



Journal de rue de l'Estrie

L'ITINÉRAIRE VERS LA PROSPÉRITÉ SOCIALE



LA BOUQUINERIE DU ROTARY

Pour le plaisir de lire à faible coût!
153 King Est, Sherbrooke

819 452-2665 | bouquinerie@rotarysherbrooke.org



La Parolière

Centre d'aide pour les femmes

PAGE 7



Ma familia

Quand mamie vient du Chili

PAGE 8



Cacophonie. Dans le ciel lilas, ça pépie, ça bavasse, ça placote. Un nouveau jour va se lever. Le temps d'ouvrir les bras, de faire des révérences au printemps. Et alors, ta nuit? À tour de rôle, on raconte. Des rêves fous, des rêves aigres-doux, un songe creux, un vilain cauchemar – je te jure, ça ne se raconte même pas.

Toi, petite boule fragile, tu n'as rien à dire, tu n'as pas fermé l'oeil. Les nuits blanches, ça te connaît, tu les passes à jongler avec les colonnes de chiffres. Chaque fin de mois est une traversée de funambule.

Texte de Pierrette Denault / image par Nicole Boisvert



CARITAS ESTRIE

POUR UN MONDE MEILLEUR

110, rue Ozias-Leduc, Sherbrooke, QC, Canada J1H 1M7
T. 819.566.6345 F. 819.566-6181 E. info@caritas-estrie.org



Les camelots sont des travailleurs autonomes. Pour chaque exemplaire vendu, ils reçoivent 1,50 \$.

Le Journal de rue de l'Estrie est édité par un organisme sans but lucratif. Sa mission est l'intégration sur le marché du travail de personnes vivant des situations difficiles. Ce périodique bimestriel est publié 6 fois par année. Il a vu le jour le 10 juillet 2002. Les premiers artisans en sont Guy Bellavance, Lise Boulanger, Gaétan Cloutier et Jacques Gagnon. Le Journal de rue est ouvert à tous.

Conseil d'administration

Pierrette Denault, présidente;
Marthe Royer, vice-présidente;
Karine Therrien, trésorière et secrétaire;
Nancy Mongeau, Louise Masson et Véronique Lemay, administratrices; Jean-Marc Lemay, administrateur

Comité de production

Direction et édition : Nancy Mongeau
Révision : Julie Verreault et Frédérique Garain
Photographie : Nicole Boisvert, Michel Morisset

Rédaction : Bernard Couture, Pierrette Denault, Jan-Léopold Munk, Monique Turcotte, Karine Therrien, Loïc Brurat, Francine Goupil, Véronique Lemay, Jacques Quintin, Carine Lefebvre, Suzanne Drouin, Louise Gauthier, Nancy Mongeau, Érick Gauthier, René Guillemette, Frédérique Garain, Maude Larose, Marie-Pier Tétreault, Bertrand Beaulieu, Claude Cinq-Mars, Éliott, Karine Hamel, Sarah beaudoin, Lucie Levasseur, Isabelle Arguin, Martin Beaudry.

Des sièges sont disponibles sur le comité de production. Aide à la rédaction et postes de travail mis à la disposition des bénévoles.

Imprimeur : Hebdo Litho
Tirage : 4 000 exemplaires
vendus en Estrie sur la rue par nos valeureux camelots
Dépot légal : D 23380
ISSN : 1927 - 0925

Pour nous joindre

Journal de rue de l'Estrie
C.P. 62 Succ. Place de la Cité
Sherbrooke (Qc) J1H 5H5

En personne : 470, rue Bowen Sud, Sherbrooke
Téléphone : 819 348-0086
Courriel : production@blogderue.ca
ou journalderue@gmail.com

SUIVEZ-NOUS

Facebook : JournalderueEstrie
Twitter : JdrEstrie
Instagram : JournalDeRueEstrie
SITE WEB : blogderue.ca

Sommaire

Page éditoriale page 2
Voix libre pages 3 - 4
Communautaire pages 5 - 6 - 7
Jeunesse page 8
Environnement page 12
Culture pages 9 - 13
Livres page 14
Poésie page 15
Divers-Cité page 21
Divertissement page 22
Remerciements page 23

Chroniques

Femmes page 10
Philosophie page 11
Artisan (Basta communication) page 16
CIMEX page 17
Témoignage RTF page 18
Jardin Des Animaux page 19
Monique Turcotte page 20

Financé par le
gouvernement
du Canada



Pendant la crise, au Journal de rue

Nancy Mongeau

Si vous pouvez lire ces lignes dans un journal de rue imprimé, c'est que le gros de la crise COVID-19 est passé, ou du moins, que la plupart des commerces ont pu reprendre leurs activités. Nous avons placé nos camelots en sécurité dès que nous l'avons jugé nécessaire, en mars dernier. Ils ont tous été mis en arrêt de travail pour une période qu'il m'est impossible d'écrire au moment où je rédige cet éditorial.

Pas de camelots dans la rue pendant plus d'un mois, c'est certain ! Ça signifie pour notre organisme une baisse considérable de revenus, puisque ces ventes représentent une de nos plus importantes sources de financement. La santé des gens n'a pas de prix, certes, mais de prendre des mesures préventives comme nous l'avons fait aura une répercussion sur la santé financière du Journal. Comme plusieurs entreprises, il nous faudra du temps pour nous remettre de cette crise, mais soyez assurés que le Journal de rue saura s'entourer de gens de cœur pour passer au travers sans trop de heurts.



Nous poursuivrons notre mission quoi qu'il advienne.

Campagne de financement spéciale

Nos membres et les abonnés de notre page Facebook ont vu passer au cours des derniers jours un appel à l'aide lancé sur le web au nom du Journal de rue de l'Estrie. Nous y invitons les gens à se rendre sur notre site web où un lien sécurisé par Paypal a été instauré dans le but de recevoir les dons en ligne. Facile et sans danger pour les utilisateurs, ce mode de paiement accepte les dons par cartes de crédit. Si vous en avez les moyens, il

est possible de nous appuyer en vous rendant au www.blogderue.ca. Pour ceux et celles qui désirent faire un don, mais qui préfèrent la bonne vieille méthode par chèque, il est évidemment possible de procéder ainsi par envoi postal.

Nous vous invitons aussi à vous rendre sur notre page facebook/journalderueEstrie, de « l'aimer » et de partager dans votre réseau l'une de nos publications concernant cette campagne de financement. Grâce à votre appui, il sera plus facile pour nous de passer au travers de cette période tumultueuse.

Devenez membre!

Pour tout don de 25 \$ et plus, remplissez le coupon ci-contre et signifiez votre intention de devenir membre de soutien de notre organisme.

Je veux devenir membre de soutien du Journal de rue grâce à une contribution annuelle.

Nom : _____

✉ : _____

@ : _____

☎ : _____

Signature : _____

Contactez Nancy Mongeau
au 819 348-0086 ou à
production@blogderue.ca
pour plus d'information.

Faites votre don!



J'appuie la cause
du Journal de rue.

25 \$ 75 \$ 200 \$

50 \$ 100 \$ 500 \$

_____ \$

Veillez libeller votre chèque à :
Journal de rue de l'Estrie
C.P. 62, Succ. Place de la Cité
Sherbrooke (Québec) J1H 5H5

Au nom des camelots et de
toute l'équipe du Journal de rue, **MERCI!**

Répercussions de mon TDA

Louise Gauthier, camelot du Journal de rue

Tout a commencé à l'école, vers l'âge de six ans. Naturellement, à l'époque on disait que j'étais dans la lune, que j'avais un manque de volonté ou d'intérêt. Près de 70% des causes du trouble d'attention sont d'origine génétique.

Avec tous ces troubles d'apprentissage, je n'ai pas fini mon secondaire. Quand j'étais jeune, je voulais devenir secrétaire, sinon je ne sais pas quel métier j'aurais voulu faire dans la vie. Dans ma jeunesse, je n'ai pas été médicamentée pour contrôler mon trouble du déficit d'attention (TDA) et je n'ai jamais vu de médecin non plus.

Le TDA m'a amené des difficultés à garder un travail. J'avais de la difficulté à gérer le stress, une faible estime de moi, un trouble anxieux et une lenteur à faire des tâches quotidiennes. J'avais tendance à être impulsive : à poser des gestes non réfléchis, à dire des commentaires (trop) spontanés et à vivre des problèmes familiaux. Sans compter



Louise Gauthier témoigne avec résilience de la réalité qui a forgé sa vie.

d'autres petits problèmes, comme avoir de la difficulté à prendre des décisions et à dire mes opinions. Par-dessus tout, je suis une personne hypersensible, ce qui complique les choses quand vient le temps pour moi de gérer mes émotions.

Les symptômes du TDA se manifestent comme suit, avec une intensité variable :

- Difficultés à retenir les consignes, même si comprises
 - Perte fréquente d'objets personnels
 - Tendance à être antisocial
 - Difficultés à commencer ou finir une tâche
 - Tendance à être isolé, à avoir peu d'amis
- Et j'en passe...

Ma vie n'a pas toujours été facile. Ma mère est décédée quand j'avais cinq ans, j'étais enfant unique. Je n'avais pas de communication avec mon père et c'était

réciproque. Avec tout ça, je me trouve chanceuse de ne pas être tombée dans les problèmes de consommation.

C'est avec tous ces problèmes que j'ai eu des obstacles dans ma vie, comme vivre de la violence conjugale pendant plusieurs années. J'ai eu deux enfants qui, eux aussi, ont le TDA/H, mais ils ont eu la chance d'être médicamentés. En 2008, je me faisais enlever mes enfants par la DPJ, car je n'ai pas su les protéger. Ils avaient huit et 13 ans à ce moment-là. Mais cela a été un mal pour un bien, car ils ont tous les deux eu une bonne famille d'accueil.

Quelques mois plus tard, la DPJ me faisait rencontrer un neuropsychologue pour m'apprendre à mieux me connaître et pour ne pas retomber dans les mêmes pièges. Alors il me passa des tests et c'est à l'âge de 40 ans que je me faisais diagnostiquer un trouble d'attention sans hyperactivité. Quelquefois des gens me disent dit « T'as un beau sourire, tu as l'air en santé, tu pourrais devenir préposée » sans connaître mon passé. Parfois les gens portent des jugements au lieu de s'informer, mais en général le monde apprécie ce que je fais comme camelot et j'en suis très reconnaissante.

Pour vivre heureux

Bertrand Beaulieu

Les statistiques démontrent que l'un des secrets d'une vie heureuse et saine est de toujours avoir un but. Ne laissez pas au temps l'occasion de filer entre vos doigts. Profitez des occasions qui se présentent et restez en contact avec les personnes et les choses qui comptent le plus pour vous. Le bénévolat constitue aussi une activité gratifiante : trouver une façon de redonner à notre communauté.

Simone de Beauvoir, femme de lettres française, disciple et compagne de Jean-Paul Sartre disait : « Pour que la vieillesse ne soit pas une dérisoire parodie de notre existence antérieure, il n'y a qu'une solution, c'est de continuer à poursuivre des fins qui donnent un sens à notre vie: dévouement à des individus, des collectivités, des causes, travail social ou politique, intellectuel, créateur. »

Toutefois, en dépit de sa vision pessimiste, pour avoir une fin de vie

intéressante, il faut donner un sens à sa vie. Car c'est bien là que se situe toute la question : quel sens possède notre vie si aucun projet précis, aucun défi intéressant ne vient la stimuler? Et la difficulté majeure que nous rencontrons presque tous au moment de notre retraite : donner un sens nouveau à notre existence alors que nous venons de tourner le dos, bon gré mal gré, à un seul projet qui nous avait intéressé jusqu'alors, le travail.

Jeannette Bertrand dit que le pire ennemi de la retraite, c'est l'inaction. La meilleure façon d'oublier les petites choses, c'est de s'occuper.

On peut apprendre jusqu'à notre mort. Ce n'est pas parce qu'on est vieux qu'on perd la faculté d'apprendre, de découvrir des nouvelles choses, de faire du bénévolat, de nous mettre en forme. Avoir un but et le poursuivre donne un sens à notre fin de vie et cela nous rend heureux.

Pour collaborer au Journal de rue de l'Estrie

Envoyez vos textes, communiqués de presse, informations au sujet de vos activités en Estrie ou commentaires par courriel : production@blogderue.ca

Merci de votre participation !

Que faire si je ne vais pas bien?

La meilleure façon de s'aider à s'en sortir, c'est d'en parler.

Ne restez pas seul avec vos problèmes. N'attendez pas d'être au bout du rouleau. Agissez. Parlez à quelqu'un en qui vous avez confiance ou appelez Jevi au 1 866 APPELLE (1 866 277-3553) ou le 819 564-1354 (Jevi, Cps-Estrie). Ce centre de prévention du suicide offre des services pour les gens en détresse ainsi que leurs proches.

Quelqu'un est là pour vous aider

24 heures par jour, 7 jours par semaine. Appelez!

La maladie mentale et son cortège de conséquences

Suzanne Drouin

Vivre avec une problématique en santé mentale entraîne une panoplie de changements. C'est vraiment du cas par cas. Personnellement, j'ai vécu de grands changements de vie.

Travail

Je suis devenue inapte au travail. Au début, je pouvais travailler quelques heures par semaine, puis j'ai dû me résoudre à une inaptitude permanente. Je suis passée d'un salaire d'employée à temps complet à une rente d'invalidité.

Occupationnel

Les organismes communautaires m'ont permis de remplacer les liens avec les compagnons de travail par des liens avec des personnes vivant la même chose ou quelque chose de semblable. Ça me permet de rencontrer sur place des intervenants qualifiés, vivre le deuil de certaines choses que je prenais pour

acquises et développer un sentiment d'appartenance.

Changement dans la routine de vie

Plus le sommeil est « inversé » dans le sens que le jour devient la nuit et la nuit devient le jour, plus il devient difficile de socialiser, même en santé mentale.

Changement d'apparence physique

Les kilos s'additionnent les uns aux autres. Je passe rapidement de la taille « petite » à « moyenne » jusqu'à me rendre dans les tailles Plus. Je ne me ressemble plus. Je ne suis plus capable de faire les mêmes mouvements et je perds de l'aisance physique. Je ressens de la honte lorsque je reçois des commentaires non sollicités.

Changement dans la capacité de concentration

Les choses courantes de moindre

importance sont celles que j'oublie le plus rapidement. Je sais utiliser un ordinateur, je connais mes règles de grammaire, je sais comment cuisiner une recette. Par contre, j'oublie le commentaire que je viens de faire dans une conversation. Cela affecte la perception des autres à mon égard.

Difficulté d'acceptation du diagnostic

Dans mon cas, j'ai vécu une dépression majeure et j'ai un trouble de personnalité limite. J'avais énormément de difficulté à entrer en relation avec les autres, j'avais également une difficulté importante à établir une frontière entre moi et les autres. Certaines problématiques en santé mentale ont moins bonne presse que d'autres. Pour ce qui est du trouble de personnalité limite, il indique une difficulté importante face aux limites et au respect des normes établies pour le bon fonctionnement en société.

Difficulté de compliance à la médication

La médication psychiatrique apporte son lot d'effets secondaires. En désespoir de cause, certaines personnes font le choix de cesser la médication.

Difficulté à vivre la stigmatisation en santé mentale

J'ai compris très vite qu'être hospitalisé en santé physique, c'est une chose et être hospitalisé en santé mentale, c'est autre chose. Je ne reçois pas d'appels téléphoniques ou très peu. Même chose pour les visiteurs. Je vis parfois une mise à l'écart parce que la maladie mentale est perçue comme une « faiblesse ».

Conclusion

Comme j'ai coutume de le dire : Si je devais choisir une maladie, je choisirais autre chose. Qui a envie de faire l'objet de rejet? Qui choisirait une telle vie?

Les racines de nos rêves

Maude Larose, camelot du Journal de rue



Maude Larose, une camelot du Journal de rue pleine de rêves et d'ambition !

Être jeune, c'est souvent synonyme d'être étudiant. Pourtant je ne suis pas étudiante. Est-ce que je travaille dans mon domaine de rêve? Non. Donc je travaille dans une jobine. Eh bien non, je ne suis pas non plus une assistée sociale (bs) !

Alors qu'est-ce que je fais ?

Moi, je suis une jeune du Carrefour jeunesse emploi de Sherbrooke (CJE). Un endroit peu connu, mais tellement magique et essentiel pour tous les jeunes comme moi qui ont la chance de

participer à des programmes variés pour leur épanouissement personnel, axés sur les besoins propres à chacun.

Le Carrefour jeunesse me permet de reprendre le contrôle de ma vie et de ma santé, en participant à toutes sortes d'ateliers (activités physiques, plateaux de travail, rencontres de suivis, ateliers d'information et de création), en plus de briser mon isolement et de rencontrer des jeunes de mon âge. Pour certains, il leur permet d'obtenir leur D.E.S.

Grâce au CJE, j'ai maintenant un emploi à temps partiel qui respecte mes limites. J'arrête de mettre mes rêves sur la glace et je me prépare pour aller faire du volontariat en Europe.

La plupart du temps, les gens ne verront que l'arbre que je suis sans se demander d'où viennent, où vont les racines et dans quel sol cet arbre pousse. Les CJE sont importants pour les jeunes, pour nous, nous tous. Bien souvent, on pense qu'ils ne sont que synonyme d'aide pour la recherche d'emploi et pour les cv. Mais croyez-moi, c'est bien plus et leur travail est essentiel.

ARCHIDIOCÈSE
DE SHERBROOKE

VIVEZ
LA MONTÉE PASCALE

Du JEUDI SAINT, 9 avril
jusqu'au
DIMANCHE DE PÂQUES, 12 avril

Consultez l'horaire des messes

Diocesedesherbroke.org

Agissons contre l'intimidation

Marie-Pier Tétreault

L'intimidation est un vrai fléau. Il n'y a qu'à regarder les données recueillies par Statistique Canada dans diverses études pour comprendre que le problème est récurrent et qu'on doit trouver des solutions afin de prendre le contrôle de la situation.

Lors de ces études, il a été révélé qu'un adolescent sur trois se disait victime d'intimidation dans le milieu scolaire. Ensuite, on y apprend qu'avoir des préférences sexuelles différentes engendre trois fois plus d'intimidation qu'être hétérosexuel. De plus, 47 % des parents indiquent que leur enfant est victime d'intimidation à l'école. Malheureusement, le harcèlement se poursuit parfois à l'âge adulte puisque 40 % des salariés en sont victimes dans leur milieu de travail. Déjà que les chiffres sont astronomiques, les choses n'ont fait qu'empirer depuis l'invention d'Internet.

En effet, la Toile permet de transmettre une information en quelques secondes. Il est fréquent de lire des choses



Au Canada, un adolescent sur trois se dit victime d'intimidation à l'école. Ce problème de société se poursuit même à l'âge adulte, dans les milieux de travail.

Image par Anemone123 de Pixabay

extrêmement choquantes suite à une nouvelle diffusée sur la page d'un média, d'une rumeur lancée sur une

celebrité ou la publication d'un contact. Si certains de nous sommes habitués de lire et de commenter les potins des

Kim Kardashian West de ce monde ou toute autre personnalité publique, le phénomène s'est maintenant élargi au commun des mortels. Et c'est là que le désastre commence.

Bien qu'il existe maintenant des lois pour encadrer/punir l'intimidation sur Internet, il demeure fréquent qu'une personne doive y faire face. Selon Statistique Canada, la méthode de prédilection des bourreaux demeure, dans 73 % des cas, l'envoi de courriels ou de messages instantanés agressifs et violents. Les conséquences sont importantes : l'augmentation de l'anxiété, la diminution de l'estime de soi, un sentiment d'insécurité et de peur, la dépression, l'isolement, les idées suicidaires et, trop souvent, le suicide.

Plusieurs associations militent afin que les intimidateurs soient punis plus sévèrement. Que ce soit en ligne ou dans la vie réelle, il semble parfois difficile d'obtenir justice dans les cas d'intimidation. Souvent, les dossiers sont référés à d'autres instances selon les milieux (Commission des normes du travail, policier en milieu scolaire, etc.) Mais existe-t-il un autre recours? J'ai interrogé une policière du Service de Police de Sherbrooke qui m'a informée que l'intimidation est considérée comme du harcèlement criminel.

Le harcèlement criminel est invoqué lorsqu'une personne ayant un comportement menaçant communique de façon répétitive avec sa victime, que cette dernière a des raisons de craindre pour sa sécurité et qu'elle se sent harcelée ou surveillée. Une victime peut donc porter plainte. Un enquêteur sera attribué au dossier et le processus judiciaire débutera. Elle devra bien sûr apporter des preuves comme un historique d'événements, des photos, des enregistrements, des écrits et des témoignages des témoins s'il y a lieu. Il est fréquent que la victime doive témoigner en cour.

Il est difficile de dire si c'est le manque d'information ou la peur qui pousse les victimes à ne pas porter plainte. Toutefois, il est temps que l'on pose des actions concrètes afin que l'intimidation cesse.

Alcooliques Anonymes

Claude Cinq-Mars

Les Alcooliques Anonymes (AA) sont une association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'aider d'autres alcooliques à se rétablir.

Le désir d'arrêter de boire est la seule condition pour devenir membre des AA. Les AA ne demandent ni cotisation ni droit d'entrée; nous nous finançons par nos propres contributions. Les AA ne sont associés à aucune secte, confession religieuse ou politique, à aucun organisme ou établissement; ils ne désirent s'engager dans aucune controverse et ne contestent aucune cause. Notre but premier est de demeurer abstinents et d'aider d'autres alcooliques à le devenir.

Le mouvement des Alcooliques Anonymes a pris naissance en 1935 en Ohio aux États-Unis et on retrouve maintenant des groupes dans plus de 180 pays. On estime à plus de 2 millions le nombre de personnes qui sont membres des AA. Ces hommes et ces femmes se rencontrent dans des groupes de leur localité, villes ou villages. Le programme des AA agit par le partage à l'intérieur des groupes et par une méthode de rétablissement qui se retrouve dans les douze étapes et qui décrit l'expérience des tout premiers membres du mouvement.

Par tradition, les membres des Alcooliques Anonymes ont toujours pris soin de préserver leur anonymat en public; dans la presse, à la radio, à la télévision ou sur Internet. D'autre part, nous croyons que l'idée de l'anonymat personnel revêt pour les membres un caractère fondamental et un gage de succès pour les individus et le mouvement.

L'ALCOOL EST-IL UN
PROBLÈME POUR
VOUS ?

AA

**ALCOOLIKES ANONYMES
PEUT VOUS AIDER**

**Aide téléphonique
819 564-0070**

region88@aa-quebec.org

www.aa-quebec.org

Le Comptoir familial : à la mode depuis 60 ans!

Karine Therrien

Une dizaine d'organismes, dont le Journal de rue, se sont joints au Comptoir familial de Sherbrooke pour célébrer ses 60 ans d'existence. Pour l'occasion, on nous a fièrement dressé un bref historique du Comptoir. Non seulement l'organisme a beaucoup évolué depuis sa fondation, mais sa mission demeure toujours aussi généreuse.

Le Comptoir familial a été fondé en 1959 par Caritas Sherbrooke. Il est né de l'idée d'implanter un vestiaire communautaire pour venir en aide aux gens démunis. Situé sur le boulevard Saint-François Nord, le Comptoir était ouvert à raison d'un après-midi par semaine. Il s'était donné comme mission de recueillir vêtements, meubles et autres articles donnés par la population et les offrir à prix minime.

Une histoire à succès

La forte popularité du Comptoir fait vite d'exiger un local plus grand. C'est pourquoi en 1964, l'organisme achète



Saviez-vous que vous pouvez apporter vos vêtements et divers articles usagés au Comptoir familial à toute heure de la journée? Une chute est prévue à cet effet tout près de la porte d'entrée, à même le stationnement. Une information pratique à savoir en ce temps de ménage du printemps!

un terrain sur la rue Bowen Nord et, grâce aux dons de matériaux et de main-d'œuvre, construit un édifice pour accueillir le service sur une superficie de 6 400 pieds carrés. Puis, la générosité du Comptoir va encore plus loin lorsqu'il offre, en 1970, un service d'aide aux victimes de désastre en leur remettant gratuitement des biens. À ce jour, ce service se poursuit sous la forme de

dépannage vestimentaire pour les gens dans le besoin.

Encore trop à l'étroit? En 1971, le Comptoir voit la nécessité d'ajouter un deuxième étage à la bâtisse, puis d'agrandir une deuxième fois en 2009 pour augmenter l'espace d'entreposage. Jamais subventionné, le Comptoir familial a financé chacune des étapes de son développement à partir de ses propres fonds. Ce succès est fondé sur un noyau d'employés rémunérés et d'une armée de bénévoles qui déploient, depuis l'an passé, les services du Comptoir à temps plein, soit 33 heures par semaine.

Donner à son prochain

Fier d'offrir des biens au prix des années 1960, le Comptoir ne cherche pas à augmenter ses profits. Mais lorsqu'il en génère, il les redistribue à des organismes qui favorisent la prise en charge des personnes et visent leur autonomie. Ainsi, 35 000 \$ ont été partagés cette année entre 13 organismes de la région dont la Chaudronnée de l'Estrie, le Tremplin 16/30 et le Journal de rue.

Malgré la multiplication des friperies, le Comptoir familial souhaite rester dans la course pour continuer à desservir la population des quartiers de l'est et du centre-ville de Sherbrooke. Pour y parvenir, ce service de proximité est en lien avec une trentaine d'organismes locaux afin de renforcer les maillons d'une chaîne d'entraide et de collaboration. Et comme l'approvisionnement du Comptoir familial est toujours aussi stable et constant au fil des ans, on doit une fière chandelle à la population sherbrookoise qui, en échange d'un simple sourire, donne généreusement à son prochain. Non seulement le Comptoir s'inscrit dans une perspective de développement durable et d'économie circulaire, mais il est vecteur d'altruisme et de solidarité.

MERCI
D'OFFRIR UNE
SECONDE VIE!

LE GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS!
Vêtements, literie, vaisselle, jouets, livres.
Petits articles divers en bon état.

151, rue Bowen Nord
819 569-5336
Dons acceptés 7 jours / 7
comptoirfamilialdesherbrooke.com

LE COMPTOIR FAMILIAL
DE SHERBROOKE

BIENVENUE À TOUS. ÊTRE DES NÔTRES, UN CHOIX VALORISANT!



La députée de Sherbrooke, Christine Labrie et le maire de Sherbrooke Steve Lussier entourent Micheline Larouche, présidente du Comptoir familial de Sherbrooke.

La Parolière

Un soutien sincère et une aide appréciée des femmes

Carine Lefebvre

Quand une femme se retrouve en plein questionnement à savoir quelle est la bonne direction à prendre afin de poursuivre son cheminement personnel, le centre La Parolière est alors tout indiqué. Cet organisme est comme la porte d'entrée vers l'aide qui s'offre aux femmes. Des gens sont présents sur place afin de les diriger vers la meilleure aide possible pour elles.

Services offerts

De nombreux services sont offerts aux femmes, notamment des rencontres individuelles avec une intervenante dont une art-thérapeute. Il y a également des bénévoles formées à l'écoute active les lundis et vendredis sur rendez-vous entre 13 h 30 et 15 h 30 et les mercredis sans rendez-vous. Aussi, il est possible d'assister à diverses activités gratuites ou encore à coût modique telles que : chorale, soupe du mois, peinture sur toile, tricot, club de lecture, zumba. On peut aussi assister à des conférences sur des sujets diversifiés comme par exemple « Au-delà du poids et de l'image



Le Centre des femmes La Parolière aide et accompagne chaque femme dans la découverte de ses forces afin qu'elle puisse y prendre appui et relever les défis de sa vie.

Photo par Élodie, de l'équipe du centre des femmes La Parolière.

corporelle », offerte en collaboration avec l'organisme Arrimage Estrie. Tout

cela participe à faire de l'organisme un milieu de vie propice aux rencontres et aux échanges pour les femmes.

Des bénévoles au cœur d'or

Témoignage de Monik, bénévole depuis 15 ans : « Pour moi c'est important d'offrir aux femmes une écoute attentive, celle qui provient non seulement des oreilles mais également du cœur car ce ne sont pas toutes les personnes malheureusement qui ont cette chance. Il me fait un immense plaisir d'offrir toute mon écoute ainsi qu'un accompagnement pour ces femmes. L'équipe ici est bienveillante, respectueuse et cela est très apprécié par celles qui fréquentent le centre. »

Un passage qui fait la différence

Témoignage anonyme : « Le jour où j'ai décidé de me choisir enfin, j'ai pris mon courage à deux mains et je me suis présentée à La Parolière. J'ai été ébahie par la qualité de l'accueil reçu. D'ailleurs, je n'étais pas habituée à une telle écoute et le personnel m'a tout de suite fait sentir à l'aise, importante et acceptée. J'ai senti que je pouvais tout simplement être moi-même ici et cela m'a mis en confiance. J'ai fait du journal créatif ce qui m'a grandement aidée dans mon cheminement. Je n'avais jamais réalisé à quel point l'art et la créativité pouvaient être de bons outils pour faire des réflexions de vie. Avec la voix douce et apaisante de l'animatrice, je me suis laissée guidée et je n'ai pas du tout été déçue! Ce fut une expérience très enrichissante et cela m'a donné l'élan d'énergie nécessaire pour poursuivre mes buts et mes rêves les plus chers. Je vous recommande fortement d'y faire un tour! »

Avec son équipe dévouée et rassurante, le centre La Parolière est une aide précieuse pour toutes les femmes se retrouvant à la croisée des chemins dans leurs vies. Pour information supplémentaire, je vous invite à consulter le site : laparoliere.org.

**Fière de soutenir
le Journal de rue!**



**ÉVELYNE
BEAUDIN**

Conseillère municipale du district du Carrefour
Présidente du développement social et communautaire

ebeaudin.carrefour@gmail.com

FRIPERIE

Dénichez de beaux vêtements et des accessoires pour femmes à prix très très bas. Une friperie est ouverte du 18 au 21 mai, de 10h à 18h30, à la maison de la Parolière située au 217, rue Belvédère Nord, à Sherbrooke.

Premières arrivées, premières servies!



ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC

Genevieve
HEBERT
DÉPUTÉE DE
SAINT-FRANÇOIS

Communauté, Aimer, Servir

819-565-3667
genevieve.hebert.SAFR@assnat.qc.ca

Outiller et protéger les jeunes consommateurs

Nancy Mongeau

L'Association coopérative d'économie familiale de l'Estrie (ACEF Estrie) a rencontré 2 000 jeunes âgés entre 10 et 14 ans dans le cadre de leur projet « Jeunes consommateurs allumés ».

Cette initiative visant à outiller les pré-adolescents sur le plan des finances personnelles et de la consommation en était à sa première année d'activité. L'engouement pour ce projet et son utilité, voire sa nécessité dans l'éducation des enfants, lui valent une reconduction d'un an.

Ateliers d'information

L'ACEF présente des ateliers où l'on discute avec les jeunes des notions de besoins versus désirs et des façons parfois

insidieuses dont la publicité s'adresse aux adolescents. On leur donne aussi des informations concernant leurs droits comme consommateurs et des trucs pour gérer leur budget.

« Les pré-ados sont de plus en plus ciblés par les spécialistes du marketing. Il est donc important de les outiller pour développer leur esprit critique face à tous les incitatifs à la surconsommation. Les ateliers sont très appréciés et les jeunes participent activement aux discussions » indique Kristelle Rivard, intervenante à l'ACEF.

La formation a été très en demande. En 2019, 121 ateliers ont été animés alors que l'objectif était de 80. Deux ateliers

différents sont offerts aux élèves de 5e et 6e années du primaire et un autre à ceux de 1re et 2e secondaire. Ils sont offerts gratuitement jusqu'en janvier 2021 dans les trois commissions scolaires de l'Estrie grâce à la participation de l'Autorité des marchés financiers.

Pour les parents

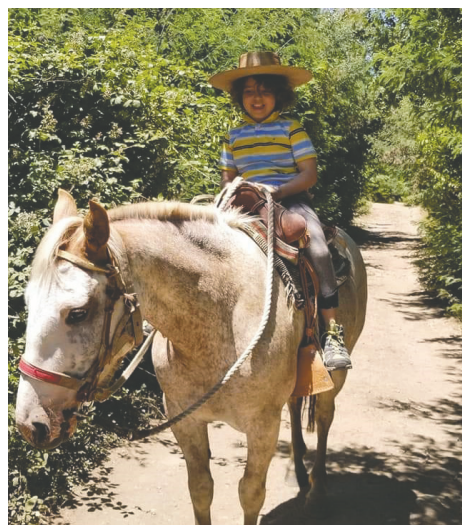
Les études montrent que le rôle des parents dans l'éducation financière de leurs enfants est encore plus important que celui de l'école et des autres intervenants, mais qu'une bonne proportion d'entre eux sont mal à l'aise d'aborder les questions financières avec leurs enfants. Pour donner un coup de pouce aux parents, l'ACEF propose

sa page Facebook « Nos enfants et l'argent ». Elle les invite aussi à participer à des cafés-causerie pour échanger sur les façons de composer avec les nombreux désirs des enfants, les aider à différer leurs désirs et à résister aux pressions sociales. On y discute aussi de thèmes comme l'importance de respecter ses valeurs et sa capacité financière, des défis pour les couples et les familles séparées...

Pour connaître la date du prochain café-causerie dans votre secteur ou pour en organiser une dans votre milieu, vous pouvez communiquer avec l'ACEF Estrie au 819 563-8144 du lundi au jeudi entre 9h et 17h.

Mon voyage chez la *familia*

Eliott, 10 ans, Sherbrooke



Éliott à cheval dans la Cordillère des Andes, avec un chapeau de *huaso*, le cow-boy chilien.

J'ai connu le Journal de rue grâce au camelot qui est au Marché de la gare. C'est là que j'ai découvert la possibilité d'écrire dans le journal. Alors, je vais vous parler de mon voyage au Chili.

Tout a commencé quand ma grand-mère (qui est chilienne) voulait que nous allions au Chili avec elle. Alors, ma mère a réfléchi, réfléchi... et elle a dit OUI! Donc, nous avons commencé les préparatifs, nous étions environ à la mi-octobre.

Maintenant, nous sommes la veille du départ, demain est le grand jour. Toute la famille au Chili nous attend, car ma grand-mère a 5 sœurs et 3 frères! Nous

aussi, au Canada, sommes survoltés, car moi je ne suis allé au Chili qu'une fois quand j'avais 9 mois, et mon frère, Matisse, n'y est jamais allé.

30 Décembre. Nous sommes à l'aéroport de Montréal, nous attendons notre vol... Ah! Nous revoilà! Nous sommes dans l'avion pour 13 heures de vol, c'est long, c'est long. Nous sommes arrivés à l'aéroport de Santiago. De l'avion, nous voyons la Cordillère des Andes.

Je suis arrivé au terminus avec ma Tia Lali (tante Lali), ma grand-mère et la Tia Gabi qui nous avaient attendus. Et devinez quoi? Il y avait une équipe de reporters et nous nous sommes fait interviewer. Je suis allé à la campagne, et puisqu'un de mes grands oncles, le Tio Marcelo, est berger et fermier, je l'ai aidé à emmener les moutons au pâturage. Je ne l'ai pas fait tout seul; il y avait 2 chiens (un chien des Pyrénées et un autre que je ne connais pas).

Je suis allé dans les montagnes où les gens n'habitent pas des maisons, mais des cabanes en bois où il faut chauffer au feu de bois. Ils se déplacent à cheval et tissent leurs couvertures et leurs mantas (une tunique typiquement sud-américaine).

Le Chili est un pays magnifique et j'espère vous avoir montré un peu la splendeur du pays de ma grand-mère.

SI UN CHAT A NEUF VIES, UNE CHAISE PEUT BIEN EN AVOIR DEUX.



★
**REDONNEZ
DE LA VALEUR
AUX OBJETS !**
★

Collecte et vente
d'objets revalorisés

 **EstrieAide**
Une ressource très humaine

Joker

Érick Gauthier

Fameux ennemi de Batman, le Joker est apparu en 1940. À travers la bande dessinée, la série télé et le cinéma, nous avons été introduits à plusieurs facettes du personnage. Ce qui est intéressant, c'est qu'aucune des représentations n'est plus actuelle que celle du film sorti le 4 octobre 2019. Ce film, simplement nommé *Joker*, est la version la plus crue de ce personnage que l'on ait vue à ce jour.

Le réalisateur Todd Phillips nous donne ici un film plus humain, plus sérieux avec très peu d'action. Joaquin Phoenix y incarne le personnage principal et d'autres bons acteurs font une apparition, dont Robert De Niro. Nous suivons l'histoire d'Arthur Fleck, un amuseur public qui prend soin de sa mère malade. Il essaie de devenir un bon humoriste pour subvenir à leurs besoins. Il est évident qu'il recherche de la sécurité et de l'appréciation.

Il consulte aussi un psychiatre pour ses divers problèmes mentaux (dont l'un l'afflige de fous-rires incontrôlables). Il n'est que quelqu'un qui veut voir la lumière. S'enchaînent des événements



Joaquin Phoenix incarne le Joker dans le film de Todd Phillips.

qui commenceront à lui faire douter de sa propre santé mentale. Il essaie de s'agripper à ce qui est bien pour garder espoir.

Arthur regarde l'émission de son animateur de talk-show favori, Murray (De Niro). Il rencontre aussi sa charmante voisine Sophie. Mais à partir de là, sa vie pars en spirale. Battu, confus, ridiculisé et désemparé, il devient de plus en

plus imprévisible et nous assistons à la déchéance d'Arthur.

Le film essaie de refléter la société actuelle et le manque de services pour les personnes qui souffrent autant en dedans qu'en dehors. Même avant sa sortie, les médias étaient en alerte (aux États-Unis). Todd Phillips lui-même a dit qu'il voulait que le spectateur sympathise avec Arthur (le Joker), sans

toutefois pardonner ses actes. Au tout début, son idée n'était même pas de se baser sur le personnage mythique. Il voulait faire l'étude en profondeur d'une personne atteinte de troubles mentaux face à la société. Il avoue avoir « déguisé » son film, en le basant sur un personnage connu pour que cela passe mieux.

Le film est plein de vérités et de sujets chauds actuels, telles que les coupures dans le financement des services d'aide versus les personnes qui veulent vraiment s'en sortir.

Comme le personnage principal dit si bien « Le plus difficile avec les problèmes mentaux, ce sont les personnes qui s'attendent que vous agissiez comme si vous étiez normaux. »

Je suggère ce film à tous pour vous aider à comprendre ce phénomène et être mieux outillés pour faire face à la problématique. Ce film pourrait en effet vous aider à devenir plus empathique et à accepter les gens qui souffrent de problèmes de santé mentale. C'est un film à voir, mais avec une certaine ouverture d'esprit.

Slamer au Tremplin 16-30

Loïc Brurat

Le slam est une poésie orale exprimée en forme libre de trois minutes, maximum, sans accessoire. Originaire des États-Unis autour des années 1985, initié par le poète Marc Kelly Smith, ce mouvement cherche à rendre la poésie accessible à tous plutôt que de la réserver exclusivement aux plaisirs de l'intelligentsia.

La première prestation du *National Poetry Slam* se fait à San Francisco en 1990. Des poètes de ce courant font voyager cette nouvelle forme de poésie à Berlin en 1993 où Wolf Hogeckamp devient le premier *slameur* officiel allemand. Le premier Slam National d'Allemagne se fait en 1997. La France connaît tardivement le slam avec pour figure Grand Corps Malade (2006). La Ligue Slam de France n'est créée officiellement qu'en 2011, soit cinq ans après la première Coupe du monde de slam de poésie (2006).

Un peu de contexte québécois

Au début des années 2000, certains affirment qu'il n'y a pas au Québec, ou très peu, d'opportunités pour mettre en place des soirées de performances littéraires. En 2007, Ivan Bielinsky (Ivy), poète québécois initié au slam à Ottawa, fonde la Ligue Québécoise de Slam (LIQS). Dans la vague de Grand Corps Malade, il publie l'enregistrement de poésies *SLAMÉRICA* en 2008.

La première équipe francophone de slam québécois, Slamonttréal, est fondée en 2006 par Ivy, suivi par d'autres villes; Québec avec SlamCap (2006), Gatineau avec SlamOutaouais (2007), Trois-Rivières avec Slam Mauricie (2008) et plusieurs autres. Par souci d'inclusivité, lesdites performances attirent aussi musiciens, amateurs d'improvisation, poètes et acteurs à se joindre dans une sorte de grande famille multidisciplinaire. Le premier québécois qui remporte la Coupe du monde de slam de poésie est David Goudreault (2011), suivi de Simon Landry (2013) et d'Amélie Prévost (2016).

Un peu de contexte sherbrookois

Le Tremplin 16-30 fait partie des premières salles événementielles de performances littéraires francophones du Québec. Selon Charles Fournier, responsable de la programmation socioculturelle au Tremplin, les soirées de slam sont apparues à Sherbrooke en 2007, avec le soutien à la programmation de Francis Poulin (Frank Poule) et d'Ivy. « Avec les soirées de slam, on veut que le citoyen ait accès à l'art et on désire former une relève », mentionne-t-il. Les membres du jury pour évaluer les performances littéraires proviennent du public. Lesdites soirées se déroulent dans un esprit de compétition amicale. La salle du Tremplin accueille depuis ce temps-là plusieurs poètes, artistes et musiciens : certains déjà connus, d'autres émergents (Kyra Shaughnessy, Geneviève Kiliko, Rachel McCrum, Rassa Faray, Alexandre Cormier et plusieurs autres). Le slam ne fait que grandir à Sherbrooke, qui sort d'ailleurs gagnante de la Ligue Québécoise de Slam de 2019.

Un peu d'actualité

De 2017 à 2019, le Slam du Tremplin collabore avec le projet de Persévérance scolaire et Réussite éducative de l'Estrie (PRÉE). L'objectif dudit programme est d'encourager les jeunes à poursuivre leur cheminement scolaire par l'entremise du slam (une poésie engagée). Cela prend la forme d'un concours tel le *Slam ta motivation* et d'une présentation en direct à l'émission Écoutez l'Estrie (101.1 FM).

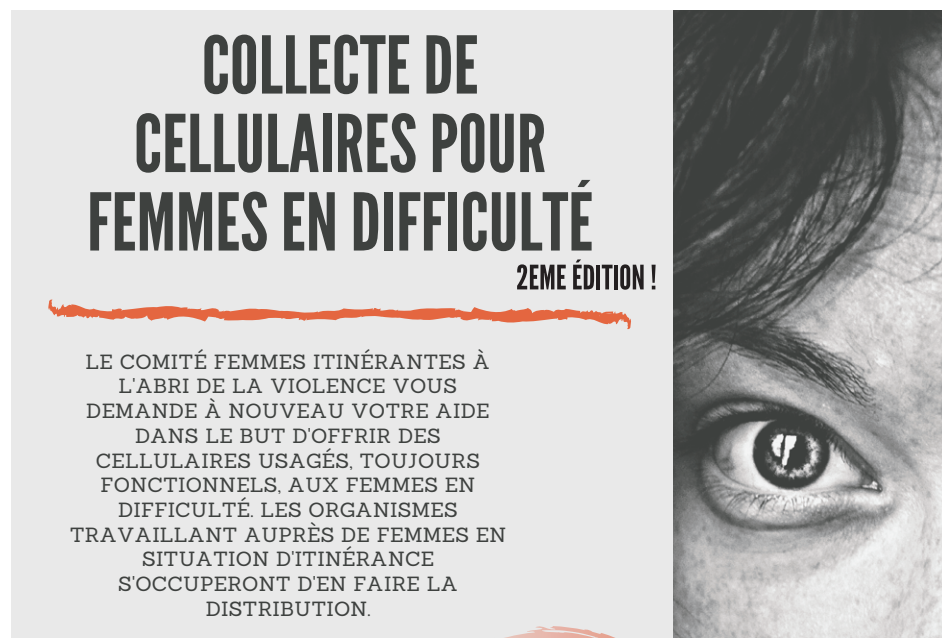
Collectes pour la solidarité envers les femmes

Karine Hamel, coordination comité Femme-itinérante

En février 2016, dans le cadre d'une stratégie régionale visant l'amélioration de l'accessibilité aux ressources et la sécurité des femmes, une communauté de pratique nommée « Femmes itinérantes, à l'abri de la violence » s'est mise en place. Il s'agit d'un lieu d'échange entre les intervenants, les intervenantes, les directions d'organismes en itinérance et les groupes de femmes de la région.

On y aborde des enjeux touchant les femmes vivant une situation d'itinérance ou à risque d'itinérance. Cette communauté permet l'échange de bonnes pratiques entre ceux et celles qui travaillent auprès de cette population: diverses thématiques y sont abordées, telles que les interventions en contexte de violence conjugale, la toxicomanie, l'industrie du sexe et la santé mentale.

Au mois d'avril, deux projets sont lancés, dont un qui consiste à collecter, pour une deuxième année, des produits d'hygiène féminine auprès de plusieurs pharmacies de la région. La distribution des produits



COLLECTE DE CELLULAIRES POUR FEMMES EN DIFFICULTÉ
2ÈME ÉDITION !

LE COMITÉ FEMMES ITINÉRANTES À L'ABRI DE LA VIOLENCE VOUS DEMANDE À NOUVEAU VOTRE AIDE DANS LE BUT D'OFFRIR DES CELLULAIRES USAGÉS, TOUJOURS FONCTIONNELS, AUX FEMMES EN DIFFICULTÉ. LES ORGANISMES TRAVAILLANT AUPRÈS DE FEMMES EN SITUATION D'ITINÉRANCE S'OCCUPERONT D'EN FAIRE LA DISTRIBUTION.

recueillis est ensuite effectuée auprès des femmes itinérantes ou à risque de l'être.

La période des règles est complexe à gérer pour les femmes vivant dans la rue. En plus de l'enjeu financier, il y a peu d'accommodements sanitaires permettant aux femmes de prendre

une douche ou de se changer. Les serviettes hygiéniques, tampons, coupes menstruelles et protège-dessous recueillis seront distribués dans les organismes partenaires, soit le Partage St-François, la Coalition sherbrookoise pour le travail de rue, la maison Le Séjour, la Chaudronnée de l'Estrie et la Coopérative de solidarité

L'autre-toit. Cette année, la collecte portera le nom de « Sang pour sang essentiel ». Les personnes désirant effectuer des dons peuvent le faire dans plusieurs pharmacies de Sherbrooke au cours du mois d'avril. Vous pouvez contacter SOS Grosse Estrie pour plus de détails au 819 822-1181.

Le second projet lancé ce printemps consiste en une collecte de cellulaires usagés. Ceux-ci seront redistribués aux femmes dans la rue, puisqu'un cellulaire, même désactivé, conserve sa fonction d'appel d'urgence. C'est dans cette optique que la collecte annuelle a été lancée, afin d'offrir aux femmes vulnérables, un moyen de contacter les services d'urgence en cas de besoin. Différents points de collectes sont mis en place, notamment au Cégep de Sherbrooke, à l'Université de Sherbrooke et à la boutique TAFI (rue Wellington Nord). Les dons recueillis seront distribués par les organismes partenaires, selon le besoin des femmes. Pour plus d'informations, contactez le projet Catwoman : catwoman@irisestrie.org ou 819 823-6704 poste 221.

Être femme dans le milieu du travail

Sarah Beaudoin, ConcertAction Femmes Estrie

ConcertAction Femmes Estrie (CAFE) organisait sa quatrième activité de partage de savoirs féministes au Baobab - Café de quartier. Cette fois-ci, le thème était « Femme et employabilité ».

L'objectif de cette activité était de créer un espace de collaboration entre experts et expertes féministes des milieux communautaire et académique pour ainsi permettre à ces milieux de se réseauter, mais également de se compléter, comme le font généralement si bien les recherches universitaires et les réalités pratiques du milieu communautaire. Plusieurs représentants et représentantes d'organismes et quelques professeurs et professeuses étaient présents à l'événement. Il y a eu plusieurs échanges intéressants concernant les obstacles et particularités d'emplois que les femmes rencontrent.

La première conférencière était Geneviève Collette, directrice générale du Centre d'intégration au marché de l'emploi. Elle a présenté les obstacles que

les femmes rencontrent généralement en milieu de travail, tout particulièrement dans les domaines d'emploi non traditionnels, tel qu'en génie.

Mme Collette relève que ces milieux de travail sont généralement fermés à l'égard de la main d'œuvre féminine. On y part souvent du principe que les femmes ne s'intéressent pas au génie. Par exemples, des préjugés et de fausses croyances limitatives persistent aussi quant aux capacités des femmes à accomplir les tâches attendues d'une personne travaillant en génie. Plusieurs personnes ont la perception que c'est à la femme de s'adapter à la culture masculine homogène du travail typiquement masculin.

La deuxième conférencière, Ève Langelier, professeure en génie mécanique à l'Université de Sherbrooke et titulaire de la Chaire de recherche pour les femmes en sciences et en génie au Québec, a raconté son parcours en tant que femme occupant un métier non traditionnel. Elle se dit plutôt

chanceuse dans son parcours, puisqu'elle s'est toujours sentie incluse en génie, bien qu'elle soit toutefois consciente des inégalités basées sur le genre en sciences, ainsi que du bas pourcentage de femmes étudiant en génie. Ce pourcentage a augmenté de 10 % lorsqu'elle était elle-même aux études, et a grimpé à 14 % ces dernières années. Elle a pu profiter du mentorat de personnes qui comprenaient sa réalité de mère lorsqu'elle est tombée enceinte de son premier enfant, pendant ses études, mais constate tout de même que le milieu des sciences n'est pas particulièrement adapté pour les besoins des femmes souhaitant concilier famille-travail-études.

François Courcy, professeur en psychologie organisationnelle à l'Université de Sherbrooke, a conclu la conférence en discutant des impacts que les obstacles vécus par les femmes sur le milieu du travail ont sur leur niveau de stress chronique, ainsi que de potentielles solutions. Parmi les stratégies ciblées, l'une serait que les personnes responsables des ressources humaines

en entreprise formulent clairement les responsabilités des travailleuses tout en encourageant l'autonomie décisionnelle. Une autre stratégie serait qu'il y ait des mesures pour les soutenir quand elles sont en souffrance et pour favoriser l'habilitation psychologique.

M. Courcy prône qu'en tant qu'employeur ou employeuse, il faut donner soi-même l'exemple en adoptant un comportement respectueux et exemplaire au niveau de la reconnaissance équitable des contributions des travailleurs et travailleuses. Il souligne qu'il est aussi important de reconnaître les contributions de ceux et celles qui appliquent de telles mesures au sein de leur entreprise.

La prochaine activité organisée par CAFE aura lieu très bientôt. Elle sera annoncée sur leur page Facebook ainsi que dans leur bulletin électronique, l'info-CAFE, auquel vous pouvez vous abonner en écrivant à info@concertactionfemmesestrie.org.

Trump, un émule de Hobbes!

Jacques Quintin, philosophe

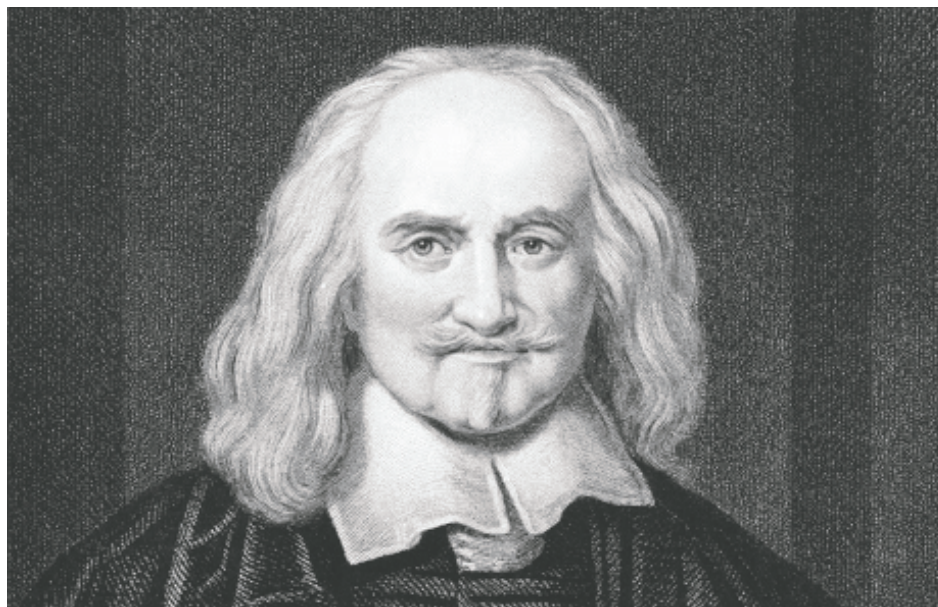
Pouvons-nous penser que Donald Trump s'inspire du philosophe Thomas Hobbes (1588-1679), si nous examinons ses manières d'agir? Depuis son élection en 2016, Trump ne cesse de nous interpeller en heurtant notre sensibilité fondée sur le désir de la conciliation en tenant compte de la pluralité des perspectives. Ce faisant, nous le jugeons sévèrement et nous ne le comprenons pas ou très peu selon nos propres valeurs. Pourtant, il est possible de voir en Trump l'incarnation d'une pensée politique, si nous dégageons la culture qui organise sa manière de penser et d'agir.

Dans ce cas, nous pouvons affirmer qu'il représente très bien l'esprit des Anglais depuis que le philosophe Hobbes fonde la société sur l'établissement d'un contrat en faveur de la défense des intérêts supérieurs de chacun. Si nous poursuivons la pensée de Hobbes, il est permis de croire que tout contrat, qui fonde un accord, n'est qu'une convention. Dès qu'un contrat n'est pas à notre avantage, rien ne nous empêche de le résilier.

Il convient de rappeler que la visée d'un contrat consiste à établir la paix pour remédier à la guerre de tous contre tous, qui génère du même coup la peur. Trump l'a bien compris. Il en a fait sa stratégie qui consiste à détruire les accords du passé et à replonger ses interlocuteurs dans un état de grande tension, de peur et d'instabilité, ce que Hobbes appelle l'état de nature. En rendant ses interlocuteurs vulnérables, il peut imposer ses propres règles du jeu.

Tout cela commence par des menaces, qui suscitent la peur, pour contraindre les partenaires à signer un accord avec l'objectif d'obtenir un rééquilibrage de la balance commerciale.

C'est dans le même esprit qu'il ne cesse d'éliminer, les uns après les autres, les règles qui visent à protéger l'environnement. Il favorise le développement sauvage en faveur des biens nantis qui se comportent comme



Thomas Hobbes est un philosophe anglais du début du XVII^e siècle. Il croit en la théorie du contrat, une philosophie politique expliquant que l'origine de la société et de l'État est un contrat entre les humains pour assurer leur sécurité par l'imposition de lois, en échange d'une certaine limitation de leur liberté. Selon Hobbes, l'homme est un être naturellement fondé de craintes et de désirs et que, pour sortir de son état primitif et devenir civilisé, il doit être guidé par la raison. Il défend la place des souverains dans la société pour permettre le passage de l'état de nature à l'état civil.

des prédateurs, oubliant, du même coup, le fondement de la vie politique: rendre possible une vie commune, sécuritaire et équitable en établissant un dialogue avec les partenaires.

Trump, en rétablissant les conditions de la vie sauvage, représente une menace à la démocratie. Nous pouvons dire qu'il désire être le seul maître à bord, de sorte qu'il n'a pas besoin de consulter, car ses convictions lui donnent la garantie nécessaire pour décider. Dans le cas contraire, ce serait s'abaisser à l'altérité. Négocier signifie écraser toute forme d'opposition. C'est le principe du football!

Ces convictions sont si fortes qu'il n'y a pas de place pour le doute, seulement pour le mépris. Il est un bon exemple de ce qu'est un homme qui n'a pas été éduqué à la pensée réflexive, lui qui se vante de ne jamais ouvrir un livre.

Certes, cela n'explique en rien l'engouement de certains américains pour leur président, mais permet de comprendre pourquoi sa présence à la présidence n'est pas dénuée de sens pour plusieurs d'entre eux.

Soyez visibles et socialement responsables

Associez votre entreprise à une cause sociale et démontrez à votre clientèle votre implication en achetant une publicité dans le Journal de rue de l'Estrie.

Communiquez avec Karine Therrien au 819 348-0086
karine.therrien@blogderue.ca

Nos tarifs sont des plus concurrentiels et nos forfaits abordables conviennent à tous les budgets.

Vous gérez un organisme à but non lucratif? Profitez des rabais exceptionnels offerts aux OSBL!

PROJET C
Accompagnement et soutien
Hépatite C

 (873) 200-5707

 WWW.PROJETC.ORG

Adieu les sacs d'emplettes à usage unique!

Karine Therrien

Le Jour de la Terre est souligné en grand cette année, car le 22 avril, on déclare la guerre aux sacs d'emplettes à usage unique dans tous les commerces sherbrookoïses. De fait, le conseil municipal de la Ville de Sherbrooke interdit dorénavant leur distribution aux caisses. Cette initiative constitue l'introduction de la Stratégie de réduction des articles à usage unique, un projet en collaboration avec Commerce Sherbrooke et en concertation avec les autres parties prenantes concernées.

Si plusieurs personnes ont déjà l'habitude d'employer des sacs réutilisables pour faire leurs courses, encore trop d'entre elles ont tendance à les oublier à la maison ou dans la voiture. Selon les propos de M. Steve Lussier, maire de Sherbrooke, plus d'un milliard de sacs d'emplettes en plastique à usage unique sont utilisés chaque année au Québec. De ce nombre, peu se retrouvent dans le bac de récupération et contribuent ainsi à une importante empreinte écologique de la population. En interdisant l'accès



En raison de la pandémie de la COVID-19, la Ville de Sherbrooke reporte à une date indéterminée la mise en œuvre de son nouveau règlement interdisant l'utilisation de certains sacs d'emplettes à usage unique dans les commerces. Le nouveau règlement entre en vigueur le 22 avril, mais l'application des obligations (pénalité) est reportée à une date ultérieure.

à ces sacs aux caisses des commerçants, on facilitera ainsi l'intégration de bonnes habitudes.

Cette interdiction vise non seulement les sacs d'emplettes en plastique issus du pétrole, mais aussi les divers sacs dits

biodégradables et oxodégradables ainsi que les sacs compostables actuellement utilisés par environ 1500 commerces. De fait, même s'ils sont plus écologiques, les sacs de ces dernières catégories englobent des matières qui nécessitent un traitement, ce qui n'est pas sans répercussions environnementales. Toutefois, comme l'exception confirme la règle, certains sacs sont exclus du règlement. On fait référence, entre autres, aux sacs de papier, aux sacs d'emballage utilisés pour des articles en vrac et aux sacs réutilisables.

Le cycle de vie très court des articles à usage unique est inquiétant. Ainsi, les gobelets, les ustensiles en plastique, les contenants en mousse de polystyrène et les autres articles « pour emporter » représentent un véritable problème environnemental. En s'affairant à réduire leur utilisation, la Stratégie de la Ville de Sherbrooke contribuera grandement à la préservation des ressources et à la protection de l'environnement, un geste naturel pour une planète à usages multiples.

JEUNE ET INSPIRÉ?

Le journal de rue offre la chance aux jeunes de moins de 18 ans d'être publiés dans un journal.

Dans la page jeunesse, ton opinion, ça nous intéresse!

Ton texte doit avoir un maximum de 400 mots.

Envoie-le nous par courriel, et n'oublie pas d'inclure ton nom, ton âge et ton école.
production@blogderue.ca

Poésie, reportage ou anecdote, nous acceptons tout!

Parle-nous de ta vision de Sherbrooke ou de tout autre sujet qui t'intéresse dans tes mots.

Les meilleurs textes seront sélectionnés et publiés.

AIE LA PLUME SUR LE CŒUR

Journal de rue de l'Estrie

819-348-0086
470 rue Bowen Sud, Sherbrooke
(Au 2^e étage de La Chaudronnée de l'Estrie.)

Journal de rue de l'Estrie

Emmanuelle Boone - Lesly Morroy - Mermoukia Nock - Mathilde Cossente-Roberge - élèves du Séminaire de Sherbrooke - Mars 2018 ©

WORLD HEPATITIS DAY

NOhep

IRIS ESTRIE

DÉPISTEZ pour NOhep...

95 % des personnes atteintes de l'hépatite virale ne le savent pas

Rejoignez NOhep... pour augmenter les dépistages parmi les populations à risque

NOhep.org

#NOhep

Porter l'étiquette d'artiste ou la créer ? Frédéric, un artiste sorti de l'oubli

Jan-L. Munk

Se faire tatouer l'étiquette d'artiste sur le front et produire de l'art, est-ce que cela s'équivaut? Tout cela pour devenir quelqu'un ou pour être reconnu? La chanson « Le blues du businessman », écrite par Nicole Croisille et popularisée par Claude Dubois, nous enseigne drôlement que convoiter ce que l'on n'a pas ne nous rend pas nécessairement plus heureux.

Louis-Gilles Doyon (1938-1993), une personnalité de la région et un artiste flamboyant mieux connu sous le nom de Frédéric, a su, lui, se faire reconnaître comme artiste et s'actualiser dans un cheminement bien à lui et hors du commun.

Au Centre d'archives Mgr-Antoine-Racine de Sherbrooke, dont l'entrée est gratuite, il n'y a pas que l'expression extravagante du personnage qui est mise en valeur, mais tout son parcours de vie. Ce que l'exposition met en valeur, c'est que la démarche



Frédéric, *La voie lactée*, acrylique sur bois, 1973

vaut peut-être autant, sinon plus, que la finalité.

Il demeure difficile de comprendre ce qui a poussé cet artiste à cheminer dans tant de modes d'expression artistiques ou personnels, se vêtant parfois de vêtements religieux ou

encore d'habits surréalistes et arborant une moustache digne de Salvador Dali! En effet, on possède très peu d'information sur ses motivations, et les explications tant sur son parcours et sur les œuvres qu'il a produites sont rares.

Ses dessins d'enfant, dont « Femme et enfant de soldat » et « Femme au chandelier », réalisés respectivement à l'âge de 6 et 10 ans, rivalisaient déjà de talent avec des œuvres d'adultes. On sait qu'il a quitté la formation religieuse pour compléter une formation artistique au niveau universitaire. Et plus tard, il semble qu'une formation éclectique l'aura préparé à non seulement œuvrer dans le monde des arts visuels, mais aussi à la radio, en musique et dans le textile.

La réputation de Frédéric s'est faite en art religieux (son dernier projet aura été de peindre des tableaux pour une chapelle à Sainte-Anne-de-Beaupré), mais il a également touché à l'art non-figuratif en explorant différents médiums comme la sculpture, la peinture, la performance et le textile. Comme quoi, se conformer au moule n'est pas nécessaire pour se réaliser.

Art-thérapie, atelier gratuit au Musée des beaux-arts

Nancy Mongeau



Emmanuelle Meunier est l'art-thérapeute invitée des ateliers de la Ruche du Musée des beaux-arts de Sherbrooke.

Emboitant le pas du Musée des beaux-arts (MBA) de Montréal, le MBA de Sherbrooke est le deuxième à implanter dans un musée du Québec une Ruche d'art. Depuis octobre dernier cette nouvelle activité d'art-thérapie est offerte gratuitement le premier dimanche du mois, à 13h.

Le concept de Ruche d'art a été mis sur pied par Dr. Janis Timm-Bottos, art thérapeute, avec pour objectif de créer des solidarités autour de l'art. Il s'agit d'un atelier libre et ouvert à tous, où chacun est accueilli en tant qu'artiste quel qu'il soit. La Ruche d'art est un espace de bien-être, de rencontre, et d'inclusion. Une grande quantité et une grande variété de matériel créatif est mis à disposition, favorisant l'économie du don et du partage. Il n'y a pas d'instruction, les

expériences autonomes de créativité, d'apprentissage et de partage de savoir-faire sont encouragées. Chaque individu qui se sent interpellé est le bienvenu.

Au Musée des beaux-arts de Sherbrooke, la Ruche d'art est ouverte tous les premiers dimanches du mois, de 13 h à 16 h dans l'atelier du Musée, soit les 5 avril et 3 mai. Elle prendra une pause cet été, mais sera de retour dès septembre. L'accès à la Ruche d'art et au Musée est totalement gratuit les premiers dimanches du mois. Aucune inscription n'est prise à l'avance : premier arrivé, premier servi!

L'art-thérapeute invitée

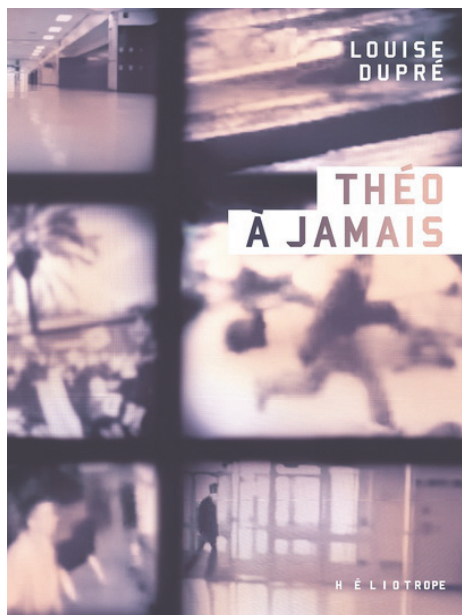
Emmanuelle Meunier est l'accompagnante de la ruche d'art du Musée. Elle est diplômée en art-thérapie et

pratique le métier d'art-thérapeute auprès de clientèles diversifiées. Plus récemment, sa pratique de l'art-thérapie s'est développée auprès des femmes qui fréquentent le centre La Parolière à Sherbrooke, où elle travaille depuis 2017. Passionnée de l'expression par l'art et de ses bienfaits sur la santé, son approche humaniste l'amène à s'intéresser au mouvement des ruches d'art. Elle étudie l'approche non-interventionniste de l'art-thérapie auprès de la fondatrice des Ruches d'art. C'est donc naturellement qu'elle a implanté la Ruche d'art l'automne dernier au Musée des beaux-arts de Sherbrooke.

Pour en savoir plus sur le concept et le réseau des ruches d'art consulter le site lesruchesdart.org.

Pourquoi Théo

Pierrette Denault



Théo à jamais, de Louise Dupré
HélioTropé, 2020, 234 pages

Louise Dupré a une feuille de route longue comme le fleuve. Elle est à la fois romancière, poète et dramaturge. Après avoir fait des études supérieures à l'Université de Sherbrooke et à l'Université de Montréal, elle a enseigné au CEGEP de Thetford Mines et à l'Université du Québec à

Montréal. Elle est une fidèle abonnée du Metropolis bleu.

Son œuvre est vaste et remarquable. Elle a publié de recueils de poésie, des nouvelles, des pièces de théâtre et des essais et, à ce jour, quatre romans. Sa carrière est jalonnée de prix prestigieux: le Prix des écrivains francophones d'Amérique, le Prix du Gouverneur général et le Prix Ringuet. Louise Dupré est native de Sherbrooke.

Théo à jamais

Le roman *Théo à jamais* raconte une lourde tragédie qui fend en deux la vie d'une famille ordinaire. Il y aura toujours ce point de bascule, un « avant » et un « après » le bouleversement provoqué par le geste ultime de Théo. Au fil du récit, le lecteur sera témoin des répercussions de cette catastrophe sur la famille toute entière. Comment réagiront son père, sa sœur Elsa et Béatrice, sa belle-mère? Le roman aurait pu avoir comme titre *Pourquoi Théo*. C'est ce que s'applique à chercher Béatrice, la narratrice, lorsqu'elle se donne comme mandat de fouiller le passé familial. Mais trouvera-t-elle des réponses à ses questions?

L'histoire

Le récit est divisé en deux temps. La première partie du roman se déroule en Floride où, appelée par les autorités américaines, Béatrice (belle-mère de Théo) accourt de toute urgence au chevet de son mari et de Théo tous deux hospitalisés. Théo a commis l'irréparable. Pourquoi? Comment n'a-t-on rien vu venir de la violence qui l'habite comme celle que l'on soupçonne chez les tueurs de masse aux États-Unis ou ailleurs dans le monde? De retour au Québec, le questionnement s'intensifie. On fouille la chambre et l'ordinateur de Théo, on interroge son entourage. Il doit bien y avoir un sens à cette tragédie ...

Les questions de l'autrice

La lecture de ce roman nous amène à nous questionner sur nos propres valeurs. Comme Dupré, on interroge le monde dans lequel nous vivons. Quelle part du Mal habite en chacun de nous? Se connaît-on vraiment ... Louise Dupré, cette fois encore, oblige le lecteur à descendre dans la profondeur des mots. À jamais.

Vous aimez la lecture ?

Partagez votre dernier coup de coeur avec le lectorat du Journal de rue !

Envoyez-nous un commentaire de lecture d'un maximum de 450 mots avec l'illustration de la page couverture du livre par courriel à : production@blogderue.ca .

Nous priorisons les textes mettant en vedette les oeuvres des auteurs et autrices de chez nous afin de promouvoir la culture québécoise.

Se laisser transformer par ses personnages

Jan-L. Munk



Micheline Duff vient nous rendre visite à la Bibliothèque Estelle-Bureau de Compton le 21 mai, si la situation le permet.

Photo par Martine Doyon

Ce qui m'a fasciné chez l'écrivaine Micheline Duff, c'est sa façon de posséder ses personnages. Mais ce

qu'il faut savoir, c'est qu'elle a eu un parcours qui lui a permis de le faire.

J'ai longtemps envié les écrivains, croyant leur talent simplement inné. J'ai lu des auteurs classiques pour finalement m'ouvrir à des textes plus populaires. J'ai même découvert que le premier roman psychologique canadien français, intitulé *Angéline de Montbrun*, a été écrit en 1882 par une femme, Félicité Angers dite Laure Conan... oui, elle!

Revenons à notre autrice, Micheline Duff. En février dernier, je vois l'annonce de la publication de son 24e roman en vingt ans, « *Vivre enfin* », chez Québec Amérique. Le personnage principal porte un bagage d'enfance lourd et se retrouve en situation d'itinérance. Un sujet qui me touche; j'ai envie de la rencontrer pour qu'elle m'en parle davantage.

J'ai le souvenir de ma première rencontre avec elle en 2016. De son sourire lorsqu'elle parlait de ses personnages

dans « *Mon grand* » (2003) et « *Mon cri pour toi* » (2008); pas un sourire charmeur, mais un qui sortait droit du cœur. Et oui, j'ose lui écrire. Elle me répond qu'elle est prête à me rencontrer dans un restaurant de camionneurs à Ange-Gardien. On parle de ses livres, de son écriture et même de nos parcours de vie.

Formée en technologie médicale, elle travaille dans le domaine avant de quitter sa profession pour élever ses quatre enfants et enseigner le piano. Sa pratique d'écriture durant cette période? Une sorte de journal des enfants, 32 albums de scrapbooking, des anecdotes, des poèmes.

Et un jour, lors d'un cours de piano, c'est la rencontre d'un prisonnier, c'est une correspondance qui mènera à créer un personnage. Une autre fois, lors de son rôle de Mère Noël au centre-ville de Montréal, elle rencontre Simon. Simon... Lorsqu'elle prononce ce nom,

je vois dans les yeux de Micheline Duff une étincelle sortie droit du cœur.

Certes, Micheline Duff a le souci de l'histoire, mais encore davantage de la personne. Elle fait de Simon un personnage fictif, mais bon, c'est toujours lui. Son écriture est uniforme, même dans les dialogues; mais l'esprit des échanges n'en est pas moins palpable.

Dans la vie, Micheline Duff a été témoin de la souffrance silencieuse, mais cela ne l'a pas empêchée d'espérer. Selon elle, nos souffrances sont un peu comme les orages et finissent toujours par cesser... à moins qu'on s'y accroche. Et nos souffrances nous rendent plus sensibles à celles des autres. Sans ces expériences de vie, on peut se demander quel type de personne nous serions.

Si l'écrivaine s'est laissée toucher par les personnes qui lui ont inspiré son récit, elle a aussi transformé des âmes autour d'elle.

Un jour d'éternité

Bernard Couture, camelot-poète

Toute ville a son histoire et ses secrets
Ses quartiers anciens qui incarnent ses hiers
Ses résidents qui ont façonné l'essor de leur ville
Des monuments commémoratifs relatant le passé
Ses énigmes qui nous laissent croire à sa légende ou ses légendes

Une fontaine à souhait où l'on formule nos vœux en catimini
Les lieux clandestins des amoureux, un endroit romantique
La vie citadine idéalisée par ses escaliers fantômes
À contre temps, il y a de ces villes qui se meurent
La pérennité d'une ville ou son cadenas à mystères.

Une grande étendue désertique, une ville sans âme
Les silences oubliés des anciens morts depuis des générations
Des générations d'enfants déçus par des promesses oubliées
Des familles blessées dans leur dignité, impuissantes devant l'adversité

Le malheur nous guette, prêt à bondir comme un chat errant
Il y a des errances que l'on aimerait ignorer
Un regard aux yeux ennuyeux qui nous marginalise
Le silence est apaisant lorsque les mots sont inutiles.

T'es capable d'allaiter

Cindy, une maman passionnée

Avec l'arrivée de mon nouveau-né
Je suis capable d'allaiter!

Au début, ce n'est pas facile
Complètement épuisée et avec les jours qui filent,
Mais, je suis capable d'allaiter!

Pendant les jours et nuits où je me sens dans le noir,
Une petite voix me dit de ne jamais perdre l'espoir.
Tu es capable d'allaiter!

J'en avais si hâte,
Que, pour le bébé, je suis allée voir un ostéopathe.
Des expertes d'allaitement
M'ont donné des trucs et encouragements
Dont je suis reconnaissante, vraiment!
Je suis capable d'allaiter!

Aujourd'hui, je donne du lait maternel,
Pas juste comme façon alimentaire, mais aussi sensorielle.
Bye biberon, bye tire-lait, bye tuyau de Dal, bye bye la vaisselle!
J'allaiter!

Surtout ces temps-ci,
L'air plein de virus et bactéries,
J'ai choisi pour mon nourrisson
De lui donner une bonne protection
Et ça, ça prend une bonne détermination!

Alors,
Je donne mes anticorps.
Et je sais, toi aussi, t'es capable d'allaiter!

Finaliste du prix Coup de coeur du Journal de rue
Sherbrooke prend la parole, édition 2020

Un wagon de retard comme train de vie

Méta Mo

Le temps passe comme un cours d'eau défile
Le corps et l'âme s'effacent,
Une mécanique se profile
Un pantin articulé,
Une pendule bien réglée
Tic tac, tic tac
Vite presse le pas,
Entre dans la danse
Que la société t'a chorégraphiée
Pour à contre-courant... Ralentir
Me laisser bercer par le ruissellement de la vie
Contempler sa beauté, son énergie
Me reconnecter au souffle du vent
Écouter ma boussole interne,
Suivre mon odomètre personnel
A côté de la track,
Une rame de décalage
Retrouver ma cadence
Flirter avec mes zones spatio-temporelles
Naviguer dans mes eaux troubles
Raccrocher mes wagons
Te jouer des tours de passe-passe
Te perdre pour mieux te retrouver
Te polir, te piloter, ne plus te tuer
Car tu es mon temps
Un wagon de retard comme train de vie
La lenteur comme moteur
Aligner sur mes rames, ma propre trame
Le temps passe comme un cours d'eau défile
La vie ne tient qu'à un fil

La générosité

René Guillemette, artiste-peintre

La générosité
Ça nous permet de donner
Pour être heureux
Soyons généreux

La générosité
C'est partager
Avec ceux qui sont dans le besoin
C'est notre façon d'en prendre soin.

La générosité
C'est savoir aider
Supporter notre prochain
J'aurai peut-être besoin d'aide
demain.

La générosité
On doit la pratiquer
Ça nous reviendra toujours
Quand on en aura besoin un jour.

Carboneutre : une histoire d'amour avec la nature

Lucie Levasseur, pour Basta communications

Il était une fois, dans une petite ville nichée au creux des vallons estriens, un duo père-fils qui rêvait d'agir concrètement pour la planète. Entre Laurier Busque, professeur retraité et son fils Nicolas, enseignant en sciences, naquit une idée magnifique: compenser les émissions de gaz à effet de serre (GES) produites par l'École secondaire de l'Odysée à Valcourt. Et cette entreprise allait avoir un autre effet bénéfique, celui de transmettre aux jeunes des valeurs de protection de l'environnement.

Plus d'une décennie plus tard, le projet Carboneutre pousse et fleurit toujours. On peut même dire qu'un vent d'engouement le propage au-delà des limites de sa région d'origine...

Enracinement et croissance d'un rêve

L'aventure débute en 2008 par la production de petits chênes destinés à être plantés en nature. Cette démarche, reconduite chaque année depuis, vise non seulement le captage du carbone émis par l'école, mais également la restauration des feuillus nobles dans nos forêts. Du gland semé en pépinière à l'arbre en pleine terre, tout le processus est confié aux élèves des classes de sciences et technologies de Nicolas Busque.

5 000 arbres plus tard et grâce à la participation de 760 adolescents,



Sortie de canot du groupe Écopleinair

l'épopée continue toujours et comporte désormais plusieurs autres volets.

De la compensation à la réduction

Non seulement Nicolas et ses étudiants désirent compenser les émissions de carbone dont ils sont responsables, mais ils s'affairent aussi à diminuer leur production de GES à la source. Par exemple, les jeunes et le personnel de l'Odysée décrètent des journées où aucune électricité n'est utilisée dans l'établissement d'enseignement. De plus, les élèves compostent, apprennent à jardiner et organisent une grande activité de troc qui leur évite d'acheter des cadeaux de Noël.



Alimentation en plein air à l'École secondaire de l'Odysée, à Valcourt.

Mais leur plus grande fierté reste sans doute le « mur solaire ». Installé en 2016, ce gigantesque panneau attaché au mur extérieur du gymnase constitue un système de préchauffage de l'air par le soleil. Il contribue à diminuer grandement la consommation d'électricité utilisée pour le chauffage du bâtiment et permet chaque année d'éviter l'émission de trois à quatre tonnes de GES.

Pour que germe la conscience

Quand on discute avec Nicolas Busque, on sent bien qu'au-delà de diminuer l'empreinte environnementale de son école, il désire surtout sensibiliser et éduquer les jeunes et les gens de sa collectivité. Il veut leur transmettre la conviction qu'il est possible d'entreprendre, dès maintenant, plusieurs actions pour renverser la crise environnementale.

Le prof visionnaire affirme qu'il est impératif de former des écocitoyens, c'est-à-dire des personnes attentives, renseignées et actives. C'est donc pour cela qu'il prend très au sérieux son rôle d'éducateur à l'environnement : « c'est notre responsabilité en tant qu'adultes d'accompagner les jeunes, de les écouter, de les outiller. Ils veulent agir mais ne savent pas toujours quoi faire. Nous avons vraiment un devoir moral envers eux. »

Ensemble on va plus loin

L'éducation à l'écocitoyenneté passe certainement aussi par un peu de mobilisation collective pour faire

pression auprès des élus... Ainsi, l'an dernier, M. Busque a épaulé ses étudiants dans la préparation d'un manifeste que ces derniers ont présenté au conseil municipal de leur ville. On y retrouvait, entre autres, des revendications qui reflètent leurs inquiétudes face à l'utilisation des plastiques à usage unique. On y parlait aussi de l'urgence d'une transition énergétique.

On protège ce qu'on connaît

Nicolas Busque mentionne qu'il faut d'abord aller jouer dehors et connecter avec la nature pour ensuite vouloir la protéger. Notant que ses étudiants présentaient des symptômes de « déficit de nature », l'enseignant a récemment instauré le programme Écopleinair à l'Odysée.

Ce nouveau cours de 5e secondaire sort les adolescents des classes et les place en contact étroit avec l'environnement. Il comporte des activités extérieures allant du canotage au ski de fond, en passant par l'étude des sols et la cuisine en plein air. Les jeunes y développent une passion et un enthousiasme pour le milieu naturel qui les suivront toute leur vie!

Répandre les semences du changement

Le plus important pour Nicolas et son équipe, c'est que tous leurs efforts motivent d'autres communautés à agir. Plusieurs écoles de la province se sont d'ailleurs déjà inspirées du projet Carboneutre pour diminuer leur impact écologique, notamment à Rigaud, Acton-Vale, Montréal, Windsor, Magog et Lévis.

Mais le rêve ultime de l'instigateur du projet est de convaincre notre gouvernement que l'écocitoyenneté devrait faire partie intégrale du programme scolaire, du primaire au secondaire. « Il faut revoir ce qu'il est important d'enseigner aux élèves. Et c'est de l'action dont les jeunes ont besoin, pas seulement d'apprendre dans les livres. »

Selon Nicolas, l'apprentissage du jardinage pourrait bien un jour primer sur la mémorisation du tableau périodique des éléments dans nos écoles. Du moins, c'est ce qu'il espère!

Une partie de dards? Non merci!

Martin Beaudry, président de Solution Cimex

Les chroniques de l'espace *Partenaire d'affaires* sont commanditées par des entreprises soigneusement sélectionnées par le Journal de rue de l'Estrie pour leur désir de contribuer à la lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale.

Insectes pollinisateurs, les guêpes jouent un rôle clé au sein du règne végétal. Cependant, malgré leur utilité indéniable dans la nature, mieux vaut s'en méfier pour éviter leur piqûre. Et si elles nous importunent, il est de mise de s'en débarrasser de façon sécuritaire.

Qu'il s'agisse de guêpes de terre, de guêpes nidifiant dans les airs ou d'abeilles, il faut être vigilant avant d'intervenir près de leur nid, car elles n'hésiteront pas à piquer pour défendre leur colonie. De plus, à l'opposé des abeilles, les guêpes survivent après avoir utilisé leur aiguillon, une arme venimeuse dont elles peuvent se servir maintes fois.

Avoir la piqûre

En plus d'être douloureuses, les piqûres de guêpes peuvent engendrer diverses réactions. Si certaines personnes les tolèrent plutôt bien, d'autres peuvent présenter de graves réactions allergiques, voire un choc anaphylactique pouvant s'avérer fatal. Dans le deuxième cas, il est primordial de se faire prescrire un stylo injecteur et de le porter avec soi en tout temps. Si vous éprouvez de l'essoufflement, de l'enflure anormale, des démangeaisons, des étourdissements ou d'autres symptômes anormaux après vous être fait piquer, consultez votre médecin en urgence.

À l'attaque!

La nourriture, surtout les aliments sucrés ou protéinés, attire les guêpes. Par conséquent, évitez d'en laisser traîner à l'extérieur et assurez-vous que vos ordures soient ensachées hermétiquement. Si vous prenez un repas en plein air, tenez autant que possible les aliments et les breuvages couverts.

Si la prévention est insuffisante, il est possible de se débarrasser des guêpes ou, du moins, de les éloigner. Parmi



Grâce à ses mandibules puissantes et aiguës, la guêpe laboure la terre pour l'ameublir alors que de ses pattes antérieures munies de brosses déblayent le sable pour y creuser son nid souterrain. Faites attention aux nids de terre, car ils sont presque invisibles!

les moyens utilisés : le **piège à guêpes**. Constitué de formes, de couleurs et d'appâts, il attire les guêpes et les emprisonne. Bien entendu, on doit l'installer loin des espaces fréquentés et hors de la portée des enfants.

D'autre part, si vous devez procéder à l'élimination d'un nid de guêpes ou travailler à proximité de l'un d'eux, portez des vêtements longs ainsi qu'un filet protecteur. Veillez également à sécuriser les lieux et évitez les mouvements brusques ou trop rapides qui pourraient provoquer une attaque.

Sachant que les nids aériens n'ont qu'une seule entrée située au bas, obturez-la à l'aide d'un sac de plastique, puis sectionnez l'attache du nid par le haut. Exécutez cette opération la nuit, période où les guêpes sont moins actives. Quant aux guêpes de terre, l'intervention est encore plus délicate à effectuer, car leur nid a souvent plusieurs points d'entrée et de sortie.



Un nid aérien peut abriter 5000 guêpes.

pour les manipuler. Comme il s'agit de produits toxiques potentiellement dangereux pour la santé humaine et pour l'environnement, on devrait toujours envisager cette option en dernier recours.

Gardez à l'esprit qu'un nid aérien peut abriter jusqu'à 5000 guêpes. Leur manipulation comporte donc des risques importants. Si le nid ne menace la santé de personne, laissez-le sur place jusqu'à ce que les guêpes le désertent à l'automne; vous éviterez sans doute d'être la cible d'une partie de dards des plus désagréables...

Parfois, l'utilisation **d'insecticides homologués** pour le traitement des guêpes est nécessaire. Pour ce faire, suivez à la lettre les instructions concernant la préparation, l'application ainsi que le port de vêtements de protection requis



Pouvez-vous différencier l'abeille, la guêpe et le bourdon ? Réponse à la page 23.

FIER PARTENAIRE DU JOURNAL DE RUE

SOLUTION CIMEX

Unis contre les punaises de lit et autres parasites.

PUNAISES DE LIT OU AUTRES PARASITES À LA MAISON, PAS DE PANIQUE, ON S'OCCUPE DE VOUS !

TRAITEMENT À LA VAPEUR TRAITEMENT PAR CONGÉLATION DÉTECTION CANINE TRAITEMENT THERMIQUE

PROTOCOLE D'INTERVENTION SÉCURITAIRE
PRODUITS APPROUVÉS ET HOMOLOGUÉS
TECHNICIENS QUALIFIÉS

ARAIGNÉES + BLATTES + FOURMIS
PUNAISES DE LIT + PERCE-OREILLES + GUÊPES
SOURIS + RATS + RATONS LAVEURS
MOUFETTES + ÉCUREUILS + AUTRES

FOURNISSEUR MEMBRE RPHI FOURNISSEUR MEMBRE APO FIER MEMBRE Association Québécoise de la Gestion Parasitaire PERMIS ÉMIS PAR LE MINISTÈRE DU DÉVELOPPEMENT DURABLE, DE L'ENVIRONNEMENT ET DE LA LUTTE CONTRE LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES

SHERBROOKE **819 200-5332** WWW.SOLUTIONCIMEX.COM

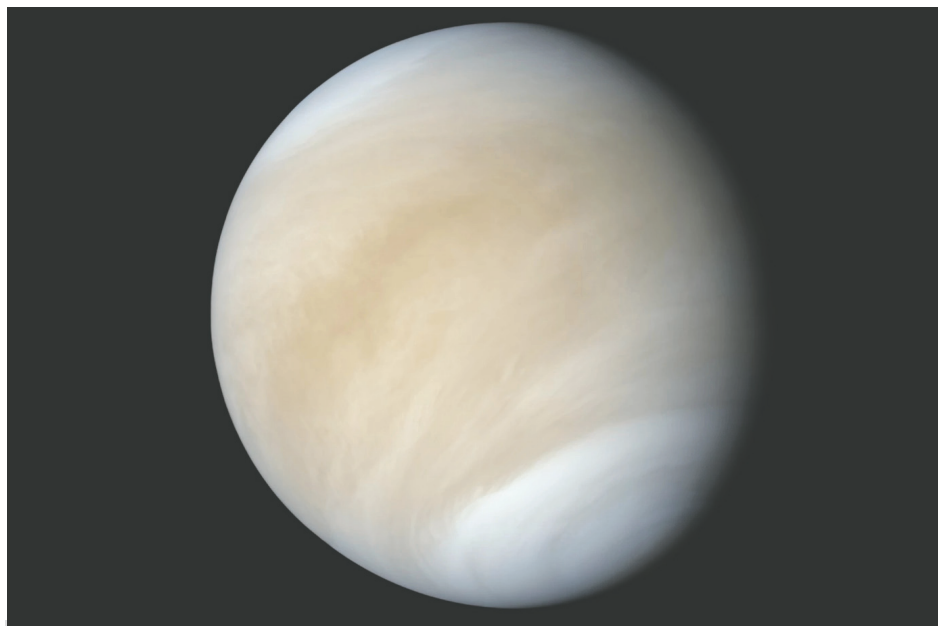
Une déesse parmi les étoiles

Karine Therrien

Depuis le début de l'automne 2019, Vénus incarne un véritable phare dans le ciel. Vêtue d'un éclat qui hypnotise, elle porte avec grâce son nom emprunté à la déesse romaine de l'amour et de la beauté. L'observer est un spectacle fascinant, voire envoûtant.

L'étoile du berger

Bien qu'elle soit une planète recouverte de nuages gris clair, Vénus est surnommée « l'étoile du berger ». Et, contrairement aux étoiles qui émettent leur propre lumière, Vénus réfléchit celle du Soleil dont elle est assez proche. L'étoile du berger? Oui, car lorsqu'elle est visible, cette planète brille si intensément qu'elle est la première « étoile » à apparaître dans le ciel après le coucher du Soleil, puis la dernière à disparaître à l'aube. D'ailleurs, sa luminosité surpasse nettement celle de Sirius, l'étoile la plus brillante du ciel. À titre d'exemple, la magnitude de Vénus descend fréquemment en dessous de -4 alors que celle de Sirius se situe à -1,5. À l'échelle des magnitudes, plus le chiffre est petit, plus l'éclat est puissant. Il va sans dire que Vénus est vraiment la reine du ciel et qu'avec autant d'éclat, on peut supposer que cet astre avait l'habitude de marquer le début et la fin de la journée des bergers avec leur troupeau.



La planète Vénus. Crédits photo : presse-citron.net

Observer Vénus

Certains soirs à l'ouest, d'autres matins à l'est, Vénus est éclatante en se démarquant des étoiles et des autres planètes. Elle est, après la Lune et le Soleil, l'astre le plus brillant qu'il est possible d'admirer jusqu'à trois heures passées le coucher du soleil. Malgré sa phase, c'est-à-dire la partie visible depuis

notre planète qui réfléchit la lumière du Soleil, elle est proche de la Terre et aussi grande qu'elle.

En 2020, deux périodes seront particulièrement favorables à l'observation des phases de Vénus. Son éclat maximal sera atteint à la fin avril, mais elle sera visible jusqu'à la fin mai

dans le ciel du soir. Les 21 et 22 mai, vous pourrez admirer le croisement de Vénus et de Mercure dans le crépuscule à l'horizon nord-ouest, alors que le 24 mai les deux planètes formeront un trio avec le fin croissant de la Lune. Durant cette première période, la planète passera d'un beau quartier à un croissant de plus en plus fin et de plus en plus grand. Par la suite, on pourra l'apercevoir de nouveau dès juillet jusqu'à décembre. Le 23 juillet, elle participera à un moment rare en fin de nuit : toutes les planètes seront visibles en même temps dans le ciel! Lors de cette seconde période, elle réapparaîtra sous l'aspect d'un grand et fin croissant, s'épaississant jusqu'au quartier à la mi-août. Les semaines suivantes, Vénus devient de plus en plus ronde, en même temps que sa taille apparente diminue considérablement.

Pour découvrir l'astronomie, visitez le site Internet de l'Astrolab et son Facebook avec l'Astrolab à distance (www.astrolab.qc.ca). On vous y présentera une foule de Capsules découvertes, du contenu éducatif ainsi que des séances questions-réponses en direct sur des sujets particuliers. Si l'obligation d'être terre à terre nous régit au quotidien, avoir la tête dans les étoiles fait du bien.

Témoignage d'une famille d'accueil en confinement

Frédérique Garain

Samedi 28 mars, 15 heures. Nous sortons pour marcher, prendre l'air. Au bout de la rue, une voiture de police s'arrête à côté de nous. Nous ne sommes pas supposés être plus de deux pour sortir, des gens ont appelé. Nous sommes six : mon conjoint, moi et les quatre personnes déficientes intellectuelles que nous hébergeons et dont nous prenons soin, qui ne peuvent évidemment pas sortir seules. Nous sommes famille d'accueil ou Ressource de Type Familial (RTF) dans le jargon administratif. Nous comprenons que les gens appellent la police pour signaler ce regroupement, il s'agit d'un geste civique louable.

Cependant, nous sortons par nécessité, non par plaisir : les personnes dont nous avons la charge sont en parfaite santé, elles ont besoin de faire de la décharge motrice pour gérer leur anxiété

et canaliser leur énergie. Cela veut dire qu'elles ont besoin de marcher, car nous ne sommes ni formés ni équipés pour faire des activités physiques à la maison.

Nous sortons marcher chaque jour, parce que cela nous permet d'éviter des crises, des comportements violents, etc. Cela nous permet de continuer à prendre soin d'eux et de nous-mêmes, en cette période où les intervenants, les psycho-éducateurs, et tous les travailleurs du système santé qui nous accompagnent habituellement ne sont disponibles que par courriel ou par téléphone, où nous ne pouvons nous faire remplacer pour prendre une journée de congé, et ce, pour éviter que les usagers n'entrent en contact avec une personne potentiellement contagieuse.

Dans ce contexte de confinement, la routine de tout un chacun est perturbée,

cela affecte nos usagers encore plus que nous, que vous, que vos enfants neurotypiques. Ils ne comprennent pas pourquoi, depuis quelques temps, ils ne vont plus à l'école, aux activités, au travail et même plus dans leur famille. Les mots pandémie, isolement, coronavirus n'ont pas vraiment de sens pour eux, même si nous leur en parlons, avec des mots simples. Le changement de routine les perturbe énormément.

Nous avons donc choisi d'offrir cette soupape à nos usagers: une marche quotidienne, dans le quartier. Nous prenons soin de n'entrer en contact avec personne et de nous éloigner de plus de deux mètres des gens que nous croisons. Cela nous demande une grande vigilance.

Nous devons aussi occuper tout ce monde-là à la maison, comme vous le

faites avec vos enfants: coloriages, jeu de cartes, collations spéciales, etc. Nous avons cependant un défi supplémentaire: tenir compte des particularités de chacun, de leurs différences, de leurs besoins particuliers, de leur intelligence différente (ID), comme le dit si joliment Jean-Marie Lapointe, plutôt que de leur déficience intellectuelle (DI).

Les RTF œuvrent quotidiennement pour le bien-être de personnes qui ont besoin d'aide, de soutien, d'amour. Leur quotidien, c'est l'humain, 24 heures par jour, 7 jours par semaine, pandémie ou non. Alors s'il vous plaît, plus que jamais, en cette période de confinement, prenons soin de nous, prenons soin des personnes qui prennent soin des autres, avec ou sans uniforme !

Des poils partout !

Isabelle Arguin, technicienne en santé animale, Le Jardin des animaux

Les chroniques de l'espace *Partenaire d'affaires* sont commanditées par des entreprises soigneusement sélectionnées par le Journal de rue de l'Estrie pour leur désir de contribuer à la lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale.

Nos chers animaux à poils ! Nous les aimons, mais on apprécie moins les désagréments des poils partout, sur les meubles et nos vêtements. Sachez qu'il est normal que votre animal en perde, tout comme nous perdons des poils et des cheveux. Chez les animaux, ça s'appelle la mue. Démystifions ce qu'est la mue.

La mue est le renouvellement des poils chez l'animal, donc inévitablement une chute des poils. Les poils d'un animal poussent en trois phases qui se succèdent.

Phase anagène : c'est dans cette phase que se produit la croissance du poil. Sa durée varie selon le type d'animal et c'est elle qui détermine la longueur du poil. Dans le cas des chiens nordiques tels que les huskies, cette phase est très courte et plus fréquente. Au contraire, pour les chiens à poils plus longs comme les caniches ou les lévriers afghans, cette phase est beaucoup plus longue.

Phase catagène : c'est une phase transitoire du poil. La papille dermique, qui est un peu la racine par laquelle le poil se nourrit, se détache du poil, car le follicule pileux, qui est le nid du poil, se rétrécit. Le poil remonte donc vers la surface de la peau.

Phase télogène : c'est la phase de repos durant laquelle il n'y a plus aucune activité de la part du follicule pileux, donc plus aucune nourriture. Cela fait en sorte que le poil « meurt » et tombe. Puis, la phase anagène recommence dès que le poil a quitté le follicule pileux.

Les types de mues

La principale mue ou celle qui est la plus marquée est la mue saisonnière. Cette dernière a lieu principalement au



La mue permet le renouvellement du pelage.

printemps, mais aussi à l'automne. On la remarque surtout chez les animaux qui passent beaucoup de temps à l'extérieur de la maison. Elle s'explique du fait que, selon la saison, l'animal doit densifier ou alléger sa fourrure donc éventuellement perdre des poils. Ainsi, à l'automne, la fourrure se densifie afin de protéger l'animal du froid alors que le printemps venu, la fourrure revient à la normale pour l'arrivée du temps plus doux.

On compte également d'autres types de mues dont l'une d'entre elles est influencée par le photopériodisme, soit le rapport entre la durée du jour et de la nuit. En effet, les animaux qui vivent presque uniquement à l'intérieur sont exposés à une lumière constante, ce qui provoque une mue en boucle tout au long de l'année. Enfin, certaines mues sont causées par des changements hormonaux, tels que la gestation, les chaleurs ou l'allaitement.

Comment faire face à la mue

Il est important de brosser l'animal avec une brosse douce et adaptée au type de pelage. Le brossage a une action de stimulation de la circulation sanguine, ce qui active la repousse du poil. À l'inverse, si l'on utilise un outil mal adapté ou irritant, cela peut causer une problématique de la peau et inhiber la repousse du poil ou créer des zones de stress sur la peau.

Durant la période marquée de mue, nous pouvons ajouter au brossage quotidien l'utilisation d'un outil antimue à raison d'une fois par semaine. Cet outil permettra d'atteindre le sous-poil et d'éliminer ainsi presque entièrement les poils morts. Toutefois, une routine de brossage avec une brosse adaptée demeure la meilleure solution pour éviter d'avoir des poils partout dans la maison. Tout cela sans compter que certains types de pelage avec double poil

et poil plus long peuvent causer de gros nœuds si le nettoyage des poils tombés est négligé, car ces derniers restent pris et s'emmêlent avec les autres.

L'alimentation joue un rôle primordial dans la chute excessive des poils et le bon fonctionnement du cycle de repousse. Les protéines de type animal contiennent des chaînes d'acides aminés complètes qui aident à la régénération de la peau et du poil. Les protéines de type végétal, retrouvées en plus grande quantité dans les nourritures de moins bonne qualité, ne contiennent pas tous les acides aminés essentiels. Par conséquent, des carences en certains minéraux ou vitamines auront pour effet de rendre le pelage terne et sec, de ralentir la repousse des nouveaux poils et d'en accélérer la chute. Les poils n'atteignant jamais leur longueur maximale, l'animal sera en mue très rapide et constante.

Suppléments

Il peut être une bonne idée d'offrir, particulièrement lors des périodes de mue, des suppléments d'huile végétale ou de poisson qui contiennent des omégas 3, 6 et 9. Nous les retrouvons dans l'huile de lin, de chanvre, de coco, de poissons et de loup-marin. Enfin, il existe certains suppléments à base de plantes ou de levure de bière qui peuvent aider à diminuer les chutes de poils abondantes et régénérer le pelage.

En conclusion, pour une santé optimale du pelage de votre compagnon, un brossage régulier adapté au pelage ainsi qu'une alimentation de qualité aideront à éviter des chutes de poils abondantes et permanentes!



Parce que l'inclusion et le respect de la diversité sont des valeurs que porte notre entreprise, Le Jardin Des Animaux est fier de soutenir le Journal de rue de l'Estrie.

819 563-8056

Lejardindesanimaux.com
Toilettagesherbrooke.com

L'enfant mal-aimé qui devient un homme

Monique Turcotte

Sa mère, Rose-Aimée, l'avait nommé Toby en souvenir de Kunta Kinté, esclave rebelle, héros du populaire roman « Roots » de l'auteur américain Alex Haley. Cet enfant au teint d'ébène était né d'une union hors mariage, comme sa sœur et ses deux frères, tous issus de différents pères, mais de la même mère qui avait la réputation d'aimer la variété dans ses amours. Parmi cette étrange fratrie, cet enfant mulâtre, dernier-né de la famille, était le mal-aimé, et ce, depuis que le regard de Rose-Aimée s'était posé sur la toison crépue de ce garçon vigoureux.

Un bref moment, elle eut envie de l'aimer en se rappelant les rencontres torrides et furtives avec un joueur de baseball venu en tournoi dans son village. L'homme était beau, racé, séduisant, elle n'avait pas résisté très longtemps avant de passer dans les buissons. Et neuf mois plus tard, Toby entra dans sa vie.

Toby était un bébé exigeant qui prenait goulûment le sein maternel, et plus tard, il s'accaparait tout ce qui lui tombait sous la main, du croûton de pain tombé par terre aux légumes arrachés au potager. Il se montrait débrouillard, indépendant, irrévérencieux ; c'était un esprit libre qui faisait rager sa mère. Elle négligea de lui apprendre les bonnes manières, car, disait-elle aux personnes qui lui reprochaient son indifférence envers son fils : « Il a la caboche dure et il ne fera jamais rien de bien dans la vie! Moins je le vois, mieux je me porte », disait-elle, détournant de Toby son regard méprisant.

Très tôt dans sa vie d'enfant libre, il fit les quatre cents coups, car si une vitre était brisée, si un larcin avait été commis dans le village ou si la vieille voisine avait été insultée, les gamins l'accusaient : « C'est le mulâtre qui a fait ça ! ». Alors, tant qu'à subir les punitions, aussi bien les mériter, semblait se dire Toby. Il devint le souffre-douleur dans le voisinage et à l'école où il refusait de réciter la prière du matin et de remettre ses devoirs.

Leur voisine l'observait, errant le long de la clôture. Elle le voyait envier ses enfants qui s'amusaient ensemble,



On devrait toujours regarder avec les yeux du cœur pour voir le meilleur dans chaque personne. Une simple considération du bien peut changer la vie de quelqu'un.

riaient, se chamaillaient, avec le regard triste d'un enfant solitaire et mal aimé. Un soir d'automne, alors que les pommiers ployaient sous le poids des fruits mûrs, il osa ramper jusqu'à ce qu'il puisse remplir ses poches de belles pommes juteuses. Il avait le geste vif et la discrétion d'un habitué du chapardage. Silencieusement, il s'appuya contre le tronc noueux d'un arbre et croqua avidement un fruit pour tromper sa faim. Madame Lauzon en eut pitié, mais n'osa pas intervenir. Malheureusement, sa mère le vit et s'amena d'un pas décidé, le fouet à la main. Elle lui ordonna :

- Petit sacrifiant, t'as pas honte de voler les pommes de Madame Lauzon. Arrive que je t'apprenne à vivre ! Elle l'empoigna, le roua de coups devant la voisine scandalisée, incapable de protéger le pauvre enfant.

Endurci, Toby baissa la tête, les épaules tombantes, retenant ses cris de douleur tandis que des larmes mouillaient ses grands yeux noirs. Il avait l'habitude du châtiement, ça se voyait. Devant cette souffrance d'enfant, Madame Lauzon se sentait désemparée et décida de lui offrir un peu de bonheur et de fierté. Elle avait compris, à son regard intelligent, qu'il pourrait devenir un homme de bien, si seulement on le regardait avec les yeux du cœur. Lentement, elle l'apprivoisa en ajoutant pour lui quelques victuailles dans la boîte à lunch de ses enfants. L'hiver

venu, elle lui tricota des chaussettes, des mitaines, un foulard et une jolie tuque qui mettait en valeur son teint café au lait.

Méfiant, Toby mit du temps avant de faire confiance, avant de sourire, et quand il comprit que ses voisins fermaient leurs yeux sur sa différence, il commença à s'aimer.

Un jour, quand il eut assez de fierté et de courage, il prit la poudre d'escampette, changea de nom et de village où il oublia les injures et le mépris de sa mère tout en affrontant de nouveau l'indifférence, parfois même le racisme. Évitant d'ouvrir ses blessures, il ne conserva aucun objet appartenant à son passé familial. Quand ses rêves ou ses pensées vagabondaient vers son village

natal, c'est chez Madame Lauzon qu'il s'attardait, jamais auprès de celle qui l'avait mis au monde. Libéré de ses chaînes, il travailla avec acharnement et obtint son diplôme universitaire avec la mention d'excellence. Il devint un bel homme vaillant, généreux, et se fit remarquer par sa compétence et son sourire bienveillant. Quelques années passèrent sans qu'il revienne sur son triste passé.

Le matin des obsèques de Rose-Aimée, il frappa discrètement à la porte de Madame Lauzon, une gerbe fleurie à la main. Elle eut peine à le reconnaître; sans un mot, elle le pressa sur son cœur, les larmes plein les yeux.

- C'est vous qui méritez ce bouquet de roses, pas ma mère, confia-t-il. Vous m'avez ouvert votre porte et fait voir que l'amour était possible. Sans vous et votre famille, je serais devenu un homme amer, cruel peut-être. Mais, aujourd'hui, vous avez devant vous un éducateur, un époux et un papa, précisa Toby, en présentant sa femme et ses deux jolies fillettes. C'est à vous que je dois l'homme que vous avez devant vous.

- La porte de notre maison te sera toujours ouverte. Maintenant que tu es revenu, tu es l'un des nôtres.

- Merci. Ni mon teint foncé ni mes origines ne vous ont empêchée de m'ouvrir votre cœur. Vous êtes la mère qui m'a redonné la vie.

- Mon garçon, tu n'es en rien responsable de ton origine ni de la couleur de la peau qui n'est que la surface visible d'un humain, mais c'est dans la profondeur d'un être qu'on trouve sa vraie valeur. C'est ta richesse intérieure que j'ai vue en toi, mon fils !

Écoute téléphonique

Aide courriel

Test de grossesse

Aide au choix

GRATUIT & CONFIDENTIEL

SOS ³⁰ ans
grossesse
— estrie —

Une grossesse imprévue t'inquiète?

819 822-1181 SosGrossesseEstrie.qc.ca

Chevaliers de Colomb - Fleurimont – Conseil 9086

Salle de l'Église Notre-Dame-de-la-Protection (2050, rue Galt Est)

3-4 avril : Marché aux puces
5 avril : Brunch 9 h à 12 h
26 avril : Cabane à sucre
10 mai : Brunch 9 h à 12 h – Fête des mères
30 mai : Souper steak

Enfants de 0 à 5 ans : gratuit
Enfants de 6 à 12 ans : 6 \$
Adultes : 10 \$

Buffet interculturel du SANC, le 2 mai

Un voyage culinaire qui bâtit des ponts. Information : Téléphone : 819 566-5373 – www.sanc-sherbrooke.ca

Cocktail dînatoire Coalition sherbrookoise pour le travail de rue

Mardi 26 mai, à 17 h 30
chez A&R Belley – 75 J.A. Bombardier
Coût du billet : 195\$ (Reçu d'impôt de 150\$)

Cocktail dînatoire au profit de la Coalition sherbrookoise pour le travail de rue. Visitez le <http://bit.ly/2Po5ZPI> pour soutenir l'événement!

Redécouvrez votre radio communautaire

CFLX 95,5 FM

Soyez accompagnés dans votre quotidien par une équipe d'animateurs bénévoles passionnés.

Programmation variée, tant dans le genre musical que dans l'information. Écoutez-là aussi sur le web à cflx.qc.ca

Le Journal de rue a besoin de camelots

Vous voulez arrondir les fins de mois?

Venez acquérir de l'autonomie tout en brisant l'isolement. Horaire flexible et soutien offerts

On vous attend au
470, rue Bowen Sud, Sherbrooke
Téléphone : 819 348-0086
18 ans et plus

Bibliothèque Éva-Senéal

450, rue Marquette Sherbrooke

Billets disponibles 10 jours avant l'activité. Réservation et renseignements au comptoir d'Aide aux lecteurs du rez-de-chaussée ou par téléphone au 819 821-5597.

Des poules dans sa cour!

3 mai de 14 h à 15 h 30
Atelier-conférence présenté par Agro-Passion Inc.

Vous avez toujours souhaité avoir des poules à la maison, mais vous hésitez à faire le grand saut? Participez à notre atelier afin d'en apprendre davantage sur l'installation et l'entretien de vos futures poulettes. Sautez à pieds joints dans ce beau projet avec toute l'information nécessaire à sa réussite!

Atelier scientifique

3 mai de 14 h à 15 h 30
Atelier scientifique par Les innovateurs pour les 7 à 12 ans

Dans le cadre de l'événement 24 heures de science et en collaboration avec Technoscience Estrie, la bibliothèque t'invite à venir participer à un atelier pratique en compagnie d'un vrai scientifique! La science qui sera abordée vous est dévoilée sur le portail de la bibliothèque Éva-Senéal.

Emprunter des livres numériques

Les bibliothèques du réseau de la Ville de Sherbrooke offre la location de livres numériques. Renseignez-vous auprès de votre bibliothèque de quartier.

Café Baobab

1551, rue Dunant, Sherbrooke

Le rendez-vous Effet PH de la consommation responsable

23 mai, 9h

Selon un sondage de l'OCR, plus de 4 québécois sur 10 sont à la recherche de moyens pour réduire leur impact environnemental. Et près de 90% considèrent qu'ils peuvent en faire plus afin d'avoir un impact environnemental plus faible.

Cette activité propose de l'information sur quoi, comment et pourquoi mieux consommer, sur la consommation responsable.

Maquillage pour enfants de 10 heures à midi, juste après l'atelier pour enfants. Gratuit.

Marche pour l'autisme

25 avril

Parc Jacques-Cartier - 220, rue Marchant, Kiosque de danse et promenade du Lac-des-Nations Sherbrooke

Marche organisée par Autisme Estrie.
www.autisme-estrie.com

Beatles symphonique

30 avril de 20 h à 22 h
Salle Maurice O'Bready

Une soirée empreinte de nostalgie avec les meilleures succès de ce légendaire groupe britannique tels que : Hey Jude, All you need is love, Let it be. Place à la Beatlemania! 819 821-0227 info@ossherbrooke.com

Info Santé

Composez le 8-1-1

Offert 24 heures par jour, 365 jours par année.

Service de consultation téléphonique gratuit et confidentiel. Permet de joindre une infirmière en cas de problème de santé non urgent.

Urgence détresse : 819 780-2222 (jour)

Concours d'écritures sherbrookoises 2020

Jusqu'au 28 août

L'Association des auteurs et auteurs de l'Estrie, en partenariat avec la Ville de Sherbrooke, le Salon du livre de l'Estrie et Druide Informatique, vous présente le « Concours d'écritures sherbrookoises / volet adulte et volet jeunesse ».



Ce concours a pour objectif de souligner l'excellence et le talent d'auteurs de la communauté sherbrookoise, d'encourager la relève littéraire de la région, de dynamiser le milieu culturel et de sensibiliser le public à la création locale.

Thème 2020 : Tricoté serré

Le texte peut relever de tous les genres littéraires :

- narratif (conte, nouvelle, fable)
- théâtral (sketch, saynète, monologue)
- poétique (poème, slam)
- essai (lettre, texte d'opinion, texte autobiographique)
- littérature de genre (fantastique, science-fiction, fantasy)
- illustré (bande dessinée, nouvelle illustrée, nouvelle graphique)

Les textes de langue anglaise sont également admissibles.

Remise du texte

La date limite pour remettre le texte accompagné du formulaire d'inscription est le 28 août 2020.

Détails du concours, règlements, critères d'admissibilité et formulaire d'inscription, sur la page web : aaestrie.ca/concours-decritures-sherbrookoises

Exposition du peintre Frédéric

Centre d'archives Mgr-Antoine-Racine (95, rue Ozias-Leduc)
Présentée jusqu'à la fin du mois de juin

Une exposition d'œuvres et de documents d'archives témoignant de la carrière artistique du peintre Frédéric se tient au Centre d'archives Mgr-Antoine-Racine, à Sherbrooke.

L'entrée est gratuite, sur les heures d'ouverture du Centre d'archives. Il sera également possible de venir apprécier l'exposition les premiers dimanches du mois.

Biographie de l'artiste

Né en novembre 1938, à Scotstown dans les Cantons-de-l'Est, Frédéric a marqué la scène artistique québécoise au cours des années 1960 jusque dans les années 1990.

Né sous le nom de Louis-Gilles Doyon, Frédéric est reconnu pour sa personnalité flamboyante et colorée. Innovateur et passionné d'animation artistique, Frédéric est un érudit qui possédait des talents, une sensibilité et un professionnalisme exceptionnels.

SUDOKU

niveau moyen

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

Solution du Sudoku à la page 23

C'T'UNE JOKE !

Qui est le squelette dans la cabine de plage?

Celui qui a gagné à cache-cache l'été dernier!

Un homme se rend chez son médecin

- Docteur, je ne sais pas ce que j'ai. Quand j'appuie sur mon ventre, j'ai mal; quand j'appuie sur mon genou, j'ai mal; quand j'appuie sur mon nez, j'ai encore mal... Qu'est-ce que j'ai, Docteur?

Après un court examen, le médecin rend son diagnostic :

- Vous avez le doigt cassé, Monsieur !

Un jour, j'irai vivre en Théorie.

Parce qu'en Théorie, tout se passe bien !

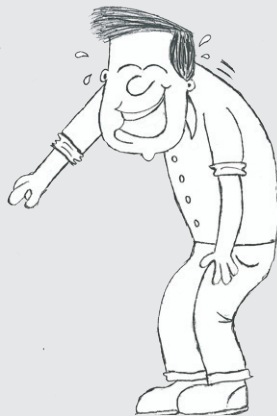


Illustration de Kelly Richter

TIRETS À REMPLIR

Pour remplir les tirets, il vous suffit de suivre le numéro correspondant dans l'encadré et de remettre en ordre les lettres mêlées, à l'aide des indices, pour lire la citation tirée d'un livre de l'auteur catalano-qubécois Jesús Carles de Vilallonga.

« _____ (1) -nous _____ (2) de ce que nous _____ (3) ? Ou ne _____ (4) -nous pas _____ (5) de ce que nous avons _____ (6) sans _____ (7) - _____ (8) ?
« _____ (1) que d' _____ (2) _____ (3) _____ (4), il vaudrait _____ (5) _____ (6) à l' _____ (7) de soi-même. Soyons _____ (8).» Jesús Carles de Vilallonga

1. **lôpttu** : au lieu de
2. **eeéprrs** : rêver
3. **eorrutv** : quand on cesse de chercher, on peut ...
4. **aeillrsu** : contraire de ici
5. **eimux** : tu peux faire.... !
6. **cceehhrr** : avant de trouver, on a parfois besoin de...
7. **éiinnrrtu** : dedans
8. **ceénnoqsstu** : responsables

Solution à la page 23

MOTS D'ENFANTS

Il y a de ces expressions que nous sortent les tout-petits qui sont irrésistiblement mignonnes et amusantes.

« Regarde maman, une étoile d'araignée ! » (Les toiles d'araignées : l'étoile d'araignée) – Alyssane, 3 ans

Par une très chaude journée d'été, au parc, Anthony 4 ans dit à sa mère :
« Ferme le chauffage s'il-te-plait! »

Voici quelques nouveaux mots inventés par les enfants ou les petits-enfants des membres du comité de production du Journal de rue.

Décomposer.

Aller bicycler.

Dégâteux (quelqu'un qui fait des dégâts, qui est maladroit).



Suivez-nous sur les réseaux sociaux :
Facebook/Instagram/JournalderueEstrie - Twitter/JdrEstrie

• Remerciements •

Nous vous disons *Merçi!*

Le Journal salue la Ville de Sherbrooke et les nombreux commerçants qui offrent gracieusement leur site à nos camelots et leur apportent, ce faisant, un soutien inestimable.

Sherbrooke

- La Maison du Cinéma
- Marché Prospect Axep
- Le Théâtre Granada
- Eggsquis (King Est)
- Marché de la Gare
- Cathédrale Saint-Michel
- La Grande Ruche
- Maxi des Grandes-Fourches
- Cinéma Galaxy
- Estrie Aide

- Maxi & cie (Boul. Portland)
- Métro Plouffe (1175, rue King Est)

Arrondissement Saint-Élie

- IGA Bouchard
- Familiprix Trottier & Cliche / Dollar Plus

Magog

- **Votre entreprise!** Pour vous inscrire, communiquez avec Karine Therrien : 819 348-0086

Nos partenaires

Parce que sans leur appui notre organisme ne pourrait poursuivre ses activités, nous tenons à remercier nos partenaires pour leur généreuse implication.



Canada



Camelots



Solutions Jeu du turet

« Plutôt que d'espérer trouver ailleurs, il vaudrait mieux chercher à l'intérieur de soi-même. Soyons conséquents. » (p. 104) Jesús Carles de Vilallonga (2005) Livres d'heures, Montréal, Léméac éditeur, 117 p.

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

Réponse à la question de la page 17



Production



LE JOURNAL DE RUE
recherche des bénévoles
Journalistes, photographes,
rechercheurs, illustrateurs,
chroniqueurs, graphistes

Merci pour vos dons!

Grâce à votre contribution, le **Journal de rue de l'Estrie** aide chaque année plus d'une centaine de personnes dans le besoin.

Faites parvenir votre chèque aujourd'hui à :

Journal de rue de l'Estrie
C.P. 62 Succ. Place de la cité,
Sherbrooke (Québec) J1H 5H5

Votre soutien fait toute la différence...

Pour votre appui envers notre organisme,
nous vous exprimons notre plus sincère gratitude,
chers donateurs et donatrices.

Sans vous, le Journal de rue ne pourrait
poursuivre ses activités.

Basta
communication

Pour des
communications
responsables

- > Image de marque
- > Site Web
- > Stratégie marketing



ARTISAN DE
L'ENVIRONNEMENT
PARTENAIRES D'AVENIR

Nicolas Busque, client de Basta communication,
adepte de la consommation responsable.

Photo : Stéphane Lemire

Basta! Agissons autrement. Vous avez à cœur l'économie locale,
le développement de notre communauté et le respect de l'environnement ?
Alors, réalisons ensemble des communications responsables.

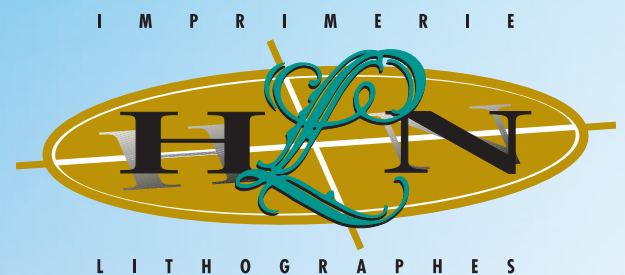
Certifications et reconnaissances

Artisans d'aujourd'hui, partenaires d'avenir

bastacommunication.ca



Heureux d'encourager
le Journal de rue!



2605, rue Hertel, Sherbrooke (Québec) J1J 2J4 • Tél. : 819-566-7611 • Sans frais : 1-800-267-7611
www.imprimeriehl.com • robert@imprimeriehl.com