Journal de rue de Sherbrooke

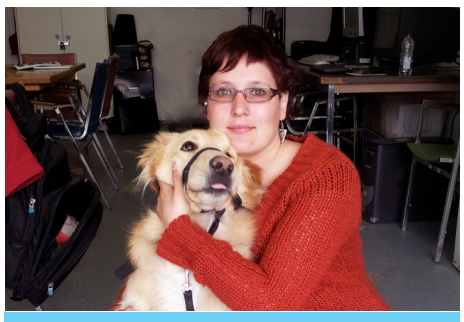
Ce périodique, imprimé en 2000 copies, est publié bimestriellement. Il se définit comme étant la voix des « Sans voix » et est distribué dans la rue. **Pour chaque exemplaire vendu, le camelot reçoit 1,25$.**

3,00 $

2014, ÉDITION 3 · VOLUME 12 (juin-juillet) · PROCHAINE PARUTION 2014, ÉDITION 4 · VOLUME 12 - ISSN 1927-0925

En manchette ce mois-ci

L'été à Sherbrooke



Fannie
et son fidèle Merlin

PAGE 3



Comptoir familial

PAGE 6

Politique nationale de lutte à l'itinérance

PAGE 8



CAHIER SPÉCIAL
PAGES 9 À 13

© Pascale Wolfshagen

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

Le Journal de rue de Sherbrooke est édité par la Coopérative de Solidarité Journal de rue Le Nouvel Espoir. Sa mission est l'intégration sur le marché du travail de personnes vivant des situations difficiles.
Le Journal de rue a vu le jour le 10 juillet 2002. Les premiers artisans en sont Guy Bellavance, Lise Boulanger, Gaétan Cloutier et Jacques Gagnon. Ce périodique bimestriel, publié 6 fois par année, se définit comme la voix des « sans voix » et est vendu dans la rue. Pour chaque exemplaire, vendu 3 $, le camelot reçoit 1,25 $. Le Journal Le Nouvel Espoir est ouvert à tous.

Conseil d'administration :
Grégorie-Étienne Saint-Aubin, Vice-président
Jean-Sébastien Mongeau, Secrétaire/Trésorier
Cédric Rodier Administrateur
Rosaire Morneau, Administrateur

Équipe de production :
Direction et édition : Nancy Mongeau
Révision et correction : Pascale Wolfshagen
Des sièges sont disponibles sur le comité de production
Photographes : Denys Lyn, Pascale Wolfshagen, Patrick Desbiens, Nancy Mongeau

Imprimeur : Hebdo Litho
Tirage : 2 000 exemplaires (vendus dans les rues de Sherbrooke par nos valeureux camelots)

Dépot légal : D 23380
ISSN : 1927 - 0925

Pour nous joindre :
Coopérative de solidarité
Journal de rue Le nouvel Espoir,
165 rue King Ouest, C.P. 62 Place de la Cité
Sherbrooke (Qc) J1H 5H5
Tél.: 819 348-0086
La production : production@journalderue.org

SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK.
JournaldeRuedeSherbrooke

Sommaire

La Coop vous parle ..... page 2
Témoignage ..... page 3
Lettre ouverte ..... pages 4 - 5
Poésie ..... pages 2 - 11
Estrie ..... page 6
Culturel ..... pages 7
Itinérance ..... page 8
Divertissement ..... page 20
Calendrier communautaire ..... page 21
Ressources du milieu ..... page 22
Remerciements ..... page 23

Chroniques

Littéraire ..... page 7
Animalière ..... page 14
Chronique de France ..... page 15
Basta communication ..... pages 16 - 17
IRIS Estrie ..... page 18
Alimentation ..... page 19
Arrimage ..... page 19
Cinéma ..... page 20

Cahier Spécial ..... pages 9 à 13
Le géocaching ..... page 10
Poésie urbaine ..... page 10
Voyager ou non avec son animal ..... page 11
Quoi faire à Sherbrooke ..... pages 12 - 13
Espace 100 noms ..... page 13

Avec la participation financière de
Service Canada

Les tondeuses chantent, c'est l'été!

Par Kayan Nagshi

L'été arrive, les tondeuses chantent et le parfum des pesticides embaume l'air. Les bons pères apprennent à leurs garçons comment devenir des hommes. « Mon gars, dans la vie pour devenir un homme, un vrai, il faut savoir maîtriser sa pelouse. Un homme, un vrai, ça sait garder son gazon beau et court, comme ses cheveux. » À ces mots, il regarde fièrement sa cours-avant, de cette couleur que Kandinsky définissait comme étant un ennui satisfait de lui-même, et laisse son garçon piloter l'engin. Un pissenlit bloque le chemin et le petit le trouve tellement joli qu'il arrête la machine pour ne pas l'abîmer. Le père se fâche : « Mon gars, les fleurs, ça c'est une affaire de femmes! » Il empoigne une bouteille de pesticide et la petite fleur se meurt. « Ça mon gars, si les rats en avalent 1 % de leur poids, ils ont une chance sur deux d'y rester. » Sherbrooke étant l'une des 130 municipalités au Québec sur 1 112 à interdire l'utilisation de pesticides entre le 15 juin et le 7 septembre, les bons pères se sont donc dépêchés d'en profiter.



Le petit garçon a aimé son expérience, mais le bruit des 85 décibels de la machine le dérangeait. Après tout, l'Organisation mondiale de la santé n'avait-elle pas décrété qu'un individu ne devrait pas s'exposer plus de 15 minutes par jour à un son de plus de 85 décibels? « Prends exemple sur Rosaire, ton grand-père. Depuis que sa Pierrette est partie, tous les matins il tond sa pelouse. Ça remplit son cœur et ses journées. » Le petit a grandi, il souffre maintenant d'asthme et a développé des allergies liées à l'exposition aux pesticides mais sa pelouse est toujours verte. Verte comme celle de grand-père.

L'esclave

Mes mains sont attachées
Elles sont trop serrées
Qu'elles sont en train de casser
Les menottes aux chevilles
Vous m'obligez à m'agenouiller
Soumise et incomprise
Le visage creux et le regard vide
Le dos vouté
Je baisse l'échine
Je suis écorchée vive
Mon cœur en lambeau
Je vais le trainer
Comme l'écho du chant du corbeau
Deviendra un fléau
Et sera pour l'éternité
Mon énorme fardeau

Fannie Royer



Éric Rancourt, peinture

Un chien d'assistance pour mieux vivre

Fannie est une jeune femme pleine de vie, souriante et tout à fait attachante, mais sous son sourire se cache un passé couvert de cicatrices lourdes à porter. Le poids de ces blessures s'est traduit par le diagnostic d'un trouble de personnalité limite avec crise de panique qu'elle traite grâce à une médication adéquate, mais surtout par la zoothérapie.

Marcher dans la rue, faire des courses ou même aller prendre un café au restaurant est impossible pour Fannie tant elle craint d'affronter le monde extérieur. Elle se sent prisonnière de son appartement et fait face à une grande solitude. Pour l'aider à vivre avec son anxiété, le médecin de Fannie lui prescrit un chien d'assistance. Connaissant l'amour inconditionnel de la jeune femme pour les animaux, cette prescription a sans aucun doute été l'aide la plus précieuse qu'elle ait reçue, et qui allait lui donner les clés d'une réinsertion sociale.

« Merlin a changé ma vie »

C'est un beau gros Golden Retriever mélangé avec Colley que Fannie a recueilli chez elle. Ce fut le coup de foudre! Elle le nomma Merlin. Lui aussi a connu un parcours semé de difficultés. Ayant été battu, il a d'abord démontré un comportement craintif, mais les bons soins de sa nouvelle maitresse en font rapidement un fidèle ami et un protecteur. La complicité s'installe et ils pansent ensemble les blessures que la vie leur a infligées.

«On prend soin l'un de l'autre. Depuis que Merlin est dans ma vie, je peux marcher dans la rue sans crainte et j'ai repris une vie beaucoup plus normale. J'ai plus confiance en moi et j'ai beaucoup plus d'estime de moi qu'avant» admet Fannie.

Un peu plus de deux ans sont passés depuis l'adoption de Merlin et le cheminement de Fannie a grandement évolué. Elle est maintenant une précieuse collaboratrice du Journal de rue et s'implique activement dans différents organismes de Sherbrooke.



Fannie Royer et son fidèle compagnon Merlin, au Café de rue

Un manque de reconnaissance

Malgré tout le bien que son chien d'assistance lui procure et le doux comportement de Merlin, la prescription de Fannie n'est pas une accréditation et elle n'est pas reconnue au même titre que les chiens d'assistances Mira. Mira est le seul centre d'entraînement de chiens-guides et de chiens d'assistance reconnu au Québec. Il serait possible de l'obtenir, mais les coûts reliés aux procédures menant à l'obtention de la certification sont exorbitants, elle n'a pas les moyens financiers.

Même si son compagnon est essentiel pour elle, Fannie doit constamment se battre pour faire valoir son droit à la présence de son chien. Plusieurs institutions et commerces se montrent des plus compréhensifs et permettent à la jeune femme de circuler avec son compagnon. C'est le cas, entre autres, de la Société de transport de Sherbrooke (son seul moyen de transport). D'autres, surtout des commerces privés, mais aussi certains organismes refusent catégoriquement la présence de ce chien d'assistance.

«Ce qui me fâche, c'est que pour les chiens Mira, personne ne s'oppose à leur présence; les gens comprennent que c'est essentiel pour le maitre d'être accompagné de son chien (et c'est une très bonne chose), mais pour mon chien d'assistance, je dois me battre et m'expliquer chaque fois que je vais quelque part. Ça devient épuisant et on se sent rejeté quand on nous refuse l'accès parce qu'on n'a pas les moyens de se payer le papier» nous confie Fannie.

On lui suggère de faire une demande à Mira, mais en plus d'être fortement sollicité, l'organisme ne fournit pas de chien d'assistance aux personnes atteintes de trouble de personnalité. Pour le moment, seules les personnes handicapées, la plupart en fauteuil roulant, bénéficient de chiens d'assistance Mira. Plus de 400 personnes ayant une déficience motrice ou organique ou encore des personnes ayant une dystrophie musculaire ont eu recours à Mira pour obtenir un chien d'assistance... Pour Fannie, la lutte se poursuit au quotidien, avec l'aide de Merlin qui lui donne le courage et la force d'aller de l'avant.

Le Journal de rue
Le Nouvel Espoir
est à la recherche de collaborateurs
souhaitant se joindre
à l'équipe de production.

Journalistes, Photographes, Recherchistes,Bédéistes, Graphistes

Les postes proposés sont volontaires et non rémunérés. Des lettres de référence peuvent être accordées aux participants sérieux. Communiquez avec nous par courriel à : Production@journalderue.org

· Lettre ouverte ·

Tous ensemble pour une meilleure démocratie

Depuis 1970, le Québec a vécu trois longs processus visant à se doter d'une démocratie plus représentative de sa population en modifiant en profondeur le mode de scrutin : sous les gouvernements de Robert Bourassa dans les années 1970, de René Lévesque à la fin de la décennie 1970 et au début de 1980, et de Jean Charest au début des années 2000. Les trois tentatives ont malheureusement abouti à un cul-de-sac à cause de l'absence de volonté politique des dirigeants. Ces démarches se sont faites, chaque fois, à grand renfort de commissions parlementaires qui ont reçu des centaines de mémoires, de commissions d'étude qui ont fait le tour du Québec pour consulter la population, de livres verts et même d'un avant-projet de loi.

Le dossier de la réforme du mode de scrutin est certainement le mieux documenté de tous les dossiers qui relèvent de l'administration provinciale. Mais tout a été finalement tabletté, renvoyé aux calendes grecques par les gouvernements qui avaient pourtant eux-mêmes lancé la démarche. Il est donc évident qu'après quatre décennies de piétinement et de volte-face des partis traditionnels, qui se sont pourtant prononcés à tour de rôle en faveur d'un scrutin proportionnel, le dossier est au point mort parce que la volonté politique n'existe pas et que prime un opportunisme électoral à courte vue. Il faut encore une fois que la population s'en mêle.

Pendant cette saga, la population s'est prononcée en faveur d'un véritable changement du mode de scrutin chaque fois que les politiciens lui ont fourni l'occasion de s'exprimer. Ce fut le cas en 1983 lors de la tournée du Québec effectuée par une commission d'étude mandatée par l'Assemblée nationale : la population s'était alors prononcée en faveur d'un scrutin proportionnel régional. Ce fut aussi le cas en 2002-2003 lors des États généraux sur la réforme des institutions démocratiques, alors que quelque 1000 participants représentatifs de toutes les régions se sont prononcés de façon quasi unanime en faveur d'une réforme du mode de scrutin. Puis en 2005-2006, la commission parlementaire chargée d'étudier un avant-projet de loi libéral a suscité quelque 2000 interventions – un record dans l'histoire parlementaire du Québec - dont 86 % rejetaient le statu quo. Une forte majorité de ces intervenants ont appuyé l'instauration d'un scrutin mixte à l'écossaise. Enfin, en 2007, plus de 20 000 personnes ont signé une pétition qui a été déposée à l'Assemblée nationale pour demander un nouveau mode de scrutin.

Encore, lors de la dernière campagne électorale ayant mené aux élections de septembre 2012, l'opinion publique, s'exprimant aussi bien sur les réseaux sociaux que dans les médias traditionnels, a insisté pour que la réforme du mode de scrutin devienne un enjeu. Mais les trois principaux partis, les yeux rivés sur leurs intérêts électoraux à court terme, ont fait la sourde oreille.

Il faut pourtant réaliser que l'instauration d'un scrutin proportionnel au Québec doterait les citoyens et les citoyennes d'un puissant levier pour obtenir d'autres réformes importantes qui aboutiraient éventuellement à l'éclosion d'une démocratie de participation.

Un tel système, qui permettrait une représentation équitable de toutes les tendances politiques et dans lequel tous les votes compteraient, corrigerait une des principales faiblesses de notre régime démocratique. L'effet de levier serait automatique. Étant dorénavant représentés de façon effective, les citoyens et les citoyennes investiraient le domaine politique et se mobiliseraient pour poursuivre les réformes dans les autres domaines.

En effet, même si le scrutin proportionnel n'est qu'un mécanisme électoral, il constitue une forme concrète d'atteinte de nos idéaux démocratiques puisqu'il respecte le principe fondamental de la souveraineté populaire. Non seulement transforme-t-il les assemblées élues en miroirs fidèles des diverses composantes de la société, mais, en faisant en sorte que chaque vote compte, il devient aussi un élément mobilisateur déterminant pour que les citoyens et citoyennes s'impliquent.

Face à cette inaction de la classe politique qui dure depuis plus de quarante ans, il est clair qu'on n'obtiendra pas une vraie réforme du mode de scrutin au Québec à moins d'une véritable mobilisation civique.

Pour atteindre cet objectif, nous appelons les citoyens et les citoyennes de toutes les tendances politiques, les groupes communautaires, les organisations de travailleurs et de travailleuses, d'étudiants et d'étudiantes, de femmes, de communautés ethnoculturelles et d'universitaires, à unir leurs forces afin d'exiger des partis politiques qu'ils prennent un engagement clair afin que soit déposé un projet de loi réformant le mode de scrutin en respectant quatre grands principes émanant des consultations publiques :

• Refléter le plus fidèlement possible la volonté populaire d'appui aux divers partis;
• Permettre une plus juste expression du pluralisme politique;
• Refléter l'importance des régions dans la réalité québécoise;
• Viser une représentation égale des femmes et des hommes, et incarner la diversité ethnoculturelle;

Ensemble, nous pouvons faire en sorte que la réforme du mode de scrutin soit une réalité au Québec ! Ensemble, nous pouvons agir pour une meilleure démocratie.

Cosignataires :

• Claude Béland, président du comité directeur des États généraux sur la réforme des institutions démocratiques de 2003
• Paul Cliche, cofondateur du Mouvement démocratie nouvelle
• Gérald Larose, président de la Confédération des syndicats nationaux (1983-1999) et président du Conseil de la souveraineté du Québec (2003-2013)
Dominique Daigneault, présidente du Conseil central du Montréal métropolitain (CCMM-CSN)
• Jeff Begley, président de la Fédération de la Santé et des Services Sociaux (FSSS-CSN)
• Jean-Sébastien Dufresne, président du Mouvement démocratie nouvelle
et quelque 1 300 citoyennes et citoyens

Pour plus de détails et suivre les activités de mobilisation :
www.meilleuredemocratie.com

GRAND MÉNAGE DU PRINTEMPS

Vous cherchez une solution à l'encombrement?
Pensez au Comptoir familial de Sherbrooke!

Vos dons sont acceptés 7 jours sur 7
(vêtements, vaisselle, jouets, etc., en bon état)
PAS DE MEUBLES

Heures d'ouverture du magasin

Lundi, mardi, mercredi et vendredi : de 13 h 30 à 17 h 00
Jeudi : de 13 h 30 à 20 h 00

Votre don fait du chemin car il permet :
- d'offrir au plus bas prix sur le marché des produits variés et de qualité aux personnes dans le besoin;
- de donner une deuxième vie à ces articles et ainsi soulager la pression exercée sur l'environnement.

En 2013, vos dons ont permis :
- de retourner plus de 55 000 $ à la communauté sherbrookoise par le biais de 16 organismes
- de dépanner directement 323 personnes référées par 18 organismes pour un montant totalisant plus de 5 400 $

Merci de votre générosité!

Comptoir familial de Sherbrooke
151 rue Bowen Nord
Téléphone : 819 569-5336

La menace bien réelle des compteurs « intelligents »

Par Jean Hudon

Le 5 octobre 2012, la Régie de l'énergie donnait son feu vert à Hydro-Québec pour entamer la phase 1 du déploiement des compteurs 'intelligents' dans la région métropolitaine de Montréal, et elle approuvera tout probablement sous peu leur déploiement partout ailleurs au Québec, et ce, après avoir refusé de réexaminer les effets sur la santé des émissions de micro-ondes pulsées de ces appareils, malgré les centaines de témoignages qu'elle a reçus à cet égard (bit.ly/1cVnmLn), et sans ordonner qu'une étude d'impacts soit réalisée, malgré les demandes répétées en ce sens.

De fait, des centaines de milliers de citoyens québécois sont préoccupés par les effets sur leur santé et celle de leur famille d'une exposition continue à ces puissantes émissions pulsées, avec des pointes pouvant dépasser 50 000 microwatts par mètre carré (µW/m2). C'est ce qu'a révélé un sondage Léger Marketing réalisé au début d'avril auprès de 500 répondants de la grande région de Montréal (bit.ly/1jsam1w), puisque 63 % d'entre eux ont alors avoué une telle préoccupation. De plus, 52 % des citoyens sondés s'opposaient à la poursuite du déploiement de ces appareils si une étude d'impacts n'est pas d'abord réalisée pour savoir si oui ou non ils sont nocifs pour la santé.

Hélas, tout comme Hydro-Québec, la Régie de l'énergie n'en a cure, semble-t-il, puisqu'elle a essentiellement pour mandat d'examiner les demandes de cette société d'État sous l'angle de leurs impacts financiers sur sa rentabilité. Et pour cause, ainsi que 73 % des répondants l'estimaient, comme ce type d'appareil est justement conçu pour permettre la tarification différenciée dans le temps, une fois tous les compteurs déployés, il y aura certainement une hausse des tarifs aux heures de forte consommation, ce qui fera gonfler la facture de 15 à 20 %.

Inquiets de se voir imposer contre leur gré ces fichus compteurs, de nombreux citoyens se sont mobilisés, et ont notamment obtenu l'appui de leur conseil municipal dans cette lutte fort inégale. À ce jour, près d'une centaine de municipalités, représentant plus de deux millions de Québécois, ont demandé un moratoire et/ou la gratuité du droit de retrait. Jugés exorbitants, inéquitables et punitifs (à 17 $ par mois, plus 98 $ au départ), les frais exigés pour avoir un compteur n'émettant rien visent uniquement à dissuader les clients de s'en prévaloir – ce que plus de 5600 d'entre eux avaient néanmoins fait au 1er mai, sans compter les dizaines de milliers d'autres ayant réussi à empêcher les installateurs de leur enlever leur bon vieux compteur électromécanique (à roulette), sécuritaire et 3 fois plus durable que les fragiles compteurs 'intelligents', qu'il faudra remplacer dans à peine 15 ans.

Si Hydro-Québec s'obstine à imposer cette technologie aux effets potentiellement cancérogènes (selon l'OMS), ainsi que génotoxiques (bris de l'ADN) et neurotoxiques (séquelles neurologiques diverses), selon des milliers d'études scientifiques indépendantes, c'est qu'elle peut se réfugier derrière le Code de sécurité 6 de Santé Canada, qui ne reconnaît que les effets thermiques (réchauffement) et ignore les effets biologiques observés à des niveaux d'exposition aussi faibles que 100 µW/m2 (maximum recommandé à l'intérieur d'une maison par le Conseil de l'Europe), alors que Santé Canada prétend qu'il n'y a pas d'effets en bas des 6 millions de µW/m2 permis par le Code 6...

Mais les problèmes avec cette technologie ne s'arrêtent pas là. Grâce aux données très détaillées sur la consommation électrique qu'ils envoient à Hydro-Québec, il est possible de tracer un portrait précis de nos habitudes de vie et des appareils que nous possédons. Malgré leur cryptage, des pirates informatiques, voire la NSA américaine, vont finir par mettre la main sur ces données, et ainsi pouvoir épier à notre insu nos moindres faits et gestes dans le sanctuaire de notre demeure. En plus de constituer une atteinte potentielle à la vie privée et un sérieux risque sanitaire qui, à la longue, pourrait bien faire décupler le nombre de cas d'allergie aux micro-ondes et aux champs électromagnétiques (l'électrosensibilité est un véritable cauchemar!), ces appareils ont la fâcheuse tendance à prendre feu quand leur circuit de protection contre les surcharges de tension fait défaut. Googlez smart meter fires, et vous en verrez de nombreux exemples.

Si ce qui précède vous a persuadé-e de résister, sachez que vous n'êtes pas seul-e. Près de 5000 Québécois ont signé une pétition (chn.ge/1ehCovQ) indiquant leur volonté de ne pas se faire imposer un tel risque. Pour vous joindre à eux et en apprendre beaucoup plus, allez à JeGardeMonCompteur.com. Assurez-vous d'y consulter les témoignages de personnes déjà affectées. Et parlez-en autour de vous, même si hélas pour plusieurs, il est déjà trop tard...

P.S. Pour vous impliquer localement dans cette lutte, voir estrierefuse.wordpress.com



Campagne de financement 2014
de la Coalition sherbrookoise pour le travail de rue

Source : Philippe Fortier-Charette, Coalition sherbrookoise pour le travail de rue

La campagne de financement de la Coalition sherbrookoise pour le travail de rue s'est entamée au printemps. Sous la thématique *Donnez un sens à la rue*, la Coalition se donne l'objectif de recueillir la somme de 300 000 $ pour maintenir ses services auprès des jeunes et des personnes marginalisées. «*L'autofinancement est essentiel au fonctionnement de l'organisme. Encore en 2013, seulement 32 % de nos revenus proviennent de subventions stables et récurrentes!* », explique M. Sylvain Limoges, président du conseil d'administration de la Coalition.

Depuis sa fondation en 1988, la Coalition sherbrookoise pour le travail de rue s'est considérablement agrandie, et assure année après année la présence et le maintien de cette approche d'intervention alternative et complémentaire. En effet, les travailleuses et les travailleurs de rue exercent leur pratique en dehors des structures conventionnelles et, sans discrimination, offrent aux personnes rencontrées un accueil humain, le réconfort d'un lien de confiance et un accompagnement vers les ressources appropriées susceptibles de répondre à leurs besoins.

Mme Chantal Fortier, directrice générale de l'organisme, souligne le caractère essentiel du travail de rue : « *Le travail de rue repose sur le lien de confiance avec l'individu, ce qui demande du temps. Il faut respecter le rythme des personnes rencontrées.* »

Pour atteindre les objectifs de cette nouvelle campagne, la Coalition compte sur l'appui et la générosité de la communauté sherbrookoise. Plusieurs activités de financement ont eu lieu (Cyclothon au Carrefour de l'Estrie, Radiothon sur les ondes du 107,7 FM et le Spectacle « Kurios » du Cirque du Soleil). La dernière activité de financement de cette campagne, le Cocktail dînatoire, se tient le 10 juin au Théâtre Granada.



Un don au Comptoir familial
pour contrer l'invasion d'organismes qui n'ont rien de philanthropique

Par Michèle Sicotte, Le Comptoir familial de Sherbrooke inc.

Combien d'organismes à but non lucratif peuvent se vanter en 2014 de vivre et de prospérer sans subventions? Très peu si on en croit Pierre Simard, professeur à l'ENAP dans un article fort intéressant paru le 1er mai dernier dans le Journal de Montréal et intitulé *Certifié 100% libre de subventions.*

Cet exploit dont il est question dans l'article, le Comptoir familial de Sherbrooke le réalise depuis plus de 50 ans. Et comment y arrive-t-il? Grâce à la générosité de sa population qui lui fait don de vêtements et de divers articles en bon état qu'il revend ensuite dans son magasin situé au 151 rue Bowen Nord. Mais aussi grâce au travail de plus de 100 bénévoles et de 5 employés dévoués qui s'investissent, que ce soit à la réception de la marchandise, au tri, à l'étiquetage, à la mise en vente ou à la caisse. Sans eux et sans vous, chers donateurs, rien ne serait possible.

Mais ce succès reste fragile pour un organisme comme le Comptoir familial qui ne possède aucun autre point de dépôt pour récupérer ses dons que celui de son siège social et n'effectue aucune cueillette à domicile. Il dépend donc entièrement de la générosité de ses donateurs. Logiquement, on se dit que ces dons auraient dû augmenter significativement au fil des ans, car il faut bien se le dire, nous consommons davantage aujourd'hui et nous conservons beaucoup moins longtemps les objets dont nous faisons l'acquisition. Par conséquent, nous devrions donc avoir beaucoup plus de choses à donner.

Examinons la chose d'un peu plus près… Depuis les années 60, d'autres organismes de bienfaisance ont vu le jour à Sherbrooke et reçoivent eux aussi des dons en vêtements, ce qui représente un 'plus' pour notre communauté. Mais il y a aussi une autre explication beaucoup moins encourageante pour notre communauté: la prolifération de cloches de récupération aux quatre coins de la ville et dans les municipalités environnantes. Mais sait-on vraiment qui bénéficie de ces dons? C'est une question que le journaliste Rémi Leroux du magazine Protégez-vous s'est posé dans l'édition du mois de mai 2014 dans le reportage *Dons de vêtements : attention aux faux organismes de charité*. M. Leroux dénonce le phénomène des boîtes qui portent des inscriptions qui font référence à de faux organismes à but non lucratif.
« Les boîtes, dit-il, ressemblent à s'y méprendre aux boîtes d'organismes caritatifs reconnus. Pendant que ces vraies fondations caritatives versent les profits de la revente de ces vêtements à des associations partenaires, les entreprises privées, elles, se remplissent les poches. »

Aussi, afin de contrer cette invasion, M. Leroux suggère des solutions pour contrer cette supercherie.
- Tout d'abord, mettre en place une réglementation municipale qui permettrait de distinguer les organismes de charité des entreprises privées en limitant l'installation des boîtes de dons aux organismes de bienfaisance enregistrés auprès de l'Agence de revenu du Canada et de bien identifier les boîtes à l'aide du numéro d'enregistrement de l'organisme.
- Exiger de l'organisme qui installe une boîte de dons une entente signée avec le partenaire commercial ou institutionnel qui l'accueille, ce que ne font pas les entreprises privées
- Demander un permis de la part de chaque organisme qui installe et exploite les boîtes de dons. Ce permis ne serait délivré par une municipalité que si l'organisme prouve qu'il a un numéro de charité accord par l'Agence de revenu du Canada.

Alors en attendant que nos élus mettent en place une telle réglementation, la meilleure façon de vous assurer que vos dons servent bien la cause que vous souhaitez appuyer, c'est de déposer vos dons directement au siège social de l'organisme en question.



la nouvelle vitrine du Comptoir familial (été 2013) qui se veut un clin d'oeil à la murale 'Légendes & Mena'sen' qui orne l'un des murs du bâtiment du Comptoir familial.

Et si vous avez des doutes sur un organisme, soyez assurés qu'en donnant au Comptoir familial vos dons servent une cause juste et dont bénéficient entièrement à communauté sherbrookoise puisque l'an dernier ce sont plus de 55 000 $ qui ont été retournés à la communauté sherbrookoise par le biais de 16 organismes. De plus, le Comptoir familial a permis de dépanner directement 415 personnes référées par 18 organismes. En leur nom, nous vous remercions de votre générosité et espérons que vous serez de plus en plus nombreux à nous soutenir grâce à vos dons pour assurer la pérennité de notre organisme.

www.comptoirfamilialdesherbrooke.com

Bibliothèque numérique de la francophonie des Amériques

Source : Line Gigault, Coordonnatrice aux communications,

Le Centre de la francophonie des Amériques a lancé, au printemps dernier, la Bibliothèque numérique de la francophonie des Amériques, avec la participation de l'écrivain Dany Laferrière. Cette bibliothèque contient près de 2500 titres, des romans, des ressources pédagogiques, des recueils de nouvelles et des bandes dessinées qui sont dorénavant disponibles pour l'ensemble de la francophonie des Amériques en un seul clic.

Une initiative du Centre, la Bibliothèque est un outil évolutif qui grandira selon les demandes exprimées par les utilisateurs. *« Notre intention est de mettre à la disposition des francophones un outil pertinent, qui répond aux besoins de professeurs, d'agents de développement communautaire, d'étudiants francophones et d'amoureux de la littérature francophone des Amériques. Son contenu évoluera en fonction de la diversité du territoire et des lecteurs »*, affirme Denis Desgagné, président-directeur général du Centre.

Lorsque le Centre a demandé à Dany Laferrière d'être parrain de la Bibliothèque, il s'est dit enchanté de ce projet qui donne accès aux livres aux communautés francophones en situation minoritaire ou éloignées. *« Ce projet ouvre, pour beaucoup de gens dans ce monde gorgé d'inégalités, de fantastiques possibilités. Brusquement une grande partie de cette Amérique aura accès à un savoir jusque-là hors de leur portée. Je me souviens d'un temps où je me sentais loin du monde, ne pouvant pas avoir accès aux livres dont j'entendais parler. Ce temps n'est pas terminé pour certains, mais il sera grandement réduit, et cela grâce à cette Bibliothèque numérique de langue française, dont je suis fier d'être le parrain »,* a souligné M. Laferrière.

Plus qu'une Bibliothèque, un espace d'échanges et de partage

Pour plusieurs, la littérature francophone est facilement accessible. Mais pour certains des 33 millions de francophones des Amériques, l'accès au livre en français est souvent difficile. Cette Bibliothèque appartient donc à tous les francophones à l'échelle du continent. Il suffit d'être membre du Centre (adhésion gratuite!) pour découvrir des œuvres, des auteurs et des éditeurs des Amériques, à portée de tablettes électroniques ou via Internet, mais également pour participer à un espace public multimédia d'échanges et de partage avec d'autres lecteurs du continent. Pour visiter la Bibliothèque : www.bibliothequedesameriques.com.

À propos du Centre de la francophonie des Amériques

Le Centre de la francophonie des Amériques a pour mission de promouvoir et mettre en lien les 33 millions de francophones dans les Amériques. Une ressource indispensable pour la mise en valeur du français dans le contexte de la diversité culturelle des Amériques.

Le Centre bénéficie du soutien financier du Secrétariat aux affaires intergouvernementales canadiennes du Québec. Pour plus de renseignements sur les activités du Centre, consultez le www.francophoniedesameriques.com.

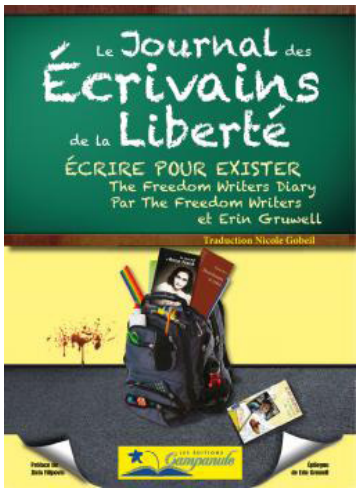
· Chronique Litteraire ·

Par Chantal Dugrenier

Le journal des Écrivains de la liberté

Le journal des Écrivains de la liberté
Par The Freedom Writers Diary et Erin Gruwell, traduction de Nicole Gobeil
Les Éditions Campanule, 25 $
***

J'ai rarement lu un livre qui suscite chez moi aussi peu d'intérêt. Est-ce dû à une réalité qui ne me corresponde pas ou à une traduction de mauvaise qualité? On s'attend à des récits jeunes, dynamiques et quelque peu confus puisqu'écrits par des jeunes révoltés, étiquetés « NULS » par le système, qui vivent dans le racisme et la violence des gangs de rue, mais tout est écrit dans une même couleur comme s'il n'y avait qu'un seul narrateur. Je n'ai pu entrer dans ces histoires multiples d'abus de toutes sortes, c'est trop de violence en même temps avec une certaine normalité dérangeante. On ne peut s'attacher aux nombreux personnages. Tout est fait dans l'anonymat; on ne sait jamais d'un journal à l'autre, en début de lecture, s'il s'agit d'une fille ou d'un garçon. Les écrits sont très courts et sans suite.



Surnaturel, comment peut-on penser qu'un professeur, aussi doué soit-il, puisse amener tous les élèves sous sa charge à un meilleur comportement sans qu'un seul résiste au changement et garde son comportement de « bum ».

Ce livre qui a inspiré le film *Écrire pour exister* ressemble étrangement à un conte de fées.



Le Pelteux de nuages lance le premier album d'une trilogie

Après son album *L'ombre de l'aveugle*, sorti en 2011, Le Pelteux de nuages nous revient avec un album post-rock à la sonorité éthérée et céleste, une musique qui touche les cordes sensibles des gens pour les faire rêver et vibrer.

Cet album, *Les jeûnes de la chair,* est le premier d'une trilogie intitulée *Sahara d'endorphine*, titre également de la première pièce du disque. *Les jeûnes de la chair* est offert au prix que vous fixez vous-même sur le site LePelteuxDeNuages.bandcamp.com et sur lepelteuxdenuages.com. L'album est aussi disponible sur iTunes.

Politique nationale de lutte à l'itinérance



Source : Table sur l'itinérance de Sherbrooke

La nouvelle politique gouvernementale annoncée le 28 février dernier par le gouvernement Marois apporte une vision d'ensemble sur les besoins des personnes et des pistes de solutions pour contrer ce phénomène. *La table sur l'itinérance de Sherbrooke*, qui compte 26 organisations du milieu communautaire et institutionnel, réclamait depuis plusieurs années cette politique nationale tout comme l'ensemble des acteurs en itinérance au Québec.

Une réalité très présente à Sherbrooke
Malgré une forte concentration de l'itinérance à Montréal, Sherbrooke n'est pas en reste. Au cours de la dernière année, quelque 1 400 personnes différentes ont utilisé les ressources d'hébergement à Sherbrooke. De ce nombre, plus de 575 ont séjourné au Partage Saint-François (Maison Wilfrid-Grégoire et refuge Accueil Poirier), près de 50 jeunes ont résidé à l'Auberge du Cœur la Source-Soleil en hébergement de transition et 150 jeunes ont bénéficié du service d'hébergement et de suivi pour mineur(e) s offert par la Maison Jeunes-Est. Par ailleurs, la Chaudronnée de l'Estrie a servi plus de 45 000 repas à près de 1 700 personnes différentes et quelque 370 personnes ont bénéficié des services de l'équipe itinérance du CSSS-IUGS. Certes, toutes ces personnes ne sont pas toutes à la rue, mais la ligne à franchir est parfois bien mince.

Si de nombreuses initiatives ont été mises en place depuis plusieurs années pour améliorer les conditions de vie des personnes, plusieurs ressources se cassent la tête pour boucler leur budget annuellement. Selon la Table itinérance de Sherbrooke, un investissement majeur est nécessaire pour que la réalité change.

Des orientations convainquantes
La nouvelle politique québécoise en itinérance définit cinq axes d'interventions que sont le logement, les services de santé et les services sociaux, le revenu, l'éducation, l'insertion sociale et l'insertion professionnelle, ainsi que la cohabitation sociale et les enjeux liés à la judiciarisation. Pour la Table itinérance de Sherbrooke, ces thèmes jugés prioritaires correspondent bien aux enjeux qu'elle a soulevés dans son cadre de référence : accessibilité des services publics, développement de solutions durables tels le logement, le travail et les milieux de vie de qualité.

Pour améliorer l'accès aux services et créer une meilleure harmonisation entre les actions des ministères sur le terrain, le gouvernement met en place une instance de coordination régionale, sous l'égide de l'Agence de la santé et des services sociaux de l'Estrie.

De la politique au plan d'action
Heureux de l'adoption de cette nouvelle politique, le milieu sherbrookois attend le plan d'action avant de se réjouir complètement. En effet c'est grâce au futur plan d'action et aux fonds qui seront consacrés à l'intervention que les effets de la cette nouvelle politique pourront vraiment se faire sentir. Et, pour ce faire, la table sur l'itinérance de Sherbrooke compte sur un investissement significatif. Avec l'élection d'un nouveau gouvernement en avril dernier, le climat d'incertitude est présent, mais les représentants régionaux se sont montrés enclin à une rencontre avec les représentants de la table afin de discuter de la reprise des travaux qui avaient débutés avec le gouvernement précédent.

En attendant, la mobilisation se poursuit. Des actions ont récemment été posées tels que l'envoi de plus de 500 lettres au Ministre de la santé et une manifestation à Québec le 16 mai organisée par Front d'action populaire en réaménagement urbain (FRAPRU) et le Réseau Solidarité Itinérance du Québec (RSIQ) ayant attiré des centaines de personnes de partout en province (dont Sherbrooke).

Cet été serons-nous en vacances ou en chômage?
Le prochain budget provincial nous le dira

Le gouvernement demande à tous ses ministères des coupures dans leurs dépenses. Plusieurs projets sont mis sur la tablette, plusieurs rumeurs circulent concernant le saccage ou l'abandon de certains programmes, etc.

Les organismes en défense collective des droits (DCD) sont très inquiets. Vivant d'un sous-financement chronique et d'un manque de reconnaissance, ils se questionnent sur leur avenir. Est-ce qu'ils pourront donner des vacances bien méritées aux employéEs ou devront-ils mettre la clé dans la porte pour quelques mois et envoyer leur équipe de travail en chômage?

Les organismes en DCD travaillent à faire reconnaître des droits humains et à les faire appliquer. Contrairement à la défense individuelle des droits, lors d'un gain collectif, les retombées touchent l'ensemble de la population et pas seulement un individu. Ils travaillent en lien avec des droits spécifiques tels que : un revenu décent, l'égalité, un travail décent, un logement, la santé, l'éducation, et l'alimentation.

Plusieurs gains sociaux ont été obtenus par leurs actions, ex. : Loi sur l'équité salariale, inscription automatique au supplément de revenu garanti, la Loi visant à lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale, le code du logement à Sherbrooke, le réseau des Centres de la petite enfance, et bien d'autres.

Depuis 3 ans, le Comité élargi de reconnaissance et de financement de la Table ronde des organismes volontaires d'éducation populaire de l'Estrie a fait un gros travail d'éducation auprès de la population et des éluEs afin de les sensibiliser à leur triste réalité.

Le nouveau gouvernement dévoilera son budget au début du mois de juin. Les organismes en DCD en feront-ils partie ou seront-ils toujours en état de survie? Devront-ils se battre encore pour obtenir plus que des peanuts? Ils le sauront bientôt.

Le Comité élargi reconnaissance et financement de la TROVEPE est composé de : Manon Brunelle (Illusion emploi de l'Estrie), Alain Roy (Association des locataires de Sherbrooke), Line Marcoux (Table d'action contre l'appauvrissement de l'Estrie), Martha Gutierrez (ConcertAction Femmes Estrie) et David Bouchard (Table ronde des organismes volontaires d'éducation populaire de l'Estrie).



Le nouvel espoir

LES MANCHETTES

Cahier spécial

2014, ÉDITION 3 · LE NOUVEL ESPOIR · VOLUME 12 (juin-juillet) · PROCHAINE PARUTION 2014, ÉDITION 4 · VOLUME 12 - ISSN : 1927 - 0925



Poésie urbaine
Page 10



Quoi faire à Sherbrooke
Page 12



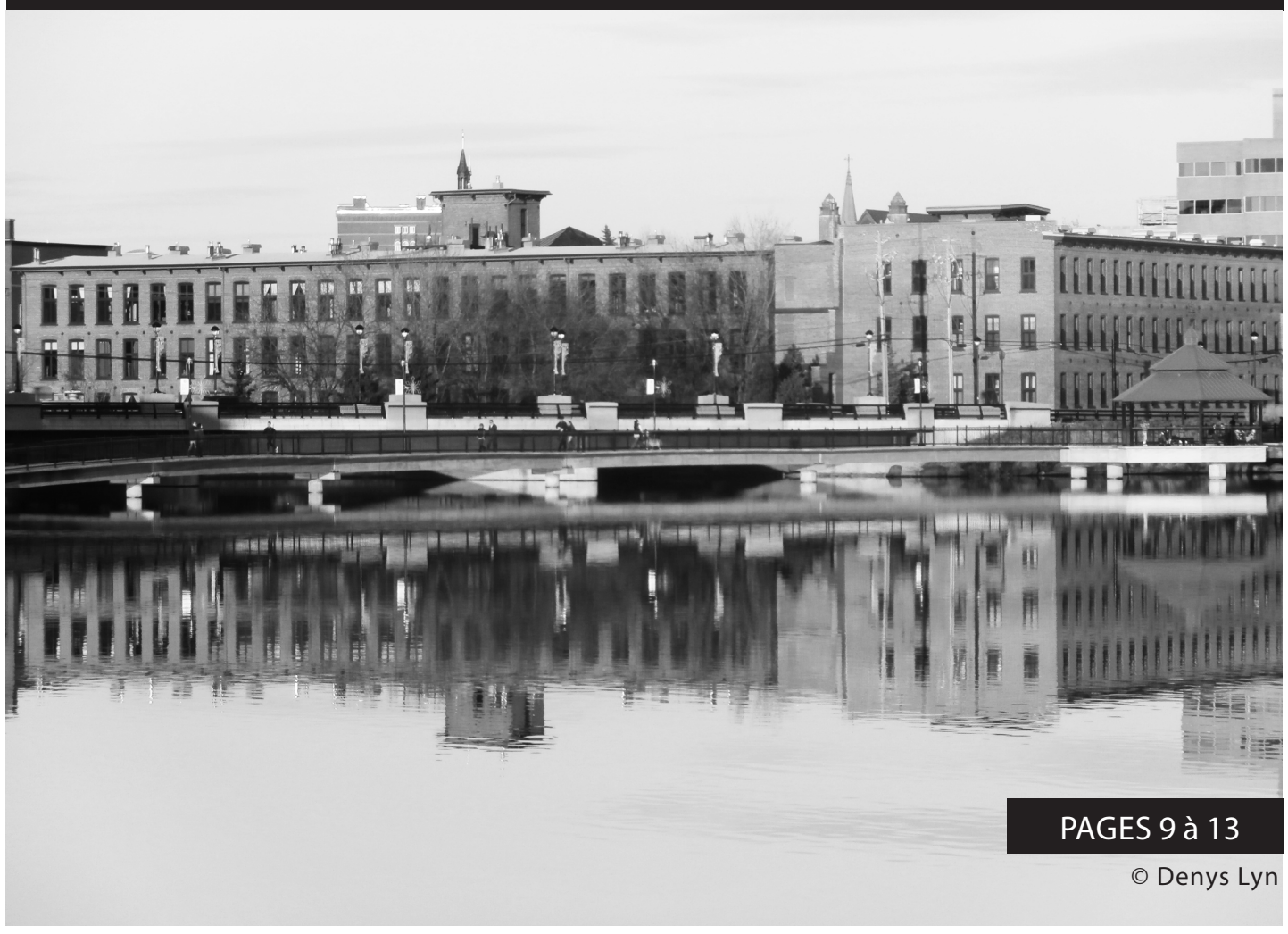
Vacances et vos animaux
Page 11

L'été à Sherbrooke

Après les joies de l'hiver; les plaisirs de l'été!

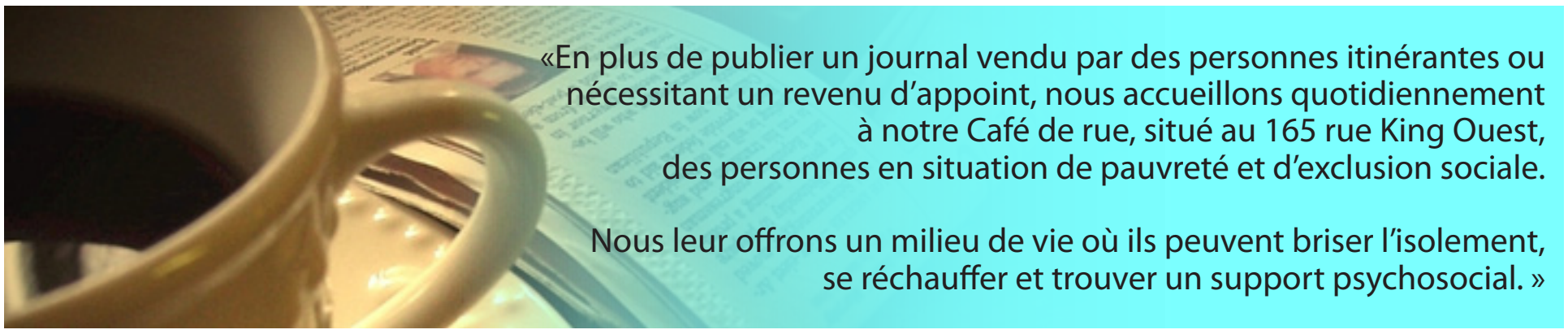
Quoi faire à Sherbrooke en cette période estivale? Ce ne sont pas les choix qui manquent en cette belle période de l'année. La question est souvent pour certains : quoi faire avec peu d'argent? Heureusement, Sherbrooke et ses environs sont parsemés de beaux paysages et d'activités peu coûteuses auxquelles on peut s'adonner afin de profiter de la vie!

Nous vous en proposons quelques-unes dans notre cahier spécial de la troisième édition du volume 12 du Journal de rue de Sherbrooke. Profitez de l'été!



PAGES 9 à 13

© Denys Lyn



«En plus de publier un journal vendu par des personnes itinérantes ou nécessitant un revenu d'appoint, nous accueillons quotidiennement à notre Café de rue, situé au 165 rue King Ouest, des personnes en situation de pauvreté et d'exclusion sociale.

Nous leur offrons un milieu de vie où ils peuvent briser l'isolement, se réchauffer et trouver un support psychosocial. »

Géocaching à Sherbrooke

Par Nancy Mongeau

Le géo quoi?
Le géocaching fait de plus en plus d'amateurs autour du globe. Cette activité de plein air compte des géocacheurs ici même, à Sherbrooke, et au grand plaisir de ceux-ci, on peut trouver plus de 1000 géocaches dissimulées un peu partout dans la ville. Mais qu'est-ce que le géocaching? Le principe est simple, des capsules sont cachées et il faut les trouver! Ces capsules, appelées géocaches, peuvent être de différentes formes, couleurs et grosseurs. Il existe une douzaine de types de géocaches, dont certaines comportent des énigmes complexes à résoudre pour déterminer les coordonnées. On trouve dans les géocaches un registre à signer et une boite contenant des trésors que l'on peut échanger. Il est obligatoire de remettre un objet de valeur égale ou supérieure dans la boite afin d'en laisser pour les autres géocacheurs. On peut parfois y trouver des Objets voyageurs, une sorte de médaille de géocaching sur lequel est gravé un code unique utilisé pour enregistrer ses déplacements sur le site geocaching.com. Certains de ces objets ont fait le tour du monde!

Je veux participer!
Comment participer à cette chasse aux géocaches? Il suffit de se rendre sur le site geocaching.com et de localiser les géocaches les plus près de chez vous grâce à leurs coordonnées GPS. Vous devrez donc avoir en votre possession un GPS ou une application GPS sur votre cellulaire et le tour est joué! L'adhésion de base est gratuite. Des gens de tous âges sont adeptes de cette activité; les retraités comme les jeunes familles.

Concernant les trésors laissés, le respect de certaines règles est important; pas de nourriture ou d'objets odorant (pour ne pas attirer les animaux), certains géocacheurs sont des enfants (il faut le prendre en considération) et il est conseillé d'emballer les objets hermétiquement afin de les protéger des intempéries.

Si vous prenez goût au géocaching, sachez qu'il existe plus de deux millions de géocaches dans le monde! Vous trouverez tous les détails sur les règlements, les types de caches et l'inscription sur le site : geocaching.com.

Poésie urbaine

Par Kayan Nagshi

À travers le gris froid des bâtiments utilitaires de la cité des rivières, quelques éclats de couleurs viennent barioler le quotidien des sherbrookois. Les murales de Sherbrooke embellissent la ville depuis douze ans déjà grâce à Serge Malenfant et à son organisme M.U.R.I.R.S.

Le projet n'a aucune fin lucrative et aucun but politique. Son objectif premier est de nous éveiller à la beauté à l'aide des matériaux qui constituent l'histoire sherbrookoise. Les personnages peints sont réels et représentent des protagonistes de la région et des citoyens de la ville. Ce réalisme produit chez les citoyens un sentiment d'unité et d'appartenance à leur ville comme le témoigne Judith Largy, ancienne citoyenne de Sherbrooke: *« quand je reviens dans ma ville ce qui me touche c'est de voir que les murales n'ont pas été vandalisées par des graffitis, comme si tout le monde avait un respect pour ces œuvres »*. Les murales servent effectivement, entre autres, à prévenir les actes de vandalisme comme les graffitis. Sherbrooke se démontrant comme une innovatrice en choisit cette méthode à celle de la surveillance par caméra.

L'art pour l'art
Les murales ont pour effet d'instaurer à la jeunesse sherbrookoise les valeurs liées à l'importance de l'art dans une société. En effet, les produits culturels servent entre autres à créer des codes entre différents groupes d'individus afin de les réunir. Les produits culturels façonnent les structures de l'esprit et contribuent au processus d'individuation de l'être. L'art sort l'individu de la productivité et rappelle à ce dernier que certaines choses sont futiles et n'existent que pour être belles. Il s'agit d'un concept qui peut paraitre choquant aujourd'hui puisque la futilité et la contemplation sont deux idées qui sont en contradiction avec l'esprit de productivité qui est aujourd'hui au cœur de notre société contemporaine.



© Patrick Desbiens

Sur le fil
La ville de Sherbrooke, en matière d'art mural, fait partie des têtes de file et figure même parmi les villes possédant les plus belles fresques murales du monde occidental. Le soin et le détail apportés à ces œuvres ont permis cette prouesse à la ville. Les trompes l'œil sont efficaces et confondent même quelques personnes : *« de loin, j'ai l'impression que le paysage continu »* explique Antoine Lafrance amusé. Les plus observateurs remarqueront un petit gnome caché sur chacune des fresques.

M.U.R.I.R.S a encore bien des projets pour la ville. L'organisme souhaite rajouter la même poésie à l'Est de Sherbrooke par exemple. Les arts muraux sont des incontournables pour tout visiteur de la cité des rivières.

Voyager avec ou sans votre animal

Par Stéphanie Beaudry-Bouchard

Lors de voyage à l'étranger ou séjours à l'extérieur, beaucoup de planifications sont à prévoir, mais qu'en est-il pour votre animal de compagnie? Va-t-il avec vous ou se fera-t-il garder? Voici quelques informations qui pourront sûrement vous aider.

Gardé par un proche
S'il se fait garder par un proche, assurez-vous de laisser son carnet de santé ainsi que le numéro du vétérinaire en cas d'urgence. Pour rassurer votre animal, vous pouvez lui apporter son jouet préféré, ainsi que quelque chose qui porte l'odeur de la maison, cela le rassurera. Indiquez toute allergie ou médicamentation.

Pensions
La pension sans cage est préférable à celle avec cage, car votre animal dépensera son énergie, en plus, il socialisera avec d'autres dans le cas des chiens. Il existe aussi des pensions pour chats. Pour les animaux exotiques, elles sont plus rares, mais elles existent tout de même. Un carnet de santé à jour sera nécessaire. De plus, certains exigent que votre animal soit stérilisé.

La vaccination
La vaccination est recommandée en tout temps. Bien qu'elle n'assure pas une protection à 100 %, elle s'est montrée plutôt efficace pour protéger l'animal. Dès le jeune âge, les vaccins sont recommandés aux 8e, 12e et 16e semaines de vie de votre animal (selon les recommandations de votre vétérinaire). Avant la 8e semaine, le vaccin n'est pas efficace et détruit les anticorps transmis par la mère. Le rappel du vaccin est important aussi pour assurer de son efficacité. Le rappel est par la suite annuel, sauf pour la rage qui elle se fait tous les 3 ans. Les différents vaccins sont donnés selon chaque cas, et selon votre type de vie avec votre animal de compagnie. Consultez votre vétérinaire pour de plus amples d'informations.



Peggy, chien de Sylvie Bouchard et Yves Therriault, profite de la belle saison!

Maladie reliée au cours d'eau et aux forêts
Maladie de Lyme : Elle est causée par une morsure de tique infectée et cause de l'arthrose, de la fièvre et des problèmes neurologiques chez l'animal. Elle fait ses ravages en Europe, Asie et Amérique du Nord. Les tiques se retrouvent dans les boisés, il est donc recommandé de faire vacciner votre animal pour cette maladie si vous allez dans les bois et les boisés, si par exemple vous apportez votre animal en camping. *Liens : http://www.phac-aspc.gc.ca/id-mi/lyme-fs-fra.php*

Leptospirose : cause des problèmes du foie et du rein ainsi que des douleurs abdominales. Elle se transmet par la défécation dans l'eau d'un animal contaminé. Il est donc recommandé si vous allez dans les lacs et cours d'eau, de faire vacciner votre animal.

Prévention
À l'approche de l'été, il est conseillé de traiter vos animaux au Revolution. Disponible chez le vétérinaire, cela prévient les puces, les mites, etc. Le traitement est à faire chaque mois, mais cela évite bien des coûts reliés aux débarras de ces êtres indésirables. Attention aux produits similaires vendus en animalerie; le produit destiné au chat doit servir aux chats et celui pour les chiens aux chiens, sinon des complications pourraient survenir.

Voyage hors du pays
Pour voyager hors du pays, il vous faudra vous renseigner des exigences du gouvernement du Canada. Il vous sera demandé des papiers vétérinaires et formulaires disponibles sur le site Inspection.gc.ca/animaux (visitez la page Facebook du Journal de rue de Sherbrooke pour obtenir le lien).

Petit rappel DANGER
- Attention aux plantes toxiques
- Le chocolat peut être mortel
- Raisin, oignon, ail et bière ne sont pas recommandés pour les animaux
- Il ne faut jamais laisser votre animal dans la voiture hiver comme été, cela pourrait lui être fatal, car les températures en été peuvent monter à 55 degrés Celsius en quelques minutes et descendre très bas rapidement en hiver

CÉCILE

Cécile se fait une beauté
À quatre-vingt-cinq ans
elle mord dans la vie

Bien sûr sa mémoire lui joue des tours la plupart du temps

Je la connais depuis près de huit ans
Elle remplace ma mère morte prématurément

Elle est mère et grand-mère

Je la visite régulièrement
Elle est mon rayon de soleil
Elle a incontestablement la beauté du cœur et le sens de l'humour

Je l'aime

On oublie peut-être de la visiter comme il le faudrait
C'est pourquoi elle a adopté ce petit pierrot en peluche
qu'elle sert contre son cœur et à qui elle parle de temps en temps

Elle a peur qu'on lui dérobe son pierrot
bref peur qu'on lui dérobe des choses

Des malaises bizarres s'emparent de son corps parfois
Ce corps qui a beaucoup vécu
qui trahit un passé digne d'être louangé
plein de clairvoyance

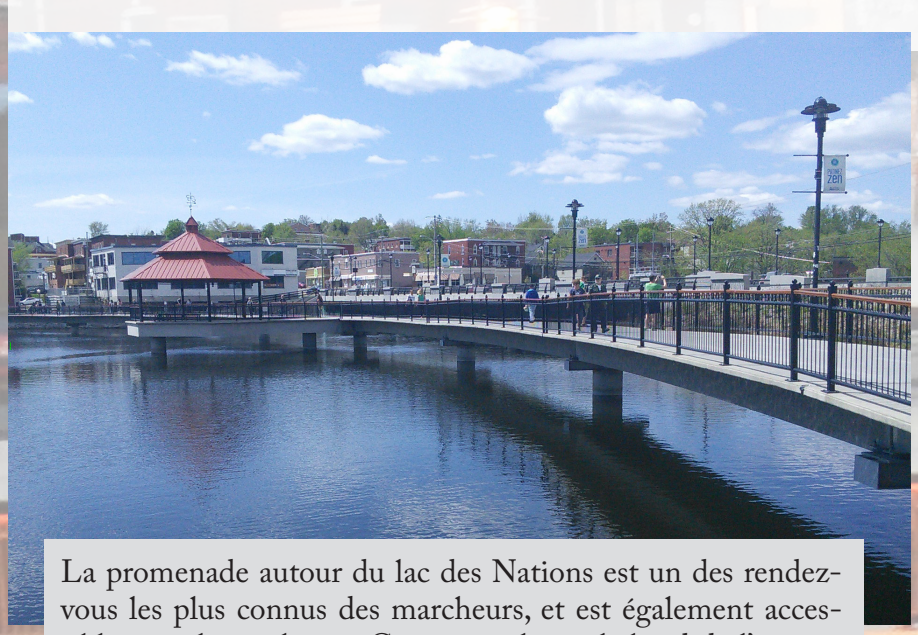
Bonne route Cécile
Toi qui es d'une beauté proverbiale
et toute mon affection

Francine Dutil

Quoi faire à Sherbrooke?

Par Pascale Wolfshagen

Il y a tant à voir à Sherbrooke! En profitant des espaces en plein air, il est possible d'occuper pleinement ses journées, et ce, à faible coût. Sans prétendre pouvoir parler de tout ce qu'il y a à faire dans notre belle ville, nous avons réuni ici quelques lieux inoubliables à découvrir ou à redécouvrir.



La promenade autour du lac des Nations est un des rendez-vous les plus connus des marcheurs, et est également accessible pour les cyclistes. Cette piste longe le bord de l'eau sur tout le trajet, et passe par le parc Jacques-Cartier et le Marché de la Gare. À la Gare, plusieurs producteurs et artisans locaux y vendent des produits du terroir, et certains jours, il y a même un marché en plein air!



Bien d'autres endroits sont idéaux pour la promenade à Sherbrooke. La Promenade de la Gorge est un bel endroit à toute heure, mais se révèle encore plus enchanteur la nuit. Pour les amoureux de la nature, il y a aussi de nombreux sentiers pédestres à explorer. Le Marais Réal-D.-Carbonneau, situé à une vingtaine de minutes à pied du centre-ville (environ six-sept minutes en voiture) est un véritable havre de paix, en pleine ville! Il y a aussi le bois Beckett qui vaut le détour. Pour ceux qui aiment les paysages et les panoramas, il y a le Mont Bellevue, et le Sanctuaire de Beauvoir, qui tous deux offrent une magnifique vue en surplomb sur la ville. À Beauvoir, il y a aussi une petite chapelle qu'il est possible de visiter. Finalement, pour ceux qui apprécient l'effort durant la randonnée, il y a le Mont Orford près de Sherbrooke, qui offre une vue à couper le souffle une fois parvenu à son sommet.



Près du centre-ville de Sherbrooke, il y a plusieurs espaces propices à la promenade. Le centre-ville lui-même, en particulier la rue Wellington, a ses attraits. En plus des boutiques, des cafés et des restaurants nombreux et variés, l'architecture de plusieurs édifices est remarquable, et les nombreux parcs sont idéaux pour pique-niquer. Les murales, présentent un peu partout dans la ville, contribuent largement, elles aussi, à faire de Sherbrooke une ville splendide.



Les cyclistes seront bien servis à Sherbrooke, puisque beaucoup de pistes cyclables sillonnent Sherbrooke, et croisent plusieurs parcs où il fait bon s'arrêter. Un circuit divisé en plusieurs axes, le réseau des Grandes-Fourches, offre la possibilité de visiter Sherbrooke et les villages environnants à vélo.

En plus du vélo de promenade, il est également possible de faire du vélo de montagne, puisque plusieurs pistes sont aménagées spécifiquement pour ce sport au Mont Bellevue.

L'Espace 100 Noms: un lieu à découvrir

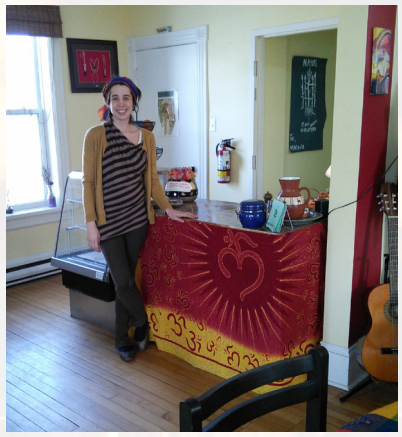
Par Pascale Wolfshagen



Plusieurs projets divers ont été à l'origine de l'Espace 100 Noms, et ce sont toutes ces réalisations qui, ensemble, donnent à cet endroit son cachet unique. Situé au 170 rue Queen (à Lennoxville), ce café-boutique offre des mets végétaliens, mais il n'y a pas de prix: les gens qui y viennent peuvent contribuer librement selon les moyens qui leur conviennent, que ce soit en argent, par troc ou par du bénévolat. Des jeux et des livres sont à la disposition de tous. Le jardinage communautaire fournit une partie des ingrédients utilisés dans les repas, et plusieurs personnes travaillent bénévolement aux cultures et aux germinations. Il y a également une friperie disponible, ainsi que des projections régulières de documentaires, et des ateliers. Bref, ça bouge beaucoup!

Ce qui unit les gens à l'Espace 100 Noms, c'est une volonté d'explorer une façon de faire du commerce autrement, en basant tous les échanges sur l'entraide. Le groupe fonctionne avec la générosité des gens, et ses membres mettent leurs ressources et leur labeur en commun. La conscience environnementale est aussi une dimension essentielle de l'Espace 100 noms, puisque l'achat local est favorisé dans la confection des repas, et que le jardin est entretenu sans pesticides ni engrais chimiques.

Pour découvrir cet endroit unique en son genre, les heures d'ouverture au grand public sont du lundi au jeudi, de 10:00 à 14:00. L'espace 100 Noms est également ouvert à tous lors des ateliers et des projections de documentaires, qui sont annoncés régulièrement sur leur page Facebook, au nom de « 170 Queen ». N'hésitez pas à aller faire un tour, vous y serez bien accueillis!





Comment les identifier?
La loutre, la belette, le rat musqué, la marmotte et le castor

Par Fannie Royer



Loutre
La loutre est de la famille des amphibiens (animal qui a une respiration pulmonaire sur terre ainsi que cutanée sous l'eau). Cet animal est omnivore et vit de nuit. Elle pèse environ 30 livres. Elle a le pelage épais et brillant. La majorité du temps, elle vit sur le bord des lacs, des marais où il y a de l'eau profonde.

Belette
La belette étant proche cousine de la moufette, surnommée la vampire des forêts, car elles attaquent leurs proies à la base de la nuque pour briser les vertèbres. Leurs glandes anales sécrètent un liquide nauséabond, qui leur permet de faire leur territoire ainsi que de se protéger des rivaux. Elles sont sournoises, car souvent elles rentrent dans les tunnels créés par les souris, ainsi ses proies sont plus faciles à attraper. Elles sont considérées comme des animaux indésirables, car elles peuvent rentrer dans vos poulaillers et vouloir amener une poule dans son terrier. Mais généralement, elles s'atta-quent plus aux petites souris, ainsi qu'à de petites proies.

Le très reconnaissable Castor
Nous reconnaissons le castor par sa queue plate ainsi que par ses barrages indésirables, car il cause des inondations. Le mâle et la femelle ont sensiblement le même poids.

Ce sont des architectes hors pairs. Lorsqu'il a trouvé un emplacement de choix, il commence par se créer un abri temporaire, où il pourra se protéger durant la construction de sa hutte proche d'une rive. Lorsque son barrage lui convient, quand il y a assez d'eau pour former un étang, là il va se concentrer sur sa hutte et se faire des tunnels pour cacher ses provisions.



Rat musqué
Le rat musqué est un mammifère plutôt dodu et disproportionné avec un corps long et des membres courts. Contrairement à la croyance populaire, le rat musqué n'a aucun lien de parenté avec le rat commun. Il ressemble à un gros mulot adapté à la vie dans l'eau. Il n'a pratiquement pas d'oreilles ni d'yeux tellement qu'ils sont petits. Une queue plate verticale et arrondie lui sert de gouvernail sur la surface de l'eau. Ses pattes postérieures palmées lui permettent de mieux nager sous l'eau. Son milieu de vie est près des berges peu profondes. Il est omnivore (il mange de tout) donc il mange des insectes, des grenouilles et des plantes aquatiques. Il est important de savoir que comme la loutre, la belette et le castor, le rat musqué est aussi un rongeur. Donc comme le castor, le rat musqué fabrique des huttes et des barrages pour se protéger de ses prédateurs et cacher ses provisions. Il vit environ de 3 à 5 ans, dépendamment de l'environnement où il habite.



Finalement la marmotte
La marmotte commune est un mammifère de la famille des rongeurs, tout comme l'écureuil, le suisse et les chiens de prairie. Dans les rongeurs de l'Amérique du Nord, seuls les castors et les porcs-épics sont plus gros que la marmotte. C'est un animal qui hiberne et qui ressort au printemps, qui fait maintenant partie d'une légende populaire qu'on appelle le jour de la marmotte.

Quand elle protège son terrier ou ses petits, elle siffle ; de là vient son surnom, le siffleu. Je ne sais pas pour vous, mais moi la marmotte je la trouve plus mignonne que nuisible. Si pour vous cet animal est méprisable, moi je la trouve très courageuse, car quand elle est à la recherche de nourriture ou qu'elle protège ses petits, elle peut tenir tête à un chien de la grosseur d'un colley et fait fuir le chien avec la queue entre les pattes. Alors si vous détestez encore cet animal je vous conseille fortement de la regarder aller pendant plusieurs jours, ainsi vous allez pouvoir remarquer comment cet animal peut vous surprendre.

La grossesse de cet animal est d'environ 30 jours et elle met bas vers le mois d'avril ou mai. Elle a une portée à chaque année qui comporte environ 4 petits. Ses petits naissent sourds et aveugles. Ils sont sans défense et ne sont que 10 cm de long et pèsent environ 30 grammes.

À 28 jours, leurs yeux s'ouvrent et se couvrent de poils courts et déjà ils sont sevrés. Ils commencent à sortir du terrier vers 6 semaines. La croissance de la marmotte se fait très rapidement, car à l'âge 6 semaines ils sortent de leur terrier. La croissance est si rapide qu'ils pèsent 570 grammes après huit semaines et deviennent très gras pour l'hibernation. La marmotte vit environ une dizaine d'années.

Ce qui la distingue des autres animaux que j'ai nommés, c'est qu'elle n'aime pas les cours d'eau ni les marécages, elle préfère habiter dans des champs ou en dessous de vos remises. L'humain considère cet animal comme nuisible dû au fait qu'elle mange souvent les récoltes des fermiers et des citadins. L'un de ses mets préférés est bien entendu la carotte. Si jamais vous voyez une marmotte sur votre terrain et que vous la trouvez nuisible, il est possible de vous en débarrasser sans pour autant l'exterminer ou pire la maltraiter. Vous avez juste à téléphoner à la SPA au 819-821-4727 (Société protectrice des animaux) et ils viendront vous aider, ils se feront un plaisir de vous servir. Protégeons cet animal connu, mais mal aimé.

J'espère que cette rubrique vous a plus et vous a permis de mieux les identifier et de mieux les comprendre.

La mie de la couronne
Boulangerie artisanale



Première boulangerie véritablement artisanale ouverte au centre-ville depuis plus de 15 ans, plus de 28 sortes de pains, viennoiseries, tartes etc. , farine bio et naturelles, fermentées au levain, toujours sans gras ni sucre, et produits à taux réduit de gluten.

Fournisseurs des meilleures tables en Estrie.

La mie de la couronne
74, rue Alexandre, Sherbrooke
346-PAIN • 819-346-7246

La Situation médiatique de la presse écrite en France

Par Stéphane Bach, stagiaire français pour le journal de rue de Sherbrooke

En France, comme partout dans le monde depuis plusieurs décennies, combinées à l'essor des nouvelles technologies qui s'est amorcé au cours du XXe siècle avec la radio, la télévision et surtout avec l'internet au cours des années 90, la presse écrite subit une crise qui ne cesse de croître depuis les dernières années.

En effet, après un entretien avec Valérie Arnould, éditrice travaillant étroitement avec le journal Sud-Ouest, qui constitue le 2e quotidien le plus important en France avec des ventes journalières avoisinant les 270 000 exemplaires (le 1er étant Ouest-France avec environ 734 000 exemplaires), il me fut plus facile d'analyser cette crise et les enjeux actuels auxquels doivent s'attaquer la presse écrite pour continuer d'exister et ne pas disparaitre à petit feu, comme cela pourrait être le cas, par exemple, pour le quotidien Paris-Normandie dont les ventes ont chuté d'environ 9 % (ce qui est, contrairement à ce que l'on pourrait penser, énorme…). Les éditeurs des médias écrits décident donc de s'appuyer sur les nouveaux outils technologiques et non de les combattre ou de tenter de continuer de leur faire concurrence, ce qui de toute évidence, serait une « croisade » perdue d'avance.

Parallèlement, et dans ces conditions, il est aussi de plus en plus difficile de créer et faire vivre un quotidien à but non lucratif et surtout de le redistribuer gratuitement compte tenu des coûts de production et de la demande en baisse.

Pour illustrer cette crise, nous nous appuierons donc sur l'exemple de l'un des quotidiens les plus populaires en France, Sud-Ouest, et par conséquent qui concerne bien évidemment la région rochelaise.

Les ventes du support papier se répartissent de cette manière : environ 65 % sont réalisés par abonnement à domicile et/ou individuel et environ 35 % se fait par postage dans les différents points de vente, c'est-à-dire les bureaux de tabac, boulangeries, épiceries, etc. D'après Valérie Arnould, la presse française n'a réellement mesuré l'importance de la crise de la presse écrite que depuis approximativement 2 ans, constatant que la diffusion des quotidiens papier et leur achat ne faisaient que décroître. Ne pouvait-il pas en être autrement compte tenu de notre monde en perpétuel changement et où quel que soient les domaines, tout va de plus en plus vite? Cependant, et dans le même temps, l'autre constat qui fut fait est la forte augmentation de ce que l'on peut qualifier de presse « instantanée » ou « immédiate », c'est-à-dire la recherche d'une information à un instant T et parfois sans réelle raison, et cette demande, mais aussi ce qu'il l'a surement créé, amplifié et suscité... On mentionnera là aussi l'internet et les accessoires qui en ont découlé au cours des dernières années tels que les tablettes, les smartphones, iPod, etc. À titre d'exemple, Sud-Ouest enregistre mensuellement environ 15 millions de visiteurs en ligne, et ce chiffre est en perpétuelle hausse… Ainsi, le constat flagrant et que me rappelait mon interlocutrice est que, désormais, il faut réorienter les personnes quittant le papier vers ses nouveaux outils. Ainsi, elle m'ajouta que Sud-Ouest était sur le point de mettre en place une application pour portable Android. De cette manière et jusque-là, la presse écrite vivait et était financée en grande partie par l'achat des tirages (s'il était payant) et de la publicité qu'il faisait paraitre dans ces numéros. Dorénavant, nous pouvons imaginer que la presse et les médias se financeront toujours de cette manière, mais au lieu de l'achat du journal, l'achat ou l'abonnement de cette application ou d'un abonnement en ligne.

La crise du papier qui touche les grands quotidiens est inévitablement à mettre en relation avec les quotidiens « free » ou du moins, qui ont vocation d'être gratuit en termes de distribution et/ou le prix du journal revient (en tout cas une partie, comme le journal que vous êtes en train de lire) dans la poche de son revendeur, qui est souvent dans une grande précarité.

Pour la première catégorie, nous allons parler de TMV (Toute Ma Ville), distribué gratuitement et librement dans différents endroits de la ville de La Rochelle, qui pour vivre dépend d'une grande structure (celle de Sud-Ouest) et qui vit grâce à la publicité qu'il diffuse dans son contenu. *TMV*, comme d'autres journaux de ce type donnent également la possibilité de fournir quelques heures de travail (comme Marion sur notre photo, étudiante).. Pour la seconde catégorie, qui rentre donc plus spécifiquement dans le cadre de notre journal, elle s'est surtout développée dans la première moitié des années 90 en France. Les plus connus furent le Macadam qui mourra au début des années 2000 avant d'être relancé en 2009, cette fois-ci, par une équipe de professionnels bénévoles qui a maintenu le principe de rémunération pour le revendeur, tout en modernisant la maquette et en créant un site officiel (www.macadamjournal.com) où il est possible de s'y abonner. Un autre journal de rue très connu et revendu en région parisienne par des personnes faisant face à la précarité est l'Itinérant (www.litinerant.fr). Il a pour ligne directrice de lutter contre la pauvreté et les sans-abris, et dans ce but-là s'évertue à publier le moins possible sur internet, certainement dans le but d'optimiser les ventes et les revenus des personnes en situation de précarité le revendant.

Ce qui est certain, et que l'on peut déduire de tout cela, c'est que la crise que traverse la presse écrite n'est pas prête de s'atténuer compte tenu de la mondialisation et de l'évolution des technologies qui donnent lieu à un monde où tout va de plus en plus vite, où les informations se transmettent



Marion, étudiante en France et camelot pour le journal Toute Ma Ville à La Rochelle

et se diffusent en temps réel avec quasiment aucune limite en termes de quantité, laissant presque que la possibilité aux grands quotidiens de s'équiper, s'adapter et prendre le tournant auquel ils doivent faire face vis-à-vis des technologies s'ils veulent continuer d'exister.

À l'inverse, pour la presse indépendante, libre et gratuite, n'ayant pas les moyens de franchir ce cap, elle est presque condamnée à mourir, d'autant plus que la publicité peut faire vivre un quotidien, mais elle peut dans le même temps le tuer, dans la mesure où elle peut se retirer comme elle le souhaite.

Enfin, pour les quotidiens ayant une vocation sociale, comme le nôtre et ceux que nous avons évoqués pour la France, l'internet peut être un outil pour lutter de manière massive contre la précarité, en revanche, et le revers de la médaille à tout cela, est qu'il risque fortement de créer, pour les mêmes raisons évoquées avant, une baisse de la demande et donc une chute des ventes et donc une source financière en moins pour nos itinérants …

On terminera par un motif d'espoir. Il y aura toujours des personnes pour acheter un journal papier, que ce soit par charité, pour s'informer pendant les transports, les pauses déjeunée, café, etc. Entrainant ainsi, on l'espère, une impossibilité quasi inébranlable de tuer définitivement l'information papier.

Guillaume Brien, entrepreneur de la collectivité

Par Eve Bonin, pour Basta communication

À quoi mesure-t-on le succès d'une entreprise? Si on se fie à l'image classique véhiculée par la croyance populaire, on serait portés à répondre que c'est une entreprise en pleine croissance, dont les actifs fructifient et se diversifient. Mais si les actifs en question sont en bonne partie de nature humaine?

L'entreprenariat ne vise pas toujours le profit personnel ni la cotation en bourse, et c'est particulièrement le cas en économie sociale. Pour Guillaume Brien, directeur général de la Fédération des coopératives d'habitation de l'Estrie (FCHE), ça signifie avant tout la concrétisation d'une vision, une vision collective en ce qui le concerne. Et si l'on se fie à sa feuille de route, on peut assurément affirmer que l'entreprise qu'il dirige est rayonnante de santé!

« J'ai un tempérament qui a besoin d'entreprendre des choses, de développer, de réaliser. Quand en plus c'est dans un but humain, pour un monde meilleur, ça me rejoint » affirme l'entrepreneur, pour qui ce désir de développer s'est toujours articulé autour d'une motivation collective.

Natif de Waterville, Guillaume Brien a grandi en commune, entouré d'adultes travailleurs sociaux et professeurs au primaire, ce qui a nourri son instinct grégaire, mais aussi son désir d'apprentissage et de transmission du savoir. Il suivra ensuite ses parents au Rwanda pendant deux ans pour y faire de la coopération internationale, et c'est là, sans le savoir, que le jeune Guillaume allait cueillir les racines de son engagement pour la collectivité.

De fait, après avoir complété une Maîtrise en gestion et développement des coopératives à l'Université de Sherbrooke, ce qui l'amène à nouveau à faire de la coopération internationale, il revient au Québec avec le désir d'ancrer ses connaissances et son tempérament entrepreneurial dans le milieu coopératif. «*Je trouvais que c'était ce qui s'en rapprochait le plus. Quand tu arrives dans un autre pays, t'as pas grand-chose à apprendre aux gens; ils ont déjà humainement un potentiel, des capacités, un milieu de vie extraordinaires. Il s'agit de canaliser certaines choses, de faire valoir, amplifier certains éléments qu'ils ont déjà à leur disposition.* »



Guillaume Brien accompagné de quelques-uns des membres de la Coopérative Les Enfants terribles.

Le milieu coopératif semble donc idéal pour ce rassembleur, et c'est au port de Québec que son bateau d'entrepreneur prend d'abord ancrage pendant 10 ans, dont les cinq derniers à titre de directeur général de la Fédération des coopératives d'habitation de Québec.

L'Estrie, un terreau fertile pour la coopération

Après avoir œuvré à soutenir, avec les partenaires du milieu, la consolidation du réseau de quelque 200 coopératives d'habitation et le développement de projets qui ont mené à la création de 1500 nouvelles unités de logement dans la capitale nationale, il revient dans sa région natale où il agit à titre de directeur général de la Fédération des coopératives d'habitation de l'Estrie depuis maintenant 5 ans. Si la taille du réseau est moins imposante, avec ses 52 coops d'habitation, les défis n'en sont pas moins enlevants. « *Ça nous permet de développer plein de nouvelles choses, de les tester et de les faire rayonner au niveau national. Si ça marche, qu'on l'ancre bien en région, je m'en fais un des ambassadeurs pour le développer ailleurs au Québec.* »

Parmi les projets que son équipe et lui ont contribué à développer au fil des ans, notons la diversification des coopératives d'habitation pour des clientèles particulières, comme les aînés, les personnes vivant une problématique de santé mentale ou les familles et personnes seules à faible revenu. Certains projets, comme la coop La Diligence de Bromptonville, font cohabiter familles et aînés, amenant ainsi une mixité sociale qui stimule les échanges et améliore la qualité de vie dans le milieu.

En plus de développer de nouveaux projets, la FCHE accompagne et soutient les coopératives existantes au niveau de la comptabilité, de la gouvernance et de la saine cohabitation entre les membres. « *On a beaucoup développé l'entraide à travers des projets comme le comité bon voisinage, la médiation citoyenne, et des projets de coopératives bi-générationnelles, du jamais vu en Estrie. Les membres y gagnent une confiance en eux extraordinaire.* » Dans les coops pour aînés, entre autres, les membres sont particulièrement actifs au sein des nombreux comités. « *Des aînés de 72, 82 ans arrivent à la coop et se disent : j'ai le droit de rêver, et ici je vais pouvoir contribuer à réaliser mes rêves! On change le monde comme ça.* »

Une entreprise florissante

Guillaume Brien mesure le succès de son entreprise selon plusieurs critères, dont l'autonomie de l'organisation au niveau financier, et l'augmentation de la participation des membres aux événements, laquelle a doublé en Estrie au cours des cinq dernières années. *« On a aussi doublé le nombre d'événements annuels, avec des activités de formation pour créer cette autonomie-là chez nos membres. »* La saine gouvernance dans les décisions et dans le rapport entre les décideurs est également un indicateur important, de même que la préservation de l'actif immobilier. À ce chapitre, de nouvelles mesures de gestion écologique des immeubles commencent à émerger, pour s'assurer un maintien de la valeur des actifs à long terme.



Coopérative d'habitation «La grande vie» membre de la Fédération des coopératives d'habitation de l'Estrie.

Mais comme tout bon entrepreneur imaginatif et branché sur le milieu, Guillaume Brien développe, en parallèle, de nouveaux concepts pour diversifier l'offre de logements coopératifs en Estrie, qui est loin de suffire à la demande. Pour ce faire, il se réjouit de pouvoir compter sur la collaboration de précieux partenaires du milieu tels que Basta Communication. *« Pour bien soutenir et faire rayonner nos coops, il est important de s'entourer d'entreprises et d'organismes qui ont des valeurs humaines et qui les intègrent dans leur démarche. »*



Dépliant réalisé par Basta communication, dans le cadre du 15e anniversaire de la Fédération des Coopératives d'habitation des Cantons-de-l'Est, qui met en valeurs l'apport des coopératives d'habitation.

Les coopératives d'habitation ayant toujours été tributaires des subventions gouvernementales, Guillaume Brien et son équipe travaillent sur une nouvelle formule qui favoriserait la création de nouvelles coops, en permettant au membre d'acheter une part du droit de propriété. *« Ça permettrait de sortir des projets de la spéculation et de faire passer le parc coop de 1 % au Québec (3 % en Estrie) à 5-10-15 % comme dans certains pays d'Europe ou d'Afrique. »* Des projets sont également sur la table à dessin dans les municipalités rurales autour de Sherbrooke, ce qui concoure à les garder vivantes et dynamiques en contrant l'exode.

Il y a aujourd'hui 52 coops en Estrie, ce qui représente plus de 1700 logements. S'il n'en tient qu'à Guillaume Brien et son équipage, ce score ne cessera d'augmenter au cours des prochaines années, en quantité mais aussi en qualité. *« Ça fait 15 ans que je suis dans les coops d'habitation et j'ai encore tellement de choses à faire dans ce milieu. Je me vois comme une bougie d'allumage ou un accompagnateur dans ce processus. J'ai toujours eu cette vision que l'humain est extraordinaire et qu'il s'agit de lui donner les déterminants positifs pour faire rayonner ce beau potentiel. »*

cdec
SHERBROOKE

La CDEC de Sherbrooke
vous invite à son assemblée générale
le 12 juin prochain.

Pour de plus amples renseignements, écrivez à
cdec@cdec-sherbrooke.ca ou téléphonez au 819 563-1600.

Le sexe… En parler pour prévenir!

Claudia Pâquet, Intervenante en prévention, éducation et promotion de la santé

Il faut prendre conscience que d'aborder le sujet de la sexualité avec son adolescent ou son adolescente est encore délicat aujourd'hui. Il est toutefois essentiel de le faire puisque, malheureusement, ce volet du développement humain n'est pratiquement plus abordé dans les écoles québécoises. De plus, l'accès extrêmement facile à la pornographie gratuite sur divers site Internet peut avoir un effet néfaste sur la sexualité des ados. Il est clair que l'idée d'aborder la sexualité avec un enfant peut paraître effrayant, mais il vaut parfois mieux ne pas jouer à l'autruche et trouver des moyens afin de mieux affronter cette réalité. Il faut se rappeler qu'il est tout à fait normal de sentir un certain malaise face au sujet. C'est pourquoi je vous propose certaines idées et pistes de solutions pour passer le message à vos ados ou à d'autres jeunes avec qui vous entretenez un lien significatif.

Tout d'abord, il faut évaluer son niveau d'aisance à discuter de sexualité avec son ado et établir les bases du message que l'on veut faire passer. En effet, comme dans plusieurs situations de notre vie, il vaut mieux être bien préparé et outillé afin de bien « performer ». Il est clair que d'établir une relation ouverte avec son enfant favorisera la communication avec celui-ci le moment venu. Dites-vous que votre enfant n'abordera probablement pas le sujet par lui-même puisque parent et sexualité ne font souvent pas bon ménage dans la tête d'un adolescent.

Il faut se fixer un objectif clair avant même de discuter avec son ado et pour faciliter la discussion, veuillez favoriser un moment spécifique : profitez d'une activité ou d'une sortie spéciale avec votre enfant pour parler du sujet. Attention, les lieux publics peuvent être appropriés ou pas! Effectivement, discuter lors d'une balade en forêt peut être très bénéfique alors que si l'on aborde le sujet au centre d'achats, il se peut que ce soit une moins bonne idée.

Un élément non négligeable quand on aborde la sexualité est de préserver l'intimité chez les deux parties. Il est primordial de ne pas entrer dans les détails… Tant lorsque l'on questionne son ado que lorsqu'il est question de sa propre sexualité. Croyez-moi, ils ne veulent probablement pas connaître les histoires de relations intimes de leurs parents! Rappelez-vous; il importe de leur donner de l'information spécifique pour qu'ils prennent soin de leur santé sexuelle, mais aussi de leur santé physique et psychologique. Alors, mettons de côté les abeilles et les cigognes et parlons des vraies affaires! Parlez de sexe de façon large (les relations avec les partenaires, la masturbation, la contraception, le VIH/SIDA et les autres infections transmissibles sexuellement et par le sang, etc.). Parlez-lui des valeurs qui vous tiennent à cœur en lien avec la sexualité. Pourquoi ne pas aborder, par exemple, la notion de respect (respect de soi, de son rythme, de ses limites et aussi de l'autre)?

Un aspect important à retenir est que la « campagne de peur » n'est pas une solution efficace pour aborder la sexualité. Étant pratiquée dans le respect et le consentement des deux parties, la sexualité est positive et occupe habituellement une place privilégiée chez les jeunes et les moins jeunes. Transmettre une image dégradante de la sexualité donnera une vision ambivalente à vos ados. Il vaut mieux exposer des faits concrets et véridiques.

Pour les plus timides

Certaines personnes seront trop mal à l'aise pour aborder le sujet avec leur enfant. Il existe des solutions efficaces pour faire leur « éducation sexuelle » sans nécessairement aborder le sujet en face de prime à bord. Il est par exemple possible de se procurer multitude de dépliants sur la sexualité et bon nombre de sujets qui s'y rattachent (les infections transmissibles sexuellement et par le sang, les moyens de contraception, la sexualité sécuritaire, l'orientation sexuelle, etc.).

De plus, il existe bon nombre de sortes de condoms, pourquoi ne pas en procurer à votre jeune? Ne vous inquiétez pas, cela ne les poussera pas à avoir des relations sexuelles plus rapidement, mais juste plus sécuritairement. Leur santé c'est important! Ajoutez à votre cadeau de préservatifs un mémo avec par exemple un lien avec le site masexualité.ca, un exemplaire du livre Full sexuel de Jocelyne Robert ou encore les coordonnées d'organismes en lien avec le sujet (IRIS Estrie pour les notions de VIH/SIDA ou autres ITSS et plus encore, SOS Grossesse pour les grossesses imprévues, etc.).



Vous pouvez aussi lui écrire une lettre sur le sujet, en mentionnant tout simplement que vous savez qu'un jour, il passera par cette étape au cours de sa vie et que vous restez disponible pour l'écouter et répondre à ses questions.

Pour conclure

Ce qui est primordial de retenir, c'est que parler de sexualité ne poussera pas votre ado à avoir une relation sexuelle plus rapidement de même que s'il a en sa possession des préservatifs. Il apprendra plutôt à bien établir ses limites et à bien utiliser le matériel préventif relié à la sexualité. Il vaut mieux se montrer ouvert et disponible à répondre à ses questions que faire de la propagande négative en lien avec la sexualité. Et finalement, si aborder le sujet avec votre ado est trop gênant, utilisez des moyens détournés pour aborder le sujet. Sachant que l'âge moyen des premières relations sexuelles avec pénétration est de 16 ans, il se peut que certains aient leur première relation sexuelle avant cet âge et ils peuvent avoir des relations sexuelles orales avant cet âge. Alors, commencer tôt à parler de sexualité avec votre enfant, il s'en trouvera seulement plus outillé et plus en sécurité le grand jour venu.

IRIS Estrie
505, rue Wellington Sud

L'art comme outil de rétablissement?

Par Jeanne-Ève Dupuis
Arrimage Estrie

En travaillant au développement d'une image corporelle positive et avec les personnes qui souffrent d'un trouble du comportement alimentaire (anorexie, boulimie, hyperphagie, orthorexie et bigorexie), il arrive fréquemment que nous recevions la question : comment se sort-on d'un trouble alimentaire ou bien est-il possible de s'en sortir? Ce à quoi nous répondons souvent : oui, il est possible de se sortir d'un trouble alimentaire. Il faut toutefois être conscient-e que cela peut s'étendre sur une longue période de temps. Pour nous, chez Arrimage Estrie, nous adhérons davantage à une approche définie par un processus de rétablissement qu'à la guérison complète d'un trouble alimentaire.

Guérison et rétablissement

Alors que la guérison réfère à une disparition complète des symptômes, le processus de rétablissement amène une notion de rechute possible et une possibilité d'apprendre à développer une qualité de vie plus satisfaisante tout en vivant avec un trouble alimentaire, ou tout autre problème de santé mentale. Mais cela convient tout particulièrement aux personnes qui en souffrent, puisque les rechutes font partie intégrante du rétablissement. Celles-ci permettent entre autres de mieux se connaître, de déceler les réactions et les moments auxquels nous sommes plus fragiles ainsi que les émotions qui peuvent mener à une crise alimentaire. Spaniol (1994) décrit le rétablissement comme « un processus par lequel la personne reconstruit et développe de nouvelles interdépendances : personnelle, sociale, environnementale et spirituelle dans leurs vies. C'est un processus d'ajustements de leurs propres attitudes, sentiments, perceptions et buts dans la vie, et un processus d'autodécouverte, d'autorenouveau et de transformation. »

L'art dans le rétablissement

Lorsque l'on souffre de troubles alimentaires, le rétablissement peut passer par plusieurs éléments : psychothérapie, introspection et réflexion sur son image corporelle, groupes de soutien, hospitalisation, travail sur l'estime de soi, sur les relations familiales, amicales et amoureuses et leurs impacts sur nous, redéfinition de soi, gestion du stress et de l'anxiété, etc. L'art peut contribuer à plusieurs de ces éléments.

En effet, de plus en plus, l'art est utilisé pour le rétablissement et pour l'amélioration de la qualité de vie des personnes qui souffrent d'un trouble physique ou psychologique. On dit entre autres que l'exposition seule à des œuvres visuelles ou la musique, par exemple, peuvent réduire l'anxiété et la douleur chez différentes personnes. L'art est également un moyen efficace pour augmenter l'estime de soi, par la connaissance de soi, entre autres, et le sentiment de fierté d'avoir créé une œuvre qui part complètement de soi-même et de son vécu intérieur. L'art contribue également à faciliter la communication et à exprimer son ressenti d'une façon différente que verbalement, ce qui n'est malheureusement pas à la portée de toutes et de tous. Elle permet aussi de s'exprimer, autrement qu'avec son corps, ce qui est particulièrement intéressant dans le rétablissement d'un trouble alimentaire. En fait, grâce à l'art, il devient plus facile pour les personnes souffrant d'un trouble alimentaire d'accorder moins d'importance à leur corps et leur apparence.

Jung a d'ailleurs déjà affirmé que le fait de créer entraîne la personne à enclencher un processus de prise en charge d'elle-même, qui facilite la mise en action. L'art, comme loisir, apporte également un apaisement, ce qui est non-négligeable. Chez Arrimage Estrie, nous offrons des activités qui utilisent l'art comme moyen d'expression, surtout en ce qui a trait à l'image corporelle. Surveillez notre prochaine programmation ou prenez contact avec nous pour de plus amples informations, au 819 564-7885, par notre site web au www.arrimageestrie.com, ou par courriel à info@arrimageestrie.com

Arrimage

Épicez vos plats!

Par Anysia Aprile

Voilà un moyen utile pour qui veut donner plus de goût à son assiette tout en visant une alimentation santé et faible en sel.

Les épices et fines herbes.

La différence? Les épices désignent les fruits, bulbes, racines de plantes aromatiques, tandis que les fines herbes désignent leurs feuilles. Les premières sont souvent moulues ou séchées tandis que les fines herbes sont fraîchement coupées de la plante. Les fines herbes ont un pouvoir aromatique bien supérieur à celui des épices moulues ou séchées, donc dosez moitié moins de fines herbes que d'épices, puis ajustez au goût.

La plupart des épices peuvent s'ajouter sans problème en début de cuisson, car avec la chaleur et l'humidité des condiments celles-ci révèlent leur goût. Elles sont plus indiquées pour des mijotés ou poêlées rapides.

Pour ce qui est des fines herbes, il n'est pas toujours évident de savoir quelle herbe peut ou non tenir la cuisson. On peut malgré tout trouver des repères; par exemple les herbes à feuille solide telles que le thym, la sauge, le laurier, le romarin et la marjolaine sont préférablement ajoutées en début de cuisson, tandis que des plantes aux feuilles plus fragiles ne tiennent pas la chaleur, par exemple le basilic, le persil, l'estragon et la coriandre.

Petit conseil de conservation si vous avez des plantes aromatiques en pot : Il est possible de congeler vos herbes aromatiques ou d'en mélanger plusieurs dans les espaces à glaçons afin de les intégrer selon le bon moment à la cuisson. Aussi au frigo il est possible de les enrouler dans une serviette humide ou de mettre les bases dans un peu d'eau, le tout enveloppé de film plastique; ceci permet de conserver vos herbes une semaine supplémentaire.

Quelques épices excellentes pour la santé :

- **Le curcuma** : bourré d'antioxydants, il est utilisé en médecine traditionnelle de Chine et d'Inde pour ses propriétés anti-inflammatoires, antifongiques, antivirales et antibactériennes…
- **La cannelle** : bourrée d'antioxydants elle lutterait contre les troubles digestifs, elle serait aussi antiseptique. Par contre, méfiez-vous de la « fausse c annell » (la « vraie cannelle » étant celle issue de l'écorce, reconnaissable par sa forme de bâton enroulé sur lui-même); moins chère, elle contient plus de coumarine, très toxique pour le foie.
- **Le clou de girofle** : très riche en antioxydants, utilisé comme antiseptique et anesthésique.
- **Le paprika** : riche en antioxydants et béta carotène, il est aussi connu pour ses qualités antiseptiques et circulatoires.
- **Le gingembre** : utilisé surtout en tant qu'anti-nausées et anti-vomitif, au Moyen-âge certains lui confèrent un pouvoir aphrodisiaque.

Je vous laisse user de ces épices et herbes pour agrémenter vos plats cet été!

Ma recette d'oignons Bahji :

Bon exemple de recette épicée, rapide et facile, cette recette va plaire à tout le monde! À accompagner d'un accompagnement frais, tel qu'une salade de crudités ou d'un taboulé.

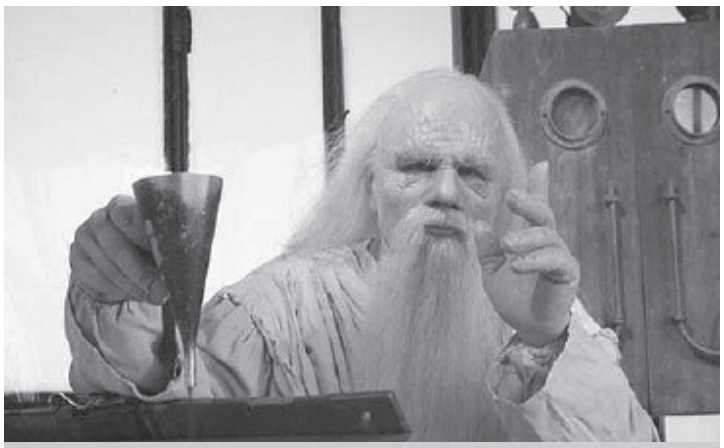
— 1 gros oignon coupé en fines lamelles
— 5 à 6 cuillères à café de farine de pois chiches
— 40 ml d'eau
— 1 gousse d'ail hachée
— 6 cuillères à thé de cumin
— 6 cuillères à thé de curry
— 2 cuillères à thé de coriandre
— 4 cuillères à thé de curcuma
— Sel, poivre au goût
— Un peu de jus de citron (facultatif)

Dans un saladier, mélangez les oignons avec les épices et la farine de pois chiches. Une fois les oignons bien enrobés du mélange sec, intégrer l'eau au mélange. Dans une poêle, faire chauffer l'huile. Quand celle-ci est chaude, y déposer une cuillère de mélange, et ainsi de suite jusqu'à épuisement du mélange. Retourner une fois doré. Une fois frits, les déposer sur du papier absorbant et servir chaud.

SUDOKU, Niveau moyen

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

Solutions du Sudoku à la page 23



Les énigmes du père Fouras

1) Elle communique les vibrations Qui font chanter le violon. On la cherche par amour, Mais on doit la rendre un jour. Qui est-elle?

2) Si en amour ils sont appréciés, Les gros, eux, sont à éviter. Les auteurs en ont des fameux, Et certains servent pour des jeux. Qui sont-ils?

3) Autrefois, le maître en frappait le cancre, qui la redoutait. Utilisée par le dessinateur, Elle doit être suivie par les joueurs. Qui est-elle?

2) Habitués des bibliothèques ou danseurs, leur avarice et légendaire. Au moindre grain, Ils quittent le navire. Qui sont-ils?

Trouvez les réponses à la page 23

Transcendance
film mettant en vedette Johnny Deep

Par Geneviève Kiliko



Il y a longtemps que je n'étais pas allée voir un film au cinéma. À vrai dire, j'étais lassée des films que j'avais visionnés au cours des dernières années; toujours la même chose : violence gratuite, sexe banalisé, lutte de pouvoir à n'en pas finir, bref, toutes les bassesses d'une humanité qui nage dans une boue éternelle en ne voyant pas les lianes autour d'elle s'écriant : « Vous pouvez nous attraper, nous sommes là pour vous! ». Évidemment, je parle ici de la nature. Notre déconnexion totale avec elle. Tout cela pour revenir au sujet dont je veux traiter ici : le visionnement du film « Transcendance » que je suis allée voir par un beau dimanche soir. Ce film est teinté d'une vision très « épeurante » parce qu'il représente le futur de nos enfants qui sont déjà, avec les années, de plus en plus omnibulés par les jeux vidéos et par tout ce qui touche la technologie dans son sens large : médias sociaux, intelligence artificielle, etc. Bref, que de connexion dans un monde si « déconnecté »!
Le film est en quelque sorte une réplique version 2014 du film « The matrix ».

Qu'adviendra-t-il du jour où la technologie deviendra notre Dieu? Le personnage principal, Johnny Deep, qui joue le rôle d'un scientifique qui tente de reproduire la conscience humaine dans un programme informatique de haut niveau, incarne toute cette polémique. Au début du film, Johnny Deep, jouant le rôle du Dr Will Warner, tente d'expliquer son programme lors d'une conférence où sont réunis plusieurs scientifiques.

L'un d'entre eux lui pose la question qui suit : « Alors, vous voulez créer votre propre Dieu avec ce programme? » Johnny Deep (Dr Will Warner) lui répond : « Mmm…Bonne question…N'est-ce pas cela que l'homme a fait tout au cours de l'histoire? » Cette question, on pourrait y réfléchir bien longtemps. En effet, les différentes religions qui habitent le monde sont des perceptions que l'homme se fait de Dieu, mais n'a-t-on pas tous le même Dieu? C'est inévitable, le reste est seulement une lutte de pouvoir à savoir laquelle de ces perceptions est teintée d'une plus grande Vérité…

La technologie, quant à elle, n'a pas de variables, elle s'étend à travers toute la planète et tout le monde y trouve son compte; ici pas de lutte de pouvoir, qu'une connexion artificielle établie avec nul autre qu'un être humain derrière une « machine » et une « machine » devant un être humain. Certes, la technologie n'a pas que de mauvais côtés, je ne voudrais surtout pas exagérée, mais il est tout de même intéressant de suivre cette étendue planétaire de plus près et de toujours garder à l'œil que notre soif de connexion est imprégné d'une forme alarmante de solitude. La solitude d'avoir perdu notre connexion intérieure, notre pouvoir créateur, celui-là même qui nous relie à notre essence véritable…

Au cours du film, la technologie prend le dessus sur l'humanité et se répand dans la conscience collective. Une conscience collective dirigée par quoi au fait? Pourquoi croit-on fermement que l'évolution de l'humanité ne repose que sur les innovations technologiques? Est-ce un manque de foi envers nous-mêmes? L'avancement personnel de tous et de chacun ne pourrait-il pas être combiné à la confiance face à notre propre pouvoir créateur? Maintenant que la « goutte » de la technologie est semée pour de bon, n'y a-t-il pas un danger imminent de perdre de vue l'essentiel? Veut-on réellement participer à la « déconnexion » des générations à venir en laissant la technologie (jeux vidéos, etc.) prendre le dessus sur notre humanité?
Ce film m'a grandement fait réfléchir sur le contact avec la nature que nous avons tant perdu et qu'il serait primordial de réintégrer dans la vie des enfants… et de la nôtre! Je ne suis pas épargnée par ce fléau et je ne voudrais surtout pas que mes opinions soient perçues comme des jugements, car je fais partie intégrante de la conscience collective.

J'essaie tout de même de m'efforcer à changer mes habitudes en allant au cinéma, question de prendre un peu d'air!!!

Blague à part, je conseillerais ce film aux friands de science-fiction. Pour ma part, je crois que ces derniers se rapprochent beaucoup plus de la réalité que tous les autres films que j'ai le courage de regarder.

En guise de conclusion, je finirais cet article sur une citation très visionnaire de Martin Luther King : *« Notre pouvoir scientifique a dépassé notre pouvoir spirituel. Nous savons guider des missiles, mais nous détournons l'homme de sa voie ».* Voilà.



Centre de diffusion ArtFocus

du 7 mai au 5 juillet
Exposition *Le Bonheur est dans les p'tites choses,* de Maude Lamoureux

Maude Lamoureux se passionne de miniature et vit la simplicité volontaire depuis toujours. Ses constructions 2D et 3D, qui sont composées de divers matériaux, souvent recyclés, nous transportent dans un univers de rêve et de volupté où y règne une fée dodue et coquette, prénommée Pumkin.

www.artfocus.tv





Au-delà de la rue : réalités et enjeux de l'itinérance au Québec

Lancement à Longueuil et Québec le 12 juin

Le RSIQ lance une publication intitulée Au-delà de la rue : réalités et enjeux de l'itinérance au Québec. Cette publication vise à mieux faire connaître les réalités de l'itinérance dans l'ensemble des régions du Québec tout en permettant un partage des expertises. Des exemplaires gratuits ont été prévus pour les membres du RSIQ à raison de 1 exemplaire par organisme membre d'une concertation régionale.



Des rubans mauves

pour sensibiliser la population à la maltraitance envers les personnes aînées

Par Aurélie Marcil, Service d'action communautaire du CSSS-IUGS

Depuis 2006, le 15 juin de chaque année est la *Journée mondiale pour contrer la maltraitance envers les personnes aînées*. Une fois de plus cette année, dans le but de souligner cette journée de sensibilisation mondiale, le Comité contre les mauvais traitements faits aux personnes aînées issu de la Table de concertation des organismes communautaires secteur « Personnes aînées » de Sherbrooke organise la campagne du *Ruban mauve* !

À Sherbrooke seulement, ce sont 6 000 rubans mauves accompagnés d'un carton d'information qui seront distribués dans des organismes et des lieux publics les 9 et 10 juin prochains. C'est d'ailleurs grâce à la collaboration d'étudiants des écoles secondaires de Sherbrooke que tous ces « rubans et cartons de sensibilisation » ont pu être assemblés en moins d'une journée!

Le port du ruban mauve a pour objectif de susciter la discussion sur la présence de la maltraitance malheureusement trop souvent vécue par des aînés près de nous. Le carton d'information pour sa part comprend un mini-quiz permettant d'illustrer les formes de maltraitance psychologiques, financières et la négligence dont peuvent être victimes ces personnes vulnérables. On y trouve aussi d'inscrites les coordonnées de précieuses ressources du milieu, telles que DIRA Estrie (Centre d'aide aux aînés victimes de maltraitance), AQDR Sherbrooke (Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées), CAVAC de l'Estrie (Centre d'aide aux victimes d'actes criminels), la police municipale et le CSSS-IUGS.

Du 9 au 15 juin, portez votre ruban mauve en signe de solidarité aux aînés qui osent dénoncer la maltraitance. Du 9 au 15 juin, portez votre ruban mauve en signe de solidarité aux aînés qui osent dénoncer la maltraitance. Humiliation, discrimination, chantage, pression pour héritage ou prêt d'argent, infantilisation, violence : autant de mots pour qualifier une situation de maltraitance. Victime ou témoin, brisons le silence. Pour dénoncer une situation de maltraitance : appeler la ligne téléphonique 1-888-489-ABUS ou visiter le site web www.stop-abus-aines.ca

Pour obtenir un ruban mauve, informez-vous auprès d'un des organismes nommés précédemment ou parmi ceux-ci : Coopérative de services à domicile de l'Estrie, Handi Apte, Maison des grands-parents, Rose des vents, Rayon de soleil de l'Estrie, Réseau d'Amis, Sercovie, Société Alzheimer de l'Estrie. Ou encore, soyez des nôtres le 11 juin, dès 12 h 45 à la cafétéria de Sercovie (300 rue du Conseil), pour souligner cette journée mondiale. Au menu : vernissage d'une exposition d'affiches, kiosques, chorale, café/dessert, concours et prix de participation, jusqu'à 15h.



Assemblage des rubans et des cartons le avec des étudiants des écoles secondaires de Sherbrooke, des bénévoles du Centre d'action bénévole de Sherbrooke (Jèsus Chacon Espino) et des membres du Comité local contre les mauvais traitements faits aux personnes aînées de Sherbrooke (Isabelle Guérard de l'AQDR Sherbrooke et Nicole Léveque du Service de police de Sherbrooke)

· Ressources du milieu ·

Communauté

Familles

CSSS IUGS	819-780-2222
Association des parents PANDA	819-565-7131
Maison rêve et espoir	819-566-0553
Famille +	819-822-0835
Famille Espoir	819-569-7923
Maison de la famille	819-791-4142
RAME(monoparentale)	819-822-3451
Ligue pour l'enfance	819-563-8774
Ligue des parents de l'Estrie	1 800-361-5085
Maison des Grands-Parents de l'Estrie.	819-820-9803

Prévention violence

Bulle et Baluchon	819-822-6046

Jeunes

Grands-Frères/ Grandes-Sœurs	819-822-3243
Spec tintamarre	819-822-0835

Répit-Gardiennage

RAME	819-822-3451
Famille Plus	819-822-0835

Garderies

Regroupement des CPE de L'Estrie	819-566-7131

Halte-Garderies

Écoles Primaires communiquez avec l'école de votre quartier

Famille +	819-822-0835
RAME (monoparentale)	819-822-3451
Naissance- Renaissance	819-569-3119

Aide aux devoirs

Communiquez avec l'école de votre quartier maison

rêve et Espoir	819-566-0553
Famille Espoir	819-569-7923
La Grande Table	819-821-5505
Collège Frontière	1866-528-1001

Maison des Jeunes

Spot jeunesse	819-821-1988
Azimut nord	819-823-5138
Rock Forest	819-822-0369
Jeunes du coin d'Ascot	819-821-4592
Maison jeunes-est	819-821-1999
Bromptonville	819-846-6008
Lennoxville	819-821-4805
Fleurimont	819-569-4700

Femmes

La Parolière	819-569-0140
Calacs	819-563-9999
L'Escale	819-569-3611
Conseil du statut de la femme	819-820-3844
Centre de santé des femmes	819-564-7885
Centre des femmes immigrantes	819-822-2259

Grossesse

Programme OLO CSSS-IUGS	819-780-2222
S.O.S Grossesse	819-822-1181
Clinique Plan.naissance	819-565-0767
Centre de maternité	819-846-4846
Naissance-Renaissance	819-569-3119
Villa Marie-Claire	819-563-1622
Marraine Tendresse	819-562-0406
Ligue la Lèche	819-823-7344

Hommes

Le Seuil	819-821-2420
Momenthom (boîte vocale)	819-563-0303
Réseau homme Québec	819-566-0724

Communautés Culturelles

SANC (aide aux Néo-Canadiens)	819-566-5373
Féd. communautés cult. Estrie	819-823-0841
Centre St-Michel (FIS)	819-822-5520

Défense des droits

Pro-Def Estrie (santé mentale)	819-822-0363
Action Plus (sécurité du revenu)	819-564-4418
AUTS (Transport en commun)	819-563-4523
MCCE (chômage)	819-566-5811
Association des locataires	819-791-1541
CTTAE (accident et maladie de travail)	819-563-8178
ACEF (consommation)	819-563-8144
Office de la pro. Du consommateur	1 888-672-2556
Ligue des droits et libertés	819-346-7373
Commission des normes du travail	819-820-3441
Aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)	819-820-2822
Aide juridique (au civil)	819-563-6122
Aide juridique (au criminel)	819-563-4721
Pepines (équité pour les Estriennes)	819-348-1282
Illusion emploi (employabilité)	819-569-9993
CLE de vos droits (information)	819-821-8000 poste 62537
RUTASM (Regroupement des usagers du transport adapté de sherbrooke métropolitain)	819-562-3311

Aide à l'emploi

Centre d'intégration au marché de l'emploi (CIME) (femmes)	819-564-0202
Centre d'orientation et de recherche en emploi de l'Estrie	819-822-3226
Centre St-Michel	819-822-5520

Études

FIS (Centre St-Michel)	819-822-5520 poste 2246
Option 45	819-829-5060
Organi-Gestion	819-346-3973 poste 207
Centre d'orientation et de recherche en emploi de l'Estrie	819-822-3226
OPEX (délinquance adulte)	819-565-1866
Trav'Action (PSR handicapés)	819-564-1271
Le Pont (résolution de conflit	819-565-2559
Carrefour Jeunesse Emploi	819-565-2722
Pro-Gestion	819-822-6162
Option Réseau	819-569-7746
Centre d'éducation populaire	819-562-1466
Le Goéland	819-822-5505
Centre 24-Juin (professionnel)	819-822-5420
Cégep	819-564-6350
Villa Marie-Claire	819-563-1622
Maison Alpha	819-822-4114
Eastern Township S.B. (Éd. aux adultes)	819-566-0250
Centre d'éducation populaire de l'Estrie	819-822-4114

Entraide

Alimentaire

La Chaudronnée	819-821-2311
La Grande Table	819-821-5505
Famille Espoir (groupe d'achat)	819-569-7923
Cuisines collective le Blé D'or	819-820-1231
Moisson Estrie	819-822-6025
La Samaritain	819-563-8457
Café Chrétien	819-565-8729

Budget

Solutions Budget Plus	819-563-0535

Vestimentaire

Comptoir familial	819-569-5336
Partage Saint-Francois	819-821-2233
Le Grenier du Bon Dieu	819-821-4807
Estrie-Aide	819-346-9714
Armée du Salut	819-566-6298

Meubles

Partage Saint-Francois	819-821-2233
Armée du Salut	819-566-6298
Estrie-Aide	819-346-9714

Entretien ménager

Centre d'entraide plus	819-563-5656
COOP de services à domicile	819-823-0093

Hébergement

Accueil Poirier	819-569-9559
Association des locataires	819-791-1541
Auberge du cœur (La Source Soleil)	819-563-1131
Partage St-Francois	819-821-2233
Réseau coopératif (Féd.COOP)	819-569-9926
Régie du logement	1800-683-2245
HLM (OMH-Sherbrooke)	819-566-7868
Qualilogis	819-578-9099

Intervention de rue

Coalit. Sherbr. Pour le travail de rue	819-822-1736

Santé

Santé physique

Centre anti-poison	1 800-463-5060
CSSS-IUGS	819-780-2222
IRIS Estrie (sida)	819-823-6704
L'Arche de l'Estrie	819-348-2670

Santé mentale

APPAMM	819-563-1363
Secours Amitié	819-564-2323
La cordée : transit de jour	819-565-1225
Maison Saint-Georges	819-562-1533
JEVI	1 866-277-3553

Deuil

Les amis compatissants	819-820-1407
Coop funéraire de l'Estrie	819-565-7646
La Rose des vents	819-823-9996
Maison de l'Aube-Lumiere	819-821-3120
Résidence Steve L. Elkas	819-565-1155

Alcoolisme/ toxicomanie

Élixir	819-562-5771
Centre J-P chiasson	819-821-2500
Alcoolique Anonymes (AA)	819-564-0070
Narcotiques anonymes	1-855-544-6362

Information / référence

Sports, culture, vie communautaire	819-821-5836
Musée des Beaux- Arts	819-821-2115
Bibliotheque Éva-Sénécal	819-821-5860
Carrefour acces-loisirs	819-821-1995
Piscine Montcalm	819-821-5890
Mont-Bellevue (ski)	819-821-5872
Aréna Eugene-Lalonde (est)	819-821-5794
Aréna Yvan-Dugré (ouest)	819-821-5866
Le soulier vert	819-828-0108
Loisirs Fleuri-Est	819-821-5791
Centre Communautaire loisir Sherbrooke	819-821-5601
Communication Québec	819-820-3000

Soutien au revenu ressources gouvernementales

Centre local d'emploi	819-820-3411

Assurance-emploi (CRHC)

Centre d'appel information	1 800-808-6352

24 heures
7 jours semaine

Info-santé 8-1-1

Urgence détresse :
819 780 2222 JOUR

SERVICE DE POLICE

Afin de faciliter le rapprochement avec les citoyens, la Division «sécurité des milieux» du Service de police de Sherbrooke, vous offre la possibilité d'inviter un policier dans le cadre de vos activités.

Vous désirez en savoir plus : alain.castilla@ville.sherbrooke.qc.ca

Narcotiques Anonymes
Narcotics Anonymous

Problèmes de drogues?
Nous
Pouvons t'aider

1-855-LIGNE-NA
1-855-544-6362
www.naquebec.org

· Remerciements ·

Nous vous disons *Merci!*

Le Journal de rue tient à saluer les nombreux commerçants de Sherbrooke qui offrent gracieusement leur site à nos camelots et leur apportent, ce faisant, un support inestimable.

- La Maison du Cinéma
- Les Caisses Populaires Desjardins : Centre de Saint-François
- Marché Prospect Axep, rue Prospect
- Eggsqui Est
- Le Théâtre Granada
- Brûlerie de Café de Sherbrooke
- Marché de la Gare
- Cathédrale Saint-Michel
- Super C, Carrefour de l'Estrie et de la Place Belvédère

Espaces publicitaires disponibles...

Vous souhaitez faire connaître votre organisme, compagnie ou commerce ? Le Journal de rue vous offre de l'espace pour vous mettre en valeur!

Contactez-nous
Téléphone: **819 348-0086**
Courriel: production@journalderue.org

Camelots

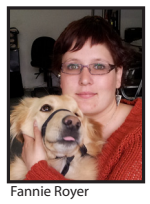

Rosaire Morneau
Représentant des camelots


Gérard Favreau


Pascal Pépin


Mélissa Poulin

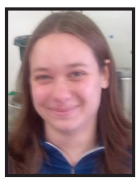

Stéphanie Beaudry-Bouchard


Fannie Royer

Le journal de rue a besoin de Camelots

Tu cherches un moyen pour arrondir tes fins de mois?
Le Journal de rue Le Nouvel Espoir a besoin de toi.
Viens acquérir de l'autonomie tout en brisant l'isolement.
- Horaire flexible et support offert -
On t'attend au 165 King Ouest, Sherbrooke
819 348-0086

Bénévoles


Pascale
Bénévole au Café
et comité de production


Jean-Sébastien
Commis comptable

Kayan, animateur
ateliers d'écriture et
Comité de production


Fannie
Comité de production

Alain Rodrigue
Projet aide alimentaire

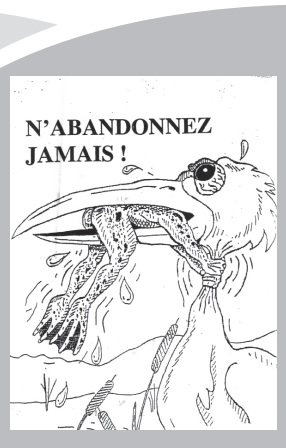
Merci pour vos dons

Votre support fait toute la différence...

Pour nous faire parvenir vos dons venez nous voir en personne ou envoyez un chèque à l'adresse :

Coopérative de solidarité Journal de rue Le Nouvel Espoir
165 rue King Ouest, C.P. 62 Place de la cité,
Sherbrooke (Québec) J1H 5H5

C'est grâce à vos dons que le Journal de rue de Sherbrooke peut continuer sa mission et aider, chaque année, des dizaines de personnes dans le besoin.



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

Réponses des énigmes du père Fouras

1) Âme 2) Mots 3) Règle 4) Rats



NPD
Pierre-Luc **Dusseault**
Député de Sherbrooke
PLDusseault.ca
819-564-4200



ARTISANS DU MONDE

PARTENAIRES D'AVENIR

Photo : Jean-François Dupuis

Guillaume Brien, client de Basta communication, est directeur général de la Fédération des coopératives d'habitation de l'Estrie, et un fervent adepte de la consommation responsable

Pour des communications responsables

- Image de marque
- Site Web
- Stratégie marketing

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.

Votre intérêt est au centre de nos préoccupations et lorsque vient le temps d'élaborer vos stratégies et vos outils de communication, votre image de marque, vos publicités ou votre site Web, nous y mettons tout notre savoir et notre talent. Avec Basta communication, vous accédez à des relations humaines sincères et durables, empreintes de complicité, qui vous garantissent des communications efficaces !

Artisans d'aujourd'hui, partenaires d'avenir

bastacommunication.ca

basta communication

Certifications et reconnaissances