins
Caisse des Patriotes

Suivez les promotions jeunesse des Caisses
Desjardins du secteur sur Facebook !
www.facebook.com/caissedespatrites





École secondaire du Grand-Coteau

grandcoteau@csp.qc.ca
2020, rue Borduas, Sainte-Julie J3E 2G2
Téléphone 450 645-2361

ANEB Québec

SERVICES OFFERTS

Anorexie et boulimie Québec (ANEB) est un organisme communautaire sans but lucratif dont la mission est de garantir une aide immédiate, spécialisée et gratuite aux personnes souffrant d'un trouble alimentaire et à leurs proches. Afin de remplir cette mission, différents services sont offerts :

Aide en ligne

Le site Internet d'ANEB (www.anebquebec.com) est un outil précieux où l'on retrouve diverses informations utiles. Il renferme différentes sections dont un forum pour les personnes touchées de près ou de loin par un trouble alimentaire. On peut y lire et y rédiger des messages concernant ce qui est vécu, dans un environnement anonyme, respectueux et libre de jugement. ANEB offre également le site ANEB-ADOS (www.anebados.com); où un service de clavardage destiné aux jeunes de 14 à 20 ans est également disponible, du lundi au jeudi, de 16 h à 20 h 30.

Ligne d'écoute et de références

La ligne d'écoute et de références permet d'offrir information et soutien aux personnes directement touchées par les troubles de l'alimentation, à leurs proches, aux intervenants, aux professionnels de la santé, aux étudiants, etc. Elle donne accès à des informations et des références, elle permet de briser l'isolement, d'exprimer sa souffrance et ses émotions, et d'être écouté par rapport à ce qui est vécu. Les intervenants sont formés afin de répondre aux appels de façon professionnelle, respectueuse et empathique. La ligne d'écoute et de références est disponible du lundi au dimanche, de 8 h à 3 h du matin au : 514 630-0907 ou au : 1 800-630-0907 (ligne sans frais).

Groupes de soutien ouverts (GO)

ANEB Québec offre des rencontres de groupes de soutien ouverts qui sont gratuites, sans liste d'attente et sans inscription. Nous avons des groupes pour les personnes de 17 ans et plus qui souffrent d'un trouble alimentaire, de même que des groupes pour leurs proches. Les gens peuvent participer aux rencontres selon leurs besoins et leurs disponibilités, et il n'est pas nécessaire d'aviser ANEB de sa présence à une rencontre. Veuillez consulter la section Nos services de notre site Internet pour les adresses et les horaires des rencontres des groupes ouverts. Nous offrons des rencontres en français à Montréal, sur la Rive-Nord, sur la Rive-Sud, à Sherbrooke et en anglais dans l'ouest de l'île de Montréal.

Groupes de soutien fermés (GF)

Les rencontres des groupes de soutien fermés, tenues en français et en anglais, s'adressent aux personnes âgées de 17 ans et plus qui vivent un trouble alimentaire ou une obsession de la minceur. Nous offrons divers types de groupes fermés d'une durée prédéterminée : Niveau 1, Niveau 2, spécialisé au niveau de l'hyperphagie boulimique, Sexualité, Nutrition et Art. Nous avons également un groupe de soutien fermé pour les proches. Les rencontres des groupes de soutien fermés ont lieu une fois par semaine (en soirée durant la semaine). Les frais de participation pour les groupes fermés varient selon le type de groupe. Pour participer à une rencontre de groupe de soutien fermé, vous devez vous inscrire sur une liste de rappel en appelant à ANEB. Nous offrons des rencontres à Montréal, sur la Rive-Nord et sur la Rive-Sud.

Activités de prévention et de sensibilisation: kiosques et conférences

ANEB offre des activités axées sur la prévention et la sensibilisation sous la forme de kiosques d'information et de conférences (Obsession du corps et Estime de soi et image corporelle) dans les écoles secondaires, les maisons des jeunes, les cégeps, les organismes communautaires et tout autre milieu. Veuillez noter que des frais sont rattachés à ces services.

Formations pour les professionnels

La formation offerte par ANEB a été élaborée dans le but de sensibiliser les professionnels aux troubles alimentaires et à la souffrance que vivent les personnes atteintes. Elle fournit des connaissances sur ce que sont les troubles alimentaires (facteurs prédisposants, facteurs précipitants, conséquences, comment les reconnaître). Elle présente des pistes d'intervention sur la façon de communiquer et d'agir avec les personnes atteintes d'un trouble alimentaire. La formation peut être adaptée afin de répondre aux besoins spécifiques du milieu. La formation est agréée par Emploi-Québec.

Bulletin d'information Images et Infolettre

Le bulletin Images est publié quatre fois par année. Chaque parution contient des renseignements sur les activités organisées par l'organisme, de l'information pertinente concernant les troubles de l'alimentation et d'autres textes (tels des témoignages). Afin de recevoir le bulletin Images par la poste, vous devez être membre d'ANEB. Vous pouvez obtenir de l'information sur l'adhésion à ANEB sur le site Internet de l'organisme.

Services à venir à l'hiver 2020: Le nouveau programme en ligne « Au-delà de l'image » destiné aux enseignants qui permet d'animer des activités de prévention dans les cours ainsi qu'un nouveau service d'intervention par texto pour les jeunes qui souffrent d'un trouble alimentaire et leurs proches (de moins de 20 ans).





Maison des Jeunes de Varennes

135 Chemin du Petit Bois, Varennes, J3X 1P7
Téléphone: 450-652-6941, Télécopieur: 450 652-3918
info@mdjvarennes.net
www.mdjvarennes.net

Heures d'ouverture
Lundi au Vendredi : 16 h à 21 h
Mardi et Jeudi 12 h à 13 h
Pendant l'année scolaire

ES-TU FUTÉ EN AMOÛR ?

Que tu sois en amour ou pas, t'es-tu déjà demandé quel genre d'amoureuse tu es ? Parfois, tu peux trouver difficile de dire ce que tu ressens, cela te gêne et tu ne veux pas déplaire. Le jeu qui suit te demande de t'arrêter afin de réfléchir aux questions que tu trouves importantes.

Allez ! Réponds à ce questionnaire et souviens-toi que personne ne te regarde ni ne te juge.

1. **Pour toi, l'amour c'est :**
 - a) Quelque chose de compliqué et d'étouffant.
 - b) Une belle chose qui n'arrive qu'aux autres !
 - c) La réalisation d'un grand rêve.
2. **Qu'est-ce qui est le plus important pour toi dans une relation amoureuse ?**
 - a) Le sexe : il n'y a que ça !
 - b) Que mon ou ma partenaire se sente bien : moi je passe après.
 - c) L'intimité, la confiance, la tendresse et tout ce qui vient avec.
3. **Quand tu es en amour**
 - a) Tu étouffes et tu voudrais être à l'autre bout du monde.
 - b) Souvent tes amis te manquent...
 - c) Tu te sens bien et en vie !
4. **Quand vous êtes ensemble**
 - a) C'est l'autre qui décide ce que vous faites.
 - b) C'est toi qui décides.
 - c) La majorité du temps, vous décidez à deux.
5. **Quand tu as un « problème de couple » :**
 - a) Tu ne dis rien de peur d'être laissé.
 - b) Tu te plains à une ou un ami.
 - c) Tu prends ton courage à deux mains et tu en parles à ton ou ta partenaire.
6. **En présence de ton chum ou de ta blonde :**
 - a) Tu te sens inconfortable.
 - b) Il y a de la timidité dans l'air mais avec le temps...
 - c) Tu te sens cool.
7. **Quand tu te regardes dans le miroir :**
 - a) Tu te trouves moche.
 - b) Ce n'est pas toujours le délire.
 - c) Ça dépend des jours, en général, ça va.
8. **Tu fais des compliments à ton amoureux-se :**
 - a) Rarement et tu critiques tout le temps.
 - b) À l'occasion, quand ça te tente.
 - c) Souvent, ça te vient facilement.
9. **Tu apprends que ton chum ou ta blonde te trompe, que fais-tu ?**
 - a) Tu « casses ».
 - b) Tu « cruises » tout ce qui bouge !
 - c) Tu te calmes, tu respires par le nez et tu lui en parles.
10. **Pour toi, un condom c'est :**
 - a) Je vais mourir, pourquoi pas du sida.
 - b) Un « bug » pour une relation sexuelle tripante.
 - c) Un moyen de tripper sans peur.
11. **Qu'est-ce que tu dis à ton ou ta partenaire qui ne veut pas utiliser le condom ?**
 - a) O.K., je te fais confiance, on n'en a pas besoin !
 - b) Si tu m'aimes, on va l'utiliser.
 - c) Je connais des caresses sans pénétration super capotantes.
12. **Un médecin t'annonce que tu as une infection transmissible sexuellement (ITS)**
 - a) Tu fais comme si de rien n'était.
 - b) Tu continues à faire l'amour mais en utilisant le condom.
 - c) Tu prends ton courage à deux mains, t'avertis tes partenaires des derniers mois d'aller voir un médecin et maintenant, sans condom, c'est non !

Fais le compte des réponses dans chacune des catégories.

Tu as obtenu une majorité de A : Pour toi, l'amour ce n'est pas évident. Il te semble difficile de te sentir bien dans une relation amoureuse. Ça ne fait rien, quand tu auras vécu quelques bons moments, ça ira. Il n'y a pas de cas désespéré.

Tu as obtenu une majorité de B : Bravo ! Tu as de belles qualités pour réussir en amour. En faisant un peu plus attention à toi et aux autres, l'amour te réservera de belles surprises.

Tu as obtenu une majorité de C : Super ! Tu es une personne futée dans tes réponses. Si c'est la même chose en amour, être avec toi, ça doit être merveilleux...





**MAISON DES JEUNES
DE CONTRECOEUR**

1400 des Saules, Contrecoeur,
Québec, J0L 1C0
Téléphone : 450 587-2830

Heures d'ouverture

Mardi au jeudi 18 h à 21 h
Vendredi 15 h 30 à 17 h et 18 h à 23 h
Samedi 14 h à 17 h et 18 h à 23 h



Momes

Mots cachés de la St Valentin

I	T	O	M	B	G	E	N	E	R	E	U	X	C
N	R	E	R	A	C	H	A	G	R	I	N	F	O
T	O	F	P	A	S	S	I	O	N	A	M	A	U
E	M	E	R	E	C	N	I	S	T	M	E	I	P
L	A	M	A	R	I	A	G	E	E	O	M	R	D
L	N	M	E	E	I	R	A	M	N	U	B	E	E
I	T	E	E	P	O	U	X	A	D	R	R	L	F
G	I	E	P	O	U	S	E	R	R	E	A	A	O
E	Q	O	U	R	E	U	X	I	E	U	S	C	U
N	U	F	I	A	N	C	E	E	S	S	S	O	D
T	E	E	C	N	A	M	O	R	S	E	E	U	R
F	I	A	N	C	A	I	L	L	E	S	R	R	E

mots :

- amoureuse
- femme
- passion
- chagrin
- fiançailles
- romance
- coup de foudre
- fiancée
- romantique
- embrasser
- généreux
- se marier
- épouser
- intelligent
- sincère
- époux
- mariage
- tendresse
- faire la cour
- mariée

Indices du mot caché : attention, ça peut faire mal !

- - - - -

Horoscope

Capricorne : Plus question de rester seul(e) dans ton coin. Tu veux élargir ton cercle d'amis. Arrête ton choix sur des natifs du Bélier ou du Lion ou des ascendants de ce signe. À l'école, ce n'est pas facile par les temps qui courent. Il faut fournir un effort additionnel si tu veux t'en sortir. Santé? Oh! Ça ne va pas du tout. Au cœur? Tu as toujours la cote de popularité. Profites-en.



Taureau : En te fiant à ton intuition, tu as refusé l'invitation d'une fille (garçon) que tu connais depuis peu. Ne reviens pas sur ta décision, car cette relation ne peut rien t'apporter de bon. À l'école, c'est une période remplie de satisfactions. Santé? Tu es dans une forme magnifique. En amour, ton chum (ta blonde) est très présent(e) et il ou elle t'adore.



Vierge : Tu as des idées géniales et, à l'école, tu dépasses tes objectifs. Quelle motivation, tu as! Elle teinte même sur tes camarades. Santé? Si tu veux perdre quelques kilos pour mieux te sentir dans ta peau, évite de grignoter tout le temps. Au cœur? Quelqu'un te fait la cour et, ça te fait un petit velours. Hot!



Verseau : Tu es au mieux de ta forme. La chance te favorise et tu attires la chance... Si tu passes un examen en classe, ce sera un succès. Et si tu dois remettre un travail qui te demande concentration et recherche, tu as tous les outils en main pour te démarquer. À la maison, un projet qui te tient à cœur aboutit finalement. Amitié avec Taureau. Au cœur? En route vers le Bonheur...



Gémeaux : Tu es bien dans ta peau et tu as le goût de soulever les montagnes! À l'école, un temps idéal pour obtenir une faveur d'un de tes professeurs. Tu n'as qu'à demander pour recevoir. À la maison, si tes parents doivent s'absenter, ils comptent sur toi pour prendre certaines responsabilités. Au cœur? Chaud et très intime avec ton amoureux (ta blonde).



Balance : Certains amis sont fiables, d'autre pas. À toi de faire la sélection qui s'impose. À quoi ça sert de perdre ton temps avec des personnes qui ne peuvent rien t'apporter de bon! À l'école, on apprécie ta bonne humeur. Continue tes efforts et tu vas y arriver. Santé? La gorge est sensible. Évite les endroits pollués. Au cœur? C'est chaleureux. Une invitation peut-être?



Poisson : Tu connais tes parents comme si tu les avais engendrés, mais ce n'est pas une raison pour leur donner des conseils. À leur âge, ils sont capables de résoudre leurs problèmes. À l'école, l'atmosphère est tendue. Méfie-toi. Santé? Tu n'es pas au mieux de ta forme. Prends du repos. Au cœur? Évite les conflits avec ta petite flamme.



Cancer : Ces temps-ci, tu es très choyé par tes parents, mais tu ne t'en rends pas compte. Apprécie tout ce qu'ils font pour toi et réalise enfin qu'ils ne veulent que ton bonheur. Alors, retourne la balle. Tu as tout à gagner. À l'école, ça roule et tu as les deux pieds sur les roues du succès...Santé? Ne dépasse pas la limite de tes capacités. L'amour? Un de perdu dix de retrouvés!



Scorpion : Pour se taquiner, tes parents se lancent souvent des pointes, mais tu prends cela au sérieux. Tâche de comprendre qu'ils s'aiment et que c'est leur façon de se le montrer. À l'école, la chance te sourit. Santé? Sur ce plan cependant, il y a une légère baisse de tes énergies. Au cœur? Petit tête-à-tête avec ta flamme. Ah, l'amour...



Bélier : Oh, tu es un peu soupe au lait! Tes amis ont intérêt à ne pas te marcher sur les pieds. Tu devrais changer d'attitude avant de dire des choses que tu pourrais regretter. À l'école, un projet t'excite énormément. Santé? Tu es en pleine forme physique et morale. Au cœur? C'est tout doux pour les déjà fusionnés. En solo? Coup de foudre en vue.



Lion : Tes parents te donnent un tas de choses, mais en échange, tu dois agir de façon responsable. As-tu rempli ta part du marché dernièrement? À l'école, garde le moral, s'il y a un petit pépin, tu n'es pas en cause. Belle performance au travail. Santé? Ménage tes énergies. Au cœur? Bientôt du bonheur à profusion. Sois patient(e).



Sagittaire : Tu es bien dans ton corps et dans ta tête, heureux de vivre et de jouir des plaisirs de l'existence. Mais essaie aussi d'être sérieux à l'école. Et surtout, pas de distraction! Pense à tes examens si tu veux réussir à 100%. Santé? Tu as de l'énergie à revendre. On y va pour des activités en plein air? Au cœur? Du bonheur à 85%.



L'EXPOSITION



Réponse aux jeux

VRAI OU FAUX?

1. Faux
2. Vrai
3. Faux
4. Vrai



SUDOKU

NIVEAU: MOYEN

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

NIVEAU: DIABOLIQUE

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

Numéro de téléphone important

D.P.J.:	514 721-1811
Tel-Jeunes:	1 800 263-2266
Drogue: aide et référence:	1 800 265-2626
SOS Suicide:	1 800 595-5580
SOS Grossesse:	1 877 662-9666
Interligne:	1 888 505-1010
Aide juridique à la jeunesse:	450 928-7663
Carrefour Jeunesse-emploi Marguerite-D'Youville:	450 583-3301

Bloc technique

L'exclamation, le journal des jeunes de la MRC de Marguerite-D'Youville et de l'agglomération de Longueuil.

Pour envoi de documents et commentaires :
540, chemin du lac, Boucherville (Québec) J4B 6X3
Tél. : 450 449-8346 Courriel : la.piaule@videotron.ca

Collaboration : Les Maisons des Jeunes de St-Amable, Varennes, Verchères, Boucherville, Contrecoeur et Ste-Julie
École Secondaire François-Williams
École Secondaire du Grand-Coteau

Montage : Kevin Latour-Lachapelle, Bernard Taylor

Impression : Hebdo-Litho, 514 955-5959

Production : Maison des jeunes de Boucherville

Tirage : 1000 copies

Dépôt légal : 1^{er} trimestre 2020