



Journal de rue de l'Estrie

L'ITINÉRAIRE VERS LA PROSPÉRITÉ SOCIALE



Le FTMS
20 ans d'émerveillement

PAGE 8

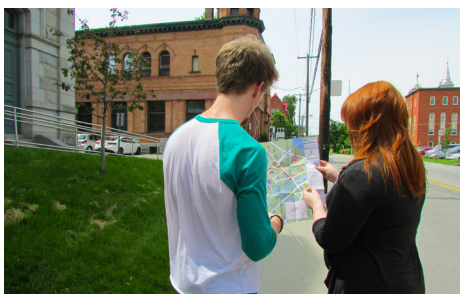


Sors de ta bulle!
Jeanne Lessard est publiée

PAGE 14



Crédits photo : Marcel Morin



Découvrez l'histoire

PAGE 9

Un nouvel élan intergénérationnel

Pour les aînés, c'est l'occasion de briser l'isolement, de sortir de chez-eux même si la santé leur joue des tours, même si le poids des ans se fait sentir. Pour les jeunes, c'est un job d'été déterminant puisqu'il leur permet de persévérer dans leurs études tout en s'insérant dans leur communauté. Pour les uns comme les autres, c'est la joie de (ré)découvrir Sherbrooke dans le confort d'un triporteur. Allez, on monte à bord pour un tour du Lac des nations, pour un saut au Marché de la gare, pour un gelato chez Savoroso, ou une pause à la bibliothèque...

PAGE 7



CARITAS ESTRIE

POUR UN MONDE MEILLEUR

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



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

Le Journal de rue de l'Estrie est édité par l'organisme sans but lucratif Journal de rue de l'Estrie. Sa mission est l'intégration sur le marché du travail de personnes vivant des situations difficiles. Ce périodique bimestriel est publié 6 fois par année. Le Journal de rue de l'Estrie est ouvert à tous.

Le Journal de rue a vu le jour le 10 juillet 2002. Les premiers artisans en sont Guy Bellavance, Lise Boulanger, Gaëtan Cloutier et Jacques Gagnon.

Conseil d'administration :

Gilles Duquette : président
Grégoire-Étienne Saint-Aubin : vice-président
Pierrette Denault : trésorière et secrétaire
Nancy Mongeau : administratrice

Équipe de production :

Direction et édition : Nancy Mongeau
Correction et révision : Pierrette Denault
Rédaction : Geneviève Kiliko, Bernard Couture, Pierrette Denault, René Guillemette, Marcel Morin, Sophie Boucher, Jan-Léopold Munk, Claudia Pâquet, Hubert Richard, Monique Turcotte, Grégoire-Étienne Saint-Aubin
Des sièges sont disponibles sur le comité de production et des postes de travail mis à la disposition des bénévoles.
Photographes : Marcel Morin (couverture), Rémi Cameron et Nancy Mongeau
Imprimeur : Hebdo Litho
Tirage : 4 500 exemplaires
(vendus dans les rues par nos valeureux camelots)
Dépot légal : D 23380
ISSN : 1927 - 0925

Pour nous joindre :

Journal de rue de l'Estrie
470, rue Bowen Sud, C.P. 62 Succ. Place de la Cité
Sherbrooke (Qc) J1H 5H5
Téléphone : 819 348-0086
Courriel : production@blogderue.ca

SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK
JournalderueEstrie

SITE WEB : blogderue.ca

Sommaire

Page éditoriale page 2
Voix libre pages 3 - 4 - 6
Écriture page 5
Communautaire pages 7 - 10 - 17
Culturel pages 8 - 9
Poésie page 15
Divers-Cité page 21
Divertissement page 22
Remerciements page 23

Chroniques

Légalisation du cannabis page 11
D'ici et d'ailleurs page 12
Rencontre avec Marcel Morin page 13
Livres page 14
Artisan (Basta communication) page 16
IRIS Estrie page 17
Jeunesse page 18
Jan-Léopold Munk page 19
Juridique page 20

Chasser l'ennui

Nancy Mongeau

Le camelot n'est pas qu'un simple vendeur pour la clientèle du Journal de rue : on le voit aussi comme un ami, parfois même un confident. Les gens qui souffrent de solitude trouvent beaucoup de réconfort quand ils ont la chance de croiser l'un de nos camelots avec qui avoir un brin de jasette.

Notre camelot Sylvain Jodry me confiait récemment qu'il discute parfois avec un jeune qui vient d'arrêter de consommer et qui cherche la présence de gens sobres pour tenir le coup, parfois avec de sympathiques personnes âgées qui comptent les heures entre les Feux de l'amour. Un client lui a même confié qu'il était heureux de sa présence, à quel point ça lui faisait du bien « J'aime ça jaser avec toi Sylvain, ça m'enlève l'ennui », lui a-t-il dit.

Camelot d'un jour

Fort de son succès de l'an dernier, l'activité Camelot d'un jour revient cette année. Le concept : jumeler une personnalité de la région avec l'un de nos camelots, dans le but d'offrir de la visibilité au Journal de rue et de sensibiliser le public

à la cause. L'an dernier, des représentants du monde politique municipal, de la police et des médias ont relevé le défi de devenir camelot durant une heure. Une expérience qu'ils ont tous appréciée.

Nous sommes à la recherche de gens des médias, d'artistes reconnus et de politiciens pour nous prêter main forte lors de cet événement se déroulant le jeudi 21 septembre, à midi. Si vous connaissez un candidat potentiel pour cette activité, dites-lui de communiquer avec nous!

15e anniversaire

Nous préparons un cahier spécial pour souligner notre 15e année de publication du Journal de rue à Sherbrooke. Vous avez fait partie de son développement? Vous avez été camelot ou collaborateur du Journal? Nous voulons recevoir votre témoignage ou vos commentaires pour les inclure à ces pages.

La langue de la rue

Dans notre dernière édition, un de nos textes contenait un niveau de langage qui a pu paraître offensant pour certaines personnes. Je tiens à m'excuser auprès de tous ceux qui en auraient été choqués.

Loin de nous l'idée de vouloir offusquer les bonnes gens. J'ai laissé passer de gros mots, effectivement. Pourquoi? par inattention? Non. Voyez-vous, je ne veux jamais dénaturer les textes de mes collaborateurs de la rue. Nous en corrigeons les fautes et parfois censurons quelques lignes, mais dans certains cas nous n'en voyons pas la nécessité. Le langage des textes reflète les couleurs de nos chroniqueurs. Nous avons donc pris la décision de ne pas censurer les témoignages d'où émanent reconnaissance, fragilité, inquiétudes ou frustrations, quand ils ne comportent ni propos haineux, ni manque de respect et que l'usage de tels mots est pertinent.

N'est-il pas juste de dire que le jugement porté sur un individu à cause de son niveau de langage est un frein nous empêchant de saisir l'essence de l'être qui s'exprime devant nous? Au Journal de rue de l'Estrie, nous partageons des valeurs de compassion, d'entraide et de charité. Nous ne faisons aucun amalgame entre la valeur d'un individu et son vocabulaire. Nous souhaitons que nos lecteurs, tout comme l'équipe du journal, restent ouverts d'esprit et de cœur.

Pour joindre le Journal de rue de l'Estrie

Envoyez vos textes, communiqués de presse, informations au sujet de vos activités en Estrie ou commentaires par courriel :

production@blogderue.ca

Merci de votre participation !

Faites votre don aujourd'hui!

OUI, je souhaite faire un don au Journal de rue de l'Estrie au montant de :

10 \$ 25 \$ 50 \$
 75 \$ 100 \$ 200 \$
 autre montant : _____ \$

Veuillez libeller votre chèque à
Journal de rue de l'Estrie
et envoyer le tout par la poste à l'adresse :

**C.P. 62 Succ. Place de la Cité,
Sherbrooke (Québec), J1H 5H5**

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



Qui suis-je? D'hier à aujourd'hui...

Martin Prévost, camelot du Journal de rue

Ouins, cette fois-ci, j'ai cherché longtemps le sujet de mon texte: il doit être aussi bon que mes autres textes. Je vais encore parler de moi. Pourquoi parler des autres, j'ai eu tellement de situations spéciales et des anecdotes bizarres dans ma vie. Je vais parler de l'homme que j'étais. De mes forces, de mes faiblesses. Vous dire que j'ai déjà travaillé fort, que j'étais une personne de confiance et responsable. Ces temps-ci, je m'ennuie de mon passé. L'autre matin, je me suis levé et j'ai écrit deux pages sur mon vrai métier. Que pensez-vous que c'était mon métier? Mon vrai métier avec des cartes de compétence, c'est l'excavation!

Jeune et déjà des responsabilités

J'ai commencé par répondre au téléphone. Fallait être poli, prendre le maudit message et même parfois être obligé de conter des menteries pour dire aux contracteurs que la machinerie lourde était cassée alors que la vérité, c'était que la machinerie travaillait pour un compétiteur. À dix douze ans, je passais les fins de semaine au garage pour laver et entretenir le matériel. C'était long et... plate! Je devais aider mon père pour pouvoir passer un beau Noël. J'étais jeune et déjà j'avais des responsabilités. Ado, à douze ans, je conduisais l'auto, surtout le matin pour réchauffer l'auto avec deux tours du bloc. À quinze ans, ma mère venait me chercher à l'école pour aller porter une excavatrice sur une job jusque dans le quartier chinois. À quinze ans dans le downtown au volant d'une excavatrice, c'est quelque chose! Ça prend du nerf et de la concentration! Le monde trouvait ça cool que je conduise de la machinerie et des camions lourds. ... hé bien non, c'est pas le fun : c'est avoir des grosses responsabilités, il ne faut pas casser la machinerie, rester full concentré pour ne rien accrocher, sinon ça coûte cher ! Pis quand tu casses quelque chose, là mon père me rabaisait : «Pourquoi t'as pas fait ça comme ça?» Dans le fond, c'était normal, je manquais d'expérience.

À seize ans

J'ai écouté du Jimi Hendrix. WOW! J'ai acheté une guitare et j'ai commencé à consommer. C'est là que tout a commencé à se vivre à 100 milles à l'heure. Pendant quelques années, je travaillais le jour et je jouais de la musique le soir tout en fumant du cannabis. Un matin, encore une chicane : je suis au travail et tout à coup mon père me crie : «Tab***ak, t'es encore gelé!» Au contraire, j'étais *full* à



Martin Prévost, membre du comité de production du Journal de rue et camelot.

jeun et j'avais bien dormi. J'aimerais bien écrire plus de sacres dans ces situations...

De dix-huit à vingt-deux ans, j'ai continué le même rythme de vie. La fin de semaine, je joue de la musique, même parfois dans les bars. Mon père ne voulait pas que je joue de la musique, il faisait tout pour me trouver du travail même le samedi matin. Ça faisait chier, mais à cet âge-là, je faisais de l'argent et en plus j'avais un petit pick-up Ford Ranger : le gaz était pas cher, on s'est promenés avec ce pick-up là! C'était le fun d'aller partout, ça me manque beaucoup aujourd'hui. Maintenant il faut que tu calcules ton budget. Quand tu es jeune sur la construction (en excavation), les vieux ne sont pas cool avec toi. J'en ai mangé de la marde gratuitement.

À vingt-quatre ans, je commençais à avoir de l'expérience, les rôles avec mon père et mon frère ont commencé à changer. Après avoir travaillé au pic et à la pelle, je commence à diriger les jobines. Analyser une situation, c'est une de mes forces, je sais comment procéder pour que tout soit O.K. Je suis le plus jeune et je gère de plus en plus de jobs. De plus en plus grosses. J'ai travaillé pour plusieurs compagnies dans l'excavation, je

pense que je sais tout de A à Z : passer un tuyau, compacter, lire les plans, etc. Je ne veux pas être prétentieux, mais j'ai été en charge d'un méga chantier au métro de Laval. Je peux être fier de moi : j'avais le contrôle. *Les gars de la région de Montréal, vous me manquez!*

Aujourd'hui

En ce moment, dans ma vie, ça me manque. Je vois passer les camions à benne et les excavatrices sur les chantiers de construction alors que je me pro-

mène en vélo. C'est dur. J'étais autrefois une personne calme, je voyais la faiblesse des choses et leur qualité, aujourd'hui je n'ai même pas de moto. J'ai un vélo avec une caisse de lait (rose) sur les guidons : ouais, méchante *drop* sociale! L'ego, faut même pas y penser... Je suis rendu un junkie en rétablissement à Sherbrooke. J'ai mon permis avec mes classes, mais qui en ce moment voudrait me mettre derrière un volant?! Je pense que même mes intervenants seraient craintifs. Je sais maintenant que je suis une personne malade, mes faiblesses au cœur et mes crises d'anxiété, ça change bien des choses. Hé oui, je vous l'écris, je suis rendu une personne avec des troubles de personnalité limite. Voilà, je viens de vous écrire un de mes secrets. C'est vrai, je ne peux plus travailler de 45 à 55 heures/semaine, il faut que je sois réaliste.

Je rêve encore

Mais là, je capote : je ne veux pas encore passer l'été en vélo à faire le tour du Lac des Nations, passer par Alexandre, descendre la rue Ball jusque sur la Wellington. Rendu là, aller jusqu'à l'Hôtel de Ville et prendre un break. Puis, repartir et là, c'est full cardio si je monte la King ouest devant l'école Saint-Michel, c'est hot. C'est ça, ma ride en vélo. Mais pas encore cet été, c'est pas vrai! Il faut que je trouve une solution...

Petite anecdote: l'autre jour, je suis allé à la campagne et j'étais émerveillé par le paysage. J'étais heureux, je n'arrêtais pas de parler. Si je peux ramasser assez d'argent, j'achèterai un petit bazou en ordre et je sortirai de la ville. En attendant, je joue toujours de la musique – de la *bass guitar* – et j'ai toujours le *groove*, le *feeling*.

Je me choisis

J'ai le pouvoir d'arrêter de consommer
Facile à dire, dur à faire
Faire le deuil de la consommation, mes compagnons,
mon équipe de vie
Je ne suis plus jeune, il faut que je prenne ma retraite
J'ai de la misère à suivre
La force physique n'est plus là et mon mental aussi.
C'est dur pour l'ego.
Tu dois accepter le changement.

Martin Prévost

Forêt Hereford et hausse de tarifs d'Hydro : supercherie

Marc-Olivier Moisan-Plante, Analyste, politiques et réglementation en matière d'énergie, Union des consommateurs

Invitée à commenter la décision d'Hydro-Québec de ne pas enfouir la ligne de transport devant passer dans la Forêt Hereford, un milieu protégé, sa porte-parole explique : « (...) on est une société d'État qui a notamment pour mandat de maintenir la hausse tarifaire en deçà de l'inflation. »

Quoique douteux, ce lien entre les tarifs des clients du Québec et les coûts liés à cette ligne de transport a été repris immédiatement par le ministre Pierre Arcand à l'Assemblée nationale : « (...) le 60 millions de coûts supplémentaires d'enfouissement (...) ça va être payé par tous les clients d'Hydro-Québec dans tout le Québec.»

Le fait qu'Hydro-Québec tente de justifier le refus d'enfouir la ligne en agitant le spectre des hausses de tarif pour les consommateurs québécois est d'autant plus étonnant qu'Hydro-Québec, sur la page de son site Internet consacrée au projet, dit en toutes lettres que ce lien n'existe pas :

« L'investissement associé à ce projet



Selon les règles en vigueur à la Régie de l'énergie, il revient au demandeur d'un ajout au réseau de transport d'en supporter le coût réel. Le demandeur dans ce dossier est Hydro-Québec.

n'aura pas d'impact sur les tarifs d'électricité des Québécois. Il s'agit d'un investissement dont le coût sera couvert par Hydro-Québec Production, une division non réglementée de l'entreprise. Hydro-

Québec Production souhaite se doter d'une ligne supplémentaire vers un marché d'exportation. »

Selon les règles en vigueur à la Régie de l'énergie, il revient en effet au deman-

deur d'un ajout au réseau de transport d'en supporter le coût réel. Dans le cas présent, c'est la division Production d'Hydro-Québec qui requiert la nouvelle ligne Québec-New Hampshire afin d'exporter. C'est donc elle qui doit assurer le financement de la ligne, que celle-ci soit enfouie ou non.

Puisqu'Hydro-Québec Production n'est pas réglementée par la Régie, les coûts éventuels de l'enfouissement de la ligne n'auront pas d'incidence sur les tarifs des Québécois. Ils influenceront cependant, vraisemblablement, sur le dividende qu'Hydro-Québec sera en mesure de verser au gouvernement.

L'idée qu'une hausse de tarifs pour les consommateurs québécois découlerait de l'enfouissement de la ligne fait donc fi des rudiments de la réglementation sur les tarifs d'électricité. Il faut certes déplorer le fait que l'on tente de manipuler l'opinion du public et celle des élus en agitant des épouvantails qui n'ont de toute évidence aucun fondement.

Ces valeurs qu'on oublie

Véronique Lemay

En ce premier quart du 21e siècle, les sociétés occidentales prônent des valeurs de réussite, de performance, d'argent et de beauté. Pour bien paraître en société, il faut réussir professionnellement, performer dans toutes les sphères de notre vie, avoir beaucoup d'argent et avoir un corps à rendre jaloux.

Ces valeurs mènent l'être humain postmoderne à certaines formes d'obsessions ou de troubles mentaux tels l'anorexie, la boulimie, la dépression ou l'épuisement professionnel. Tous cherchent le bonheur et croient

qu'il se trouve dans une forme d'égoïsme où l'important est de répondre à tous ses désirs dans l'instant présent. On prône un individualisme où être heureux signifie vivre pleinement sa vie même si c'est au détriment de ses semblables. L'écart entre les riches et les pauvres se creuse et le bonheur occidental se retrouve dans une consommation démesurée qui exploite même des travailleuses et travailleurs de d'autres pays. N'aurions-nous pas oublié l'essentiel qui réside dans la relation à l'autre? L'être humain n'est-il pas un être de relation et n'est-il pas en train de se

couper de ses frères et sœurs pour se cacher sous un égoïsme malsain qu'il appelle le bonheur?

C'est ce qui m'amène à vous parler de ces valeurs qu'on oublie. Comme le bouddhisme en fait la promotion à notre époque, je crois que le réel bonheur se trouve dans l'ouverture à l'Autre, le non-jugement, l'empathie, la compassion et la générosité. Comment pouvons-nous être heureux sans une réelle conscience de l'autre? Nous sommes des êtres interdépendants les uns des autres et reconnaître ce qui nous unit toutes et tous nous procure un sentiment d'appartenance à la race humaine. Accepter que chaque être humain que nous croisons sur notre route a son histoire, son vécu, son expérience, ses idées et que nous avons quelque chose à apprendre de lui nous permet d'entrer en communication profonde avec ce qu'il y a de plus riche sur terre. Évidemment, pour pratiquer cette ouverture, il faut faire preuve de tolérance et laisser

de côtés nos petites condamnations quotidiennes qui nous ferment à la différence. De plus, s'ouvrir à l'autre veut parfois dire s'ouvrir à ses souffrances et, en ces occasions, la compassion est de mise pour faire naître le partage. Elle veut dire accueillir les souffrances de l'autre pour les diminuer. L'amour, quand on le partage, se multiplie alors que partager sa souffrance la diminue.

Et finalement, qui n'a jamais éprouvé un sentiment de bonheur après avoir donné gratuitement? Les portes de la générosité sont difficiles à trouver en cette époque d'individualisme mais, quand on franchit les limites qui nous enferment dans l'égoïsme, donner devient un véritable plaisir, on fait du bien à l'autre et on s'accomplit un peu plus comme être humain. Alors, si nous voulons nous ouvrir sur notre humanité, pratiquons ces valeurs que nous mettons, hélas, trop souvent au panier de nos oubliettes!



Chaos technique

Gaétan Pilon

Les saveurs et l'intelligence étaient artificielles. La réalité comme le sexe et l'argent étaient virtuels. La vie était simulée dans les jeux et les vidéos. Ne restaient plus de vraies que la peur et la douleur que nos sciences n'avaient pu altérer. Une nouvelle guerre des classes faisait rage entre les riches et les super-riches; chaque semaine il y a meurtres de chefs d'entreprises, de dirigeants clé, d'actionnaires minoritaires ou majoritaires. C'est le far west et les marchands de mort s'en mettent plein les poches. Ce n'est pas les revers de la fortune ni l'emploi qui manquent pour les mercenaires.

Ses deux hélices grillagées tournaient à 600 tours seconde. Dans ses griffes de titane, au nombre de huit, un paquet de la grosseur d'une tête lui donnait des airs d'araignée interstellaire livrant à l'homme la tête de l'homme. Sa venue sur Terre, nous assurait son créateur, avait pour but de complaire aux instructions et de parfaire son conditionnement dans un quelconque ordre qui ne devait pas résulter en désordre. Au gré d'un algorithme que seul son fabricant

(et quelques hackers sûrement) connaissait, le drone quitta la nuit bleutée de San Diego pour s'aventurer dans le ciel orangé de Tijuana où une enseigne Fanta rayonnait sur les revendeurs de coke et les prostitués du quartier.

Trois cents mètres plus bas la porte cent-quinze éclata sous les rires sadiques d'une bande de clowns gargantuesques au moment où Georgio Touski enfilait sa robe de chambre à l'effigie du Margarita Inn où une heure plus tôt il sautait une escorte, une mineure entrave à son code de conduite pour le maire d'une bourgade de Californie. Le premier clown lui asséna une droite avec un poing américain alors que le deuxième le percuta d'un coup de tête qui tacha son crâne d'un satin blanc pour l'envoyer s'échoir sur le matelas, flambant nu, à chigner pour sa vie. Le pauvre n'en savait rien mais il allait survivre à l'horreur.

Je vous épargnerai les détails graphiques de cette tranche de vie mais pour les montants qui en valaient la peine vous retrouviez votre argent à coup sûr. Ces activités faisaient partie du groupe Leo-

nard qui, officiellement, donnait dans la sécurité corporative. D'une main, ils vous escortaient de l'aéroport à votre cinq-étoiles et, de l'autre, le temps venu et pour un montant juste, ils vous balançaient du haut d'un troisième et pour le reste de vos jours vous mangiez du chili par une paille à regarder les infos en boucle à la télé.

Le drone survolait un quartier paisible quand il décéléra et plongea vers une hacienda pour s'immobiliser au-dessus du porche; inerte bien qu'en pleine révolution. Ce n'était plus les drones qui alertaient Moonson de leurs arrivées mais les aboiements distinctifs que sa chienne Molly avait développés. Ces machines avaient conditionné un autre réflexe, celui-là moins gai, qui consistait à uriner son trop-plein d'émotions. Deux cents ans d'évolution depuis la révolution industrielle et nous avions des machines que l'on conditionnait et qui conditionnaient à leurs tours le larynx et la vessie de nos bêtes. Le drone se délésta de son cargo en plein dans l'urine de Molly qui, croyant à un échange de bons procédés, en rajouta une couche comme

pris d'un excès de zèle. Décidément ces drones manquaient d'ajustements et Molly manquait de retenue. Un savant Shangaïais travaillait sans doute sur un système anti-pisse qu'ils intégreraient au firmware.

Moonson esquiva la flaque d'un geste brusque pour empoigner le paquet, ce qui faillit faire basculer son porteur. Le P-3000 avait un système de stabilisation accrue mais nécessitait une empreinte qui restait alors stockée sur le réseau; chose à éviter quand on travaille pour Leonard. Il s'était rabattu sur le P-2000, moins intrusif et onéreux. À la vue de son visage la porte coulissante s'entre-ouvrit. Les visages de Molly et de son ange Audrey y étaient également fichés. Celui de son ex était strictement prohibé. C'était là un circuit fermé. Il sortit une clé minuscule du paquet et l'inséra dans un hyperviseur puis tapa le code de décryptage pour découvrir sa mission(...)

Ce texte est l'introduction d'une histoire de fiction écrite par Gaé++++tan Pilon. Visitez son site www.gpilon.org pour en savoir davantage.

Dame Pauvreté et Demoiselle Solitude

Serge Forest

En 2003
Dame Pauvreté me dit un jour : « Je ne veux pas te quitter car tu es bon administrateur, je prévois passer auprès de toi une vie prospère. » Demoiselle Solitude, qui est très jalouse me dit : « Je n'ai pas l'intention de lâcher prise. »

Un jour, je les ai surprises en train de se disputer énergiquement. Le seul litige : laquelle des deux avait auprès de moi le plus d'ancienneté. Si nous sommes aussi malheureux ensemble, c'est que nous formons ce que l'on appelle un ménage à trois.

Cette fois, c'en est assez, je m'exclame : « Demoiselle Solitude à genoux dans le coin! Profitez-en pour demander pardon de m'avoir tant fait souffrir! Puis il y a évidemment une personne de trop ici, tout bien réfléchi, je crois que c'est moi qui suis de trop! » Dame Pauvreté me dit d'une voix grave : « Ne t'avise jamais de me quitter, car je me chargerai personnellement de te le faire regretter amèrement ». Demoiselle Solitude me dit à

son tour : « Je n'oserai te menacer, mais mon bon ami, rappelle-toi les bons moments que nous avons passés ensemble où je t'ai parfois surpris à m'apprécier. Sache que je t'accompagnerai toujours dans le silence dans le but pacifique que tu m'appartiennes aussi. »

Imaginez. C'est comme être dans une automobile engagée dans un sens unique sans issue et, comble du malheur, la vieille bagnole n'a pas de marche arrière. Heureusement, cela ne m'affecte en rien, car je suis même trop pauvre pour avoir une de ces vieilles bagnoles. Eh oui, mon véhicule à moi c'est un vélo, été comme hiver, avec des pneus quatre saisons.

Une quatrième personne nommée Demoiselle l'Ennui voulait s'introduire dans notre ménage, je lui ai dit de laisser faire, la laissant poliment devant la porte que j'ai refermée aussitôt, espérant ne plus la revoir. Je me suis dit avec humour: « Un c'est bien, deux c'est mieux, trois c'est trop, quatre je préfère ne pas le savoir. » Et vous?

En passant, si quelqu'un projetait d'échanger ne serait-ce qu'un seul de mes nombreux vélos contre une bonne vieille bagnole, c'est refusé d'avance. J'aurais peur de perdre mon statut de bon administrateur. Dame Pauvreté risquerait d'en être déçue, elle qui mise tant sur moi.

Quelques années plus tard
Je suis propriétaire d'un petit terrain zoné vert qui est mon site d'entrepôt de vélos et bien d'autres choses. Lorsque j'y arrivais avec mon ami Philippe, il s'exclama parfois : « Dame Pauvreté se porte bien à ce que je vois! » C'est vrai que j'y ajoutais un entrepôt par année sur mon terrain!!! Je me suis laissé tenter au point d'acheter une vieille bagnole de petit camion. Après un an et demi de service, la marche arrière fonctionne bien, mais il n'a plus de frein et, pour fêter sa mise au rancart, j'ai posé sur la boîte un joli couvre-boîte en fibre de verre. Le voici avec une vocation nouvelle (entrepôt). C'est bon d'avoir le sens pratique.

Plus tard, encore un autre vieux camion, après deux ans de services, même sort; un autre entrepôt couvre-boîte en fibre de verre. Décidément je les collectionne. Je les ai achetés sans même me soucier de Dame Pauvreté et mon statut de bon administrateur, c'est facile quand on a presque rien à administrer -je ne sais plus quoi en penser d'ailleurs. En vieillissant c'est plus facile de rouler que de pédaler. Mademoiselle Solitude me fréquente encore beaucoup et je continue de l'apprécier.

Voici que Demoiselle l'Ennui revient de plus en plus souvent. On dirait qu'elle a peur que je m'en ennuie. J'ai beau savoir quoi faire pour ne pas trop lui laisser de chances. Elle est tenace et très ennuyeuse! Ma mère nous a toujours dit : « Dans la vie ce qu'il y a de pire, c'est d'avoir rien à faire. Si vous voulez maîtriser l'ennui, arrangez-vous pour être occupé, c'est le seul remède. »

En réalité, l'ennui ça se soigne mais ça ne se guérit pas.

S'opposer aux électrochocs

Source : Ghislain Goulet et Hélène Grandbois

Plus de 70 ans après son invention, le traitement par électrochocs, symbole d'une psychiatrie et de techniques barbares que l'on croyait révolues, est toujours utilisé au Québec et est même en progression dans certaines de ses régions.

Aujourd'hui, bon nombre de personnes militent, ici comme ailleurs, pour revendiquer l'abolition pure et simple des électrochocs. Plusieurs d'entre elles témoignent aussi des impacts terribles que cette technique a eus sur leur vie. Lors du dernier rassemblement à la Place Émilie Gamelin (Montréal), la militante Hélène Grandbois prit la parole: « Nous nous opposons aux électrochocs pour la protection de jeunes cerveaux, pour la protection de la mémoire de nos aînées, car c'est une agression sur des personnes vulnérables qui auraient besoin d'une aide humaniste et non d'un sentiment d'euphorie temporaire induit par une commotion cérébrale. »

Une technique controversée sans surveillance

Depuis son introduction dans les années trente, le traitement aux électrochocs demeure un traitement controversé autant au niveau social que scientifique.

En 2003, l'Agence d'évaluation des technologies et des modes d'intervention en santé (AETMIS) soulignait dans un rapport remis au Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) la nécessité de mieux documenter la pratique des électrochocs, en raison d'incertitudes concernant son efficacité et ses risques potentiels. Or, aucune suite n'a été donnée à ce rapport.

Pour nous, ce laisser-aller laisse entrevoir des dérives inquiétantes, d'autant plus que la plupart des électrochocs sont administrés à des populations vulnérables et qu'ils peuvent causer des dommages

irréversibles, incluant des problèmes de mémoire, des troubles cognitifs et même le décès (selon le rapport de l'AETMIS, le risque de mortalité se situe autour d'un décès par 80 000 séances de traitement et d'un décès par 10 000 patients, principalement dû à des complications cardiovasculaires).

Une autre violence faite aux femmes

Selon les statistiques officielles, les ECT sont administrés près de trois fois plus aux femmes qu'aux hommes et pour un large éventail de troubles mentaux. Nous constatons qu'aujourd'hui encore les techniques les plus violentes en psychiatrie sont plus administrées aux femmes et particulièrement aux plus âgées.

Il existe pourtant de nombreuses alternatives, telles que les thérapies familiales ou les groupes d'entraide, pour aider, accompagner et améliorer les conditions

de vie de personnes vivant des problèmes de santé mentale même lorsque ceux-ci sont considérés comme dus à la dépression majeure grave.

Dans notre société, l'égalité est encore loin d'être atteinte et différentes formes d'oppression que subissent les femmes existent toujours. De plus, certaines femmes doivent faire face à des barrières supplémentaires liées aux discriminations en fonction de leur origine, leur orientation sexuelle, leur revenu, leur santé ou leur condition physique. Nous savons pertinemment que la détérioration des conditions sociales et économiques des femmes aggrave les problèmes de santé physique et mentale. Rien ne nous confirme que les électrochocs soient un moyen d'assurer l'amélioration des conditions de vie des femmes!

L'utilisation des électrochocs au Québec

Extraits du rapport de l'AETMIS présenté en février 2003 par le Dr Renaldo N. Battista, Président-directeur général de l'Agence d'évaluation des technologies et des modes d'intervention en santé (AETMIS) et médecin épidémiologue à l'Université McGill (rapport disponible sur le site inesss.qc.ca)

Depuis son introduction en psychiatrie en 1938, l'utilisation des électrochocs a suscité la plus vive des controverses sur les plans social et scientifique. À la suite de l'introduction des neuroleptiques et sous une forte pression sociale, le recours à l'électroconvulsiothérapie (ECT) a fortement diminué au cours des années 1960, malgré les améliorations apportées à cette thérapie. Cependant, depuis une quinzaine d'années, on observe une certaine recrudescence de l'utilisation de cette technique, y compris au Québec.

Le ministère de la Santé et des Services sociaux a confié à l'Agence d'évaluation des technologies et des modes d'interventions en santé (AETMIS) le mandat d'évaluer la pratique de l'ECT au Québec. Le rapport porte sur l'efficacité et les risques de cette démarche thérapeutique, et compare les modalités de son application sur le territoire québécois à l'expérience observée ailleurs au Canada et dans d'autres pays. Cette évaluation est également axée sur les enjeux sociaux, éthiques et juridiques de cette thérapie.

Sur le plan des risques

L'ECT, et l'anesthésie qui l'accompagne, peuvent provoquer certaines complications cardiovasculaires et des

conséquences négatives sur les fonctions cognitives, bien que la plupart de ces effets disparaissent rapidement ou après quelques mois. On soupçonne également la possibilité de légers changements au niveau du cerveau.

En ce qui a trait à l'efficacité, l'examen des données probantes amène à conclure que l'ECT constitue une forme de traitement acceptée en présence de certaines formes graves de dépression (pour les cas de dépression majeure grave présentant une résistance ou une intolérance à la pharmacothérapie et pour lesquels la psychothérapie cognitive n'est pas indiquée ou n'a pas eu d'effet thérapeutique; pour les patients présentant un risque suicidaire élevé, et pour les patients présentant une souffrance psychique ou une détérioration physique marquée, et nécessitant un début d'action thérapeutique très rapide). Les résultats des études indiquent son efficacité à soulager les symptômes dépressifs pour une durée de quelques semaines. Selon l'opinion d'experts, l'ECT semble agir plus rapidement et être plus efficace que la pharmacothérapie. Cependant, le risque de rechute est élevé si l'ECT n'est pas suivie d'une autre forme de traitement. Par ailleurs aucune preuve scientifique n'était l'efficacité des traitements de

consolidation et d'entretien, c'est-à-dire des séances régulières d'ECT sur des périodes prolongées.

En cas de schizophrénie et de manie, les cliniciens ne doivent recourir à l'ECT que de façon très limitée, alors que, pour des raisons d'urgence vitale, l'ECT reste le traitement de choix de la catatonie pernicieuse. Son usage en neurologie doit être considéré comme expérimental. Quant aux techniques de substitution possibles à l'ECT, elles n'ont pas encore franchi le stade expérimental.

Conséquences sur fonctions cognitives

Immédiatement après une séance d'ECT, le patient est dans un état de confusion pour une période pouvant aller de quelques minutes à quelques heures. L'utilisation de la technique unilatérale droite, d'impulsions courtes et de charges électriques moins importantes diminue la durée de cette période de confusion.

Les effets à moyen et à long terme comprennent des conséquences sur la mémoire ainsi que sur d'autres fonctions cognitives. Les électrochocs peuvent altérer la mémoire antérieure aux séances (amnésie rétrograde) et la mémorisation de nouveaux événements (amnésie antérograde). L'amnésie antérograde dispa-

rait généralement en quelques mois, plus rapidement que l'amnésie rétrograde. Un certain nombre de patients subissent des effets permanents sur la mémoire antérieure, sans que les études disponibles ne soient en mesure de préciser ce risque. La technique d'administration de la stimulation électrique et le dosage de l'agent anesthésiant jouent un rôle prépondérant dans la réduction au minimum de ces effets néfastes.

En conclusion

Malgré que l'ECT se soit répandue, notamment entre 1988 et 1996, sa fréquence d'utilisation au Québec se compare à celle qu'on observe dans d'autres pays industrialisés. Les résultats de l'évaluation de l'Agence soulignent la nécessité de bien encadrer la pratique de l'ECT afin de garantir le respect et la sécurité du patient. Il est recommandé de favoriser la recherche pour accroître les connaissances sur l'efficacité et les risques, et de mettre en place des mesures de contrôle de la qualité. Il est également recommandé de prêter une attention particulière au processus de consentement et à l'information des patients et du public. Enfin, il est proposé de doter les groupes communautaires des moyens d'accompagner les patients et leurs proches dans le processus de traitement.

Un vélo une ville maintenant à Sherbrooke

Le projet pilote *Un vélo une ville* est lancé à Sherbrooke. Ce projet est un service de balades de plaisance et utilitaires offert gratuitement aux personnes de plus de 55 ans. Les balades se font à bord d'un vélo triporteur conduit par des jeunes qui bénéficient d'un emploi d'été et d'une bourse d'études à la fin de la période de travail.

Plusieurs partenaires se sont joints à l'organisme *Un vélo une ville* pour la mise en place du service à Sherbrooke, dont Le Groupe Maurice, la Société de transport de Sherbrooke, Sherbrooke Ville en santé et la Ville de Sherbrooke.

Le triporteur circule dans un rayon de trois kilomètres à partir du secteur King Ouest et Jacques-Cartier depuis le 29 juin dernier, et ce, jusqu'au 27 août. Il est offert 7 jours sur 7, entre 9 h et 16 h. Les balades sont d'une durée maximale d'une heure. C'est un beau prétexte pour sortir prendre l'air en bonne compagnie, demeurer actif et redécouvrir certains lieux sherbrookoïsi!



Le service *Un vélo une ville* est disponible jusqu'au 27 août, 7 jours sur 7.

Les résidences pour personnes âgées du secteur font la promotion de ce service. Les citoyens qui demeurent toujours à leur domicile peuvent aussi s'en prévaloir. Les personnes intéressées doivent réserver leur balade en téléphonant, sans frais, au 1 844 VÉLOËTÉ (835-6383)

ou en se rendant sur le site Web unvelouneville.org.

L'organisme initiateur du projet

Un vélo une ville a pour mission d'améliorer les conditions de vie des aînés en brisant leur isolement, tout en favorisant

leur participation active dans le développement social et économique de leur communauté.

Les triporteurs sont opérés par des jeunes en quête de persévérance et réussite scolaire provenant des villes ou municipalités desservies. L'emploi adapté à leur situation, de même que la bourse d'études qui leur est octroyée à la fin de leur période de travail, encouragent le développement personnel des jeunes en supportant leurs parcours académique et professionnel. Par ailleurs, les relations intergénérationnelles créées favorisent la motivation des conducteurs et le rajeunissement des passagers grâce aux échanges pleins de vitalité.

La valeur humaine, sociale et économique qui se crée dans chacune des municipalités adhérant au service *Un vélo une ville* et l'élan que celui-ci redonne aux jeunes et aux aînés s'avèrent le meilleur argument appelant à étendre ses bienfaits au plus grand nombre de municipalités du Québec.

Les organismes de DCD de l'Estrie sont en danger!

Dominique Vigneux-Parent

Au Québec, le secteur de la défense collective des droits (DCD) est composé d'environ 350 organismes. Ces organismes jouent un rôle indispensable pour la société. Comme leur nom l'indique, ils interviennent lorsque les droits des citoyens et citoyennes ne sont pas respectés. Les organismes de DCD œuvrent dans plusieurs secteurs et luttent pour le respect : de l'égalité entre les femmes et les hommes, du droit à un revenu décent, du droit au logement, des droits des travailleuses et des travailleurs, du droit à l'éducation, du droit à la santé, du droit à une société démocratique, non violente et non discriminatoire ainsi que du droit à un environnement sain. Les organismes de DCD rejoignent donc des centaines de milliers de personnes.

Les organismes de DCD sont financés par le Ministère de l'Emploi et de la Solidarité Sociale (MESS) pour faire reconnaître et appliquer les droits humains. La situation financière des groupes de DCD est particulièrement alarmante. Et le dernier budget du gouvernement ne règle en rien la situation précaire de ces organismes. Ce secteur du communautaire est l'un des moins bien financés au Québec. Les



Crédits photo : Dominique Vigneux-Parent

Pour se faire entendre par le gouvernement et sensibiliser la population à l'importance du rôle des organismes de défense collective des droits, un *die-in* a eu lieu devant l'Hôtel de Ville de Sherbrooke le 6 juin dernier. Cette action, organisée par le Caucus estrien de défense collective des droits, symbolisait le risque de fermeture des organismes qui portent la voix des citoyennes et citoyens, faute d'un financement adéquat. Une chorale engagée a également visité les commerces environnants pour informer et sensibiliser la population.

organismes n'ont reçu aucune indexation depuis 2001 alors que le coût de la vie a augmenté de plus de 30 % durant cette période (selon l'indice des prix à la consommation). Les organismes sont à bout de souffle et n'arrivent plus à assumer la hausse de leurs frais de fonctionnement (loyer, salaires, activités, etc.). Les organismes essaient de survivre avec le même budget qu'en 2001, mais n'y arrivent plus. Plusieurs d'entre eux sont même contraints de fermer par manque de financement. C'est assez!

Premièrement, les organismes de DCD réclament l'indexation rétroactive. C'est vital pour la survie de ce secteur! Deuxièmement, une augmentation significative du financement à la mission est aussi primordiale pour que tous les groupes retrouvent leur capacité d'agir et puissent assumer pleinement leur mission. Il est urgent que le gouvernement agisse et augmente les subventions des organismes de DCD. Il faut mettre fin à cet appauvrissement qui dure depuis plus de 15 ans!

La défense collective des droits n'est pas une dépense, c'est un investissement pour la société québécoise!

Petit festival devenu grand

20 ans d'émerveillement au FTMS

Valérie Saracosa



20 ANS
D'ÉMERVEILLEMENT
9 AU 13 AOÛT



Avez-vous déjà vu le stationnement du Centre Julien-Ducharme et le parc Quintal dans l'arrondissement de Fleurimont? Chaque année, ce lieu se métamorphose pour faire place à un événement culturel de grande ampleur: le Festival des traditions du monde de Sherbrooke.

Ce Festival a célébré sa 20^e édition du 9 au 13 août, sous le thème 20 ans d'émerveillement. Un village du monde a vu le jour une fois de plus pour permettre à des dizaines de milliers de personnes d'explorer la diversité et la richesse des cultures du monde. Cet incroyable voyage pour les sens a permis à la population de Sherbrooke et aux touristes de découvrir les splendeurs des cultures de tous les continents à travers la musique, la danse, la gastronomie, les contes, l'artisanat et plus encore!

Le FTMS a débuté en 1998 en tant que fête locale et s'est transformé pour devenir un événement culturel incontournable des Cantons-de-l'Est. Lors de la première édition, un seul grand chapiteau recevait la majorité des 30 spectacles et activités, puis, au fil des ans, de nouveaux chapiteaux et scènes ont été



Credits photo : Jocelyn Riendeau

Le coin gastronomique du Festival des traditions du monde de Sherbrooke

créés. Lors du FTMS 2017, ce sont 600 artistes qui ont présenté 200 spectacles sur 9 scènes intérieures et extérieures!

Un concept unique au Québec, et peut-être au monde, a été inventé au Festival: les pavillons thématiques. Véritable immersion au cœur des cultures, ces chapiteaux entraînent les festivaliers dans des univers aux ambiances très différentes

qui interpellent tous les sens. Imaginez que vous entrez dans un chapiteau aux couleurs d'un palais impérial chinois pour profiter d'une dégustation de thé et de gracieuses danses asiatiques, pour ensuite aller taper du pied sur des rythmes acadiens ou country, atablés autour de barils en bois, et pour terminer la soirée en festoyant avec un verre de Guinness à la main devant des groupes rock et cel-

tiques portant le kilt. Cela vous donne une bonne idée du sentiment vécu par les festivaliers cet été!

Au début du Festival, il y avait une dizaine d'exposants offrant leur artisanat aux visiteurs. Il y a maintenant 70 exposants et artisans qui font découvrir leurs produits internationaux et du terroir. Et ce voyage pour les sens ne serait pas complet sans un grand chouchou des festivaliers: le Coin gastronomique, avec ses 17 restaurants aux saveurs internationales. Si vous avez eu un faible pour une de ses cuisines, ouvrez l'œil, car il s'agit de restaurants de Sherbrooke et des environs!

Un tel Festival ne pourrait exister sans l'apport de ses précieux bénévoles, dont le nombre augmente toujours à chaque édition. Cette année, plus de 620 personnes ont contribué à cette belle aventure, autant à l'aménagement du site, à l'animation de scène, à la surveillance des stationnements ou des jeux gonflables. Ces bénévoles donnent vie au Festival, mais surtout créent un sentiment de fraternité entre les cultures et les générations. Tous les ans, le FTMS recrute de nouvelles personnes, ne manquez pas votre chance l'année prochaine!

L'Appel de candidatures est lancé

Quatre prix pour souligner l'excellence en arts et culture en Estrie

Conseil de la culture de l'Estrie

Les artistes et les organismes estriens éligibles sont invités à déposer leur candidature à l'un ou l'autre des quatre prix en arts et culture qui seront remis dans le cadre de l'Apéro culturel de l'Estrie mardi le 21 novembre.

Grâce à l'appui de plusieurs partenaires, le Conseil de la culture de l'Estrie met tout en œuvre pour promouvoir l'audace, le dynamisme et la vitalité artistique et culturelle en soutenant l'appel de quatre prix.

PRIX DU CALQ - ŒUVRE DE L'ANNÉE EN ESTRIE du Conseil des arts et des lettres du Québec (CALQ)

Décerné à un artiste, un écrivain ou un collectif d'artistes ou d'écrivains de la région pour une œuvre originale ayant été présentée publiquement pour la première fois entre le 25 août 2015 et le

24 août 2017. En décernant ce prix, le CALQ veut favoriser la reconnaissance des créateurs dans leur milieu et contribuer à l'amélioration de leur condition de pratique partout sur le territoire du Québec. Ce prix est assorti d'un montant de 5 000 \$ remis par le Conseil des arts et des lettres du Québec. Les renseignements du Prix du CALQ - Œuvre de l'année en Estrie figurent sur le site Web du CALQ.

PRIX EXCELLENCE CULTURE ESTRIE en partenariat avec La Fabrique culturelle

Décerné à un artiste, à un écrivain, à un artisan ou à un travailleur en culture qui a fait preuve d'excellence et qui souhaite continuer à se développer dans la région de l'Estrie. La Fabrique culturelle | Télé-Québec produit et offre au récipiendaire une capsule vidéo d'une durée de 4 5

minutes dressant son portrait d'artiste. Des services-conseils et un montant de 500 \$ du Conseil de la culture de l'Estrie accompagnent ce prix.

PRIX RELÈVE en partenariat avec le Cégep de Sherbrooke

Attribué à un artiste de la relève (moins de cinq années de pratique et de diffusion dans un contexte professionnel) pour son excellence et pour sa contribution professionnelle au développement artistique et à la promotion de sa discipline. Un montant de 500 \$ accompagne ce prix.

PRIX DÉVELOPPEMENT CULTUREL en partenariat avec La CDEC de Sherbrooke et la Société nationale de l'Estrie

Décerné à un OBNL culturel ou à une coopérative culturelle qui, grâce à une

initiative marquante et innovante, a contribué au développement des arts et de la culture en Estrie. Un montant de 500 \$ accompagne ce prix.

Dates butoirs dépôt de candidatures

Vendredi 25 août 2017 (cachet de poste) pour le Prix du CALQ - Œuvre de l'année en Estrie du Conseil des arts et des lettres du Québec (CALQ);

Lundi 11 septembre 2017, 17 h (par courriel) pour les trois prix en arts et culture organisés par le Conseil de la culture de l'Estrie et ses partenaires.

Pour tous renseignements supplémentaires contactez Guillaume Houle, agent de développement culturel au Conseil de la culture de l'Estrie, par courriel : guillaume.houle@cultureestrie.org, ou par téléphone : 819 563-2744, poste 223.

Découvrir l'histoire de Sherbrooke

Nancy Mongeau

Que vous habitiez Sherbrooke depuis toujours, que vous y soyez pour les études, pour le travail ou pour le plaisir, vous serez sans doute surpris de la richesse de l'histoire de la reine des Cantons-de-l'Est. La curiosité vous démange un peu? Quelle chance vous avez, car il existe depuis 90 ans un organisme qui a pour mission de conserver notre patrimoine local et régional: la Société d'histoire des Cantons de l'Est, maintenant nommée la Société d'histoire de Sherbrooke.

Puisque son rôle est aussi la diffusion de l'histoire de notre région, la Société d'histoire de Sherbrooke propose des activités gratuites ou à très peu de frais.

Circuits gratuits

Quoi de mieux pour profiter de l'été qu'une petite balade pédestre? Une balade signée la Société d'histoire de Sherbrooke! Se promener tout en apprenant l'histoire des bâtiments et des espaces qui nous entourent est une activité des plus intéressantes. Durant la saison estivale, on nous en propose plusieurs, ne reste qu'à choisir celle qui nous plaît le mieux... ou pourquoi ne pas participer à chacune d'elles?

Jusqu'au 18 août, *L'histoire à ciel ouvert* vous invite à voir d'un autre œil trois parcs sherbrookoïses bien connus : le parc du Bois-Beckett (départs à 10h30, 13h30 et 15h15 à l'entrée du parc, le mercredi), la Gorge de la rivière Magog et le tour du Lac des Nations (départ du bureau d'information touristique à 10h30, 13h30 et 15h15, du jeudi au dimanche).

On découvre ainsi l'histoire d'une famille pionnière à la base d'une des rares forêts anciennes en milieu urbain; on replonge dans l'ère de la révolution industrielle ; on explore le temps depuis l'ère de glace jusqu'aux temps modernes. Le circuit de la rivière Magog se termine même par la visite de la centrale Frontenac.

Les vendredis Découvertes

Une autre activité gratuite est offerte du 7 juillet au 25 août : des visites guidées dans les rues de Sherbrooke. Quatre circuits présentent la diversité culturelle de l'histoire locale et sociale de la ville : *Les Belles du Nord* (dans le vieux-Nord, le 4 août), *D'histoires et de découvertes : le plateau Marquette* (le 11 août) et *À la*



Photo courtoisie Société d'histoire de Sherbrooke

Sarah Lacasse et Frédérique Lévesque, animatrices de la Société d'histoire de Sherbrooke lors des activités dans les parcs.

découverte du Domaine Howard (le 18 août) et *Direction Hôtel de ville* (le 25 août).

Ces randonnées sont axées sur l'histoire du patrimoine bâti et du développement social qui s'y rattache. Les départs se font à 13h30, de la Société d'histoire de Sherbrooke (Belles du Nord et plateau Marquette), du Pavillon 1 du Domaine-Howard et de l'Hôtel de ville de Sherbrooke.

Circuit du Vieux-Nord

Cette autre randonnée dans le Vieux-Nord de Sherbrooke peut être autonome ou partiellement guidée. Pour 10\$, on vous prête un baladeur audio (possibilité de brancher deux casques d'écoute) avec une carte et vous partez découvrir l'histoire du quartier dont les bâtiments sont fortement influencés par la période victorienne.

Expositions

Sherbrooke, terre d'accueil est l'exposition permanente à la salle Andrée-Désilets. Moderne et interactive, elle démontre la richesse des contributions des communautés culturelles au développement de la ville.

Voyez aussi l'exposition temporaire *Souvenirs d'enfance* à la salle American-Bilrite (jusqu'au 29 octobre 2017) où est mis en vedette le mode de vie des enfants sherbrookoïses de 1880 à aujourd'hui. Photographies anciennes et clin d'œil aux jeux d'enfants qui ont

traversé le temps y sont présentés. On aborde divers aspects de la vie quotidienne des jeunes et de leurs familles

pour mettre en perspective les différences entre les époques, mais aussi les continuités. Parce qu'après tout, même en 200 ans d'histoire, un enfant reste un enfant!

Le coût d'entrée aux expositions est de : 7\$ par adulte, 5\$ pour les étudiants, 4\$ pour un enfant (7 à 12 ans) et 12\$ pour une famille.

Activités intergénérationnelles

Faire une incursion dans la vie de ceux qui nous ont précédés, c'est une activité qui s'adresse à toute la famille. L'histoire de Sherbrooke est riche, la Société d'histoire de Sherbrooke peut vous en parler pendant des heures! De quoi étancher votre soif de connaissance, celle de vos enfants, de vos petits-enfants et même de vos nonchalants adolescents. Si vous prévoyez y aller en groupe, il est préférable de réserver votre place en téléphonant au 819-821-5406

NPD Pierre-Luc **DUSSEAULT**
Député de Sherbrooke

Toujours à votre écoute!
PLDusseault.ca // 819-564-4200

Qui est à l'abri? Toi? Moi? Vous? Nous?

Aurélie Marcil, Pour le comité organisateur de la *Nuit des sans-abri de Sherbrooke*, Organisatrice communautaire en soutien à la Table Itinérance de Sherbrooke, Service d'action communautaire/Direction de la santé publique de l'Estrie/CIUSSS de l'Estrie – CHUS

Le vendredi 20 octobre prochain se tiendra la 16^e édition sherbrookoise de la *Nuit des sans-abri* (NSA), une activité de sensibilisation de la Table itinérance de Sherbrooke. Plus que jamais, cette année, les organisateurs invitent les citoyens et citoyennes de Sherbrooke à participer au maintenant célèbre *Concours de fabrication d'abris de fortune*. En effet, pour une première fois, un volet du concours se déroulera sur la page Facebook de la *Nuit des sans-abri de Sherbrooke*, du 1^{er} septembre au 15 octobre.

Pour participer au concours, c'est bien simple! Il suffit d'abord de former une équipe d'au moins 3 personnes. Il peut s'agir d'une équipe représentant une entreprise, un organisme, une classe étudiante, un groupe d'amis, une famille, etc. Ensuite, vous créez un abri à partir des matériaux permis et vous réalisez une courte vidéo pour présenter votre équipe et votre abri, d'une façon originale. Pour finir, vous partagez votre



L'abri de fortune peut-être un simple sac de couchage que l'on déplace tous les jours, mais il peut aussi être un peu plus « sophistiqué », à un endroit où l'on peut, pour un temps, s'y installer.

vidéo sur la page Facebook de la *Nuit des sans-abri de Sherbrooke* et vous invitez tous vos contacts à « Aimer » votre vidéo! Et pourquoi y participer? Pour appuyer

une cause sociale, pour développer une cohésion d'équipe, pour profiter de la visibilité générée par les multiples partages sur les réseaux sociaux et pour courir la

chance de gagner un trophée remis lors de la NSA de Sherbrooke, le 20 octobre prochain!

Au lancement du concours en ligne, vous trouverez les consignes sur les matériaux permis et sur les critères d'évaluation. Restez à l'affût et surveillez la page Facebook de la *Nuit des sans-abri de Sherbrooke* pour de plus amples détails.

L'habituel volet sur place du concours le soir même sera repris encore cette année, avec toujours une nouvelle formule animée et remplie de surprises! D'ailleurs, toutes les équipes qui auront participé en ligne sont invitées à revivre l'expérience du concours lors de la NSA, sur le terrain adjacent au Marché de la gare. D'autres trophées seront remis pour l'occasion.

Mais à qui revient l'idée à l'origine de ce grand concours? Dès les débuts de la NSA à Sherbrooke, le concours a été mis sur pied à l'initiative de Michel Miville, un citoyen qui a déjà connu l'itinérance. L'objectif du concours est d'attirer l'attention sur un fait : la vie d'errance amène son lot de préoccupations et malheureusement tous ne trouvent pas refuge dans les lieux d'hébergement. Se trouver un abri pour la nuit constitue un défi pour plus d'un. Dans la réalité du quotidien, l'abri de fortune peut-être un simple sac de couchage que l'on déplace tous les jours, mais il peut aussi être un peu plus « sophistiqué », à un endroit où l'on peut, pour un temps, s'y installer, avec bâtons, bâches et boîtes de carton.

Finalement, mentionnons qu'il existe à Sherbrooke quelques ressources qui hébergent les personnes en situation d'itinérance : le Partage St-François, le Tremplin 16-30 de Sherbrooke, la Coopérative de solidarité l'Autre-Toit, l'Auberge du cœur La Source-Soleil, la Maison Jeunes-Est et la Maison Oxygène Estrie. Pour mieux connaître ces ressources, venez vous informer à la NSA de Sherbrooke, le vendredi soir 20 octobre, à la place de la Gare! Pour connaître toute la programmation de la soirée, visitez la page Facebook de la *Nuit des sans-abri de Sherbrooke*.



Légalisation du cannabis ou la ruée vers l'or vert

Grégoire-Étienne Saint-Aubin, intervenant social au Journal de rue

Un brin d'histoire

Le cannabis tire son origine d'une plante nommée cannabis sativa qui nous provient de l'Inde. Il fut disponible sans conséquences légales jusqu'en 1923, année où le gouvernement décide de l'inclure aux lois sur l'opium et autres drogues qui étaient en place depuis 1901. Les raisons de la criminalisation de substances sont obscures mais pourraient être simplement motivées par des objections morales, des motifs politiques, mercantiles ou par le racisme. Selon Line Beauchesne, criminologue à l'Université d'Ottawa, cibler le cannabis était en fait une façon détournée de s'attaquer aux travailleurs mexicains, qui affluaient au sud des États-Unis après la révolution de 1910, dont certains fumaient de la marijuana. « Quand ils sont sous l'influence [de la marijuana], ils deviennent des maniaques obsédés susceptibles de tuer [...] d'autres personnes de manières les plus sauvages et cruelles », a déclaré en 1922 Emily Murphy, juge d'Alberta, à propos des consommateurs de cannabis.

« Hourra, le pot, c'est pas dangereux » Un bémol s'impose. Il est important de spécifier que le cannabis demeure une drogue et que malgré qu'il soit moins nocif que d'autres substances, il n'est pas pour autant anodin; cependant il serait juste de dire que sa toxicité est moindre que celle de l'alcool qui, lui, est disponible et même promu dans des publicités. Néanmoins, la loi de l'effet – j'en parle dans ma précédente chronique – vient influencer sur le comportement et les réactions de l'usager du cannabis. L'effet du « pot » peut être différent d'une personne à l'autre et d'une fois à l'autre.

Toutefois, le cannabis, contrairement aux opiacés (morphine, héroïne, fentanyl, oxycodone, méthadone...), à l'alcool et aux calmants (Valium, Ativan, etc.), cause une faible dépendance physique et, selon la littérature, entraîne une dépendance psychologique modérée. On ne peut non plus subir une surdose mortelle de cannabis. Une trop grande quantité causera des malaises potentiellement désagréables mais, à ce jour, aucun décès n'a été répertorié; il faudrait l'équivalent de 20 000 à 40 000 fois le niveau d'une dose normale. On parle de 1 500 livres, soit 680,39 kilos, pris en quinze minutes! Beaucoup de gens consomment sans avoir de problème; ça n'est pas différent du travailleur qui prend quelques bières pour relaxer en revenant du travail

ou avec des collègues. Nous retrouvons des adeptes de marijuana dans toutes les couches de la société.

Il serait plus sage d'utiliser une méthode qui ne cause pas de combustion. Le cannabis est le plus souvent fumé à l'aide d'une pipe ou dans une cigarette (joint). La résine produite par la combustion n'est pas sans danger pour les poumons, et le goudron qui en résulte équivaut à environ cinq cigarettes de tabac. De plus, un fumeur de cannabis prend de plus grandes bouffées en inspirant, garde plus longtemps la fumée dans ses poumons et va parfois mettre du tabac dans son joint de pot. Toutefois aucun lien n'a été fait entre cancer du poumon, de la tête ou de la gorge et l'usage du cannabis et c'est assez rare que l'on fume autant de marijuana que de tabac dans une journée. Nous entendons souvent parler du syndrome amotivationnel (la patate de sofa), où la personne devient amorphe, ce dernier serait lié à la consommation régulière et excessive, mais est contesté; il faudrait voir si le manque de motivation chez la personne ne serait pas causé par d'autres facteurs, tels que mentaux ou simplement par manque d'intérêt pour l'école ou d'autres activités. Pour réfuter l'argument selon lequel le cannabis rend paresseux, nous n'avons pas été en mesure de lier chômage et usage du cannabis. Selon une étude néo-zélandaise longitudinale (sur plusieurs années avec les mêmes personnes) récente: une consommation régulière causerait une baisse du Q.I de huit points mais il semble que l'étude ait fait fi de la situation socio-économique des sujets testés. Citons aussi l'augmentation de l'apparition de troubles de l'humeur chez le jeune adulte et d'impulsivité si la consommation est débutée précocement avant 13 ans.

L'argument de la porte d'entrée vers d'autres drogues

Longtemps, et encore aujourd'hui, la théorie du « gateway drug » ou traduit littéralement, «drogue de porte d'entrée», fut invoquée faisant état que le cannabis conduisait invariablement à des substances plus fortes. C'est une croyance qui a la vie dure. En fait, la drogue de départ est très souvent l'alcool et si certains utilisateurs vont vers d'autres substances, c'est qu'il y a une raison beaucoup plus logique : entre autres, les revendeurs peuvent proposer à l'acheteur d'essayer une drogue ayant supposément les mêmes propriétés et

donnant les mêmes résultats que le cannabis. La personne voulant sa drogue de choix pourra alors décider de faire ou non confiance au « pusher ». Il y a aussi l'expérimentation qui entre en ligne de compte, particulièrement chez certains jeunes, mais tous n'iront pas vers quelque chose de plus fort s'ils n'en ont pas envie; certains troubles de personnalité mais surtout la prohibition seraient aussi des facteurs de risque à l'escalade. Il existe des cocaïnomanes, des héroïnomanes qui en plus fument du cannabis, mais ce n'est pas parce que tu as fumé un joint que tu rêves de te faire une injection ou de renifler de la poudre.

Problèmes de santé mentale induits

Les experts parlent sans cesse de psychose induite : on entend par là que des hallucinations auditives ou visuelles et une perte de contact avec la réalité sont déclenchées par l'agent psychoactif, le THC, qui est trop puissant... En légalisant, nous pourrions contrôler la force

et l'accès tout en éduquant les gens. Il faut aussi savoir que de vivre une psychose n'implique pas automatiquement la présence d'un trouble psychotique tel que la schizophrénie. Fait intrigant, nous constatons l'usage de cannabis chez ceux qui en souffrent: selon ce qu'on en retire, ils arriveraient à gérer les symptômes de leurs troubles. Le risque est réel chez des personnes génétiquement sujettes et il s'accroît si la consommation est importante mais, pour qu'il y ait apparition du trouble et que la maladie s'installe pour de bon, il doit y avoir prédisposition génétique chez l'individu. Pour ceux qui auraient une tendance à l'anxiété, le cannabidiol (CBD) – autre ingrédient connu du cannabis – équilibrerait les effets anxiogènes du premier principe actif qu'est le THC. Nous sommes à nous demander si c'est la maladie mentale qui pousserait vers la drogue ou la drogue qui causerait la maladie mentale. Bref, c'est l'œuf ou la poule.

Avantages/Inconvénients d'une légalisation au Canada

Positif

- Contrôler la qualité et un assortiment d'effets laissés au choix de l'utilisateur
- Une source d'argent pour le gouvernement qui, je l'espère, sera réinvesti en santé publique (prévenir les comportements toxicomaniaques chez 15 à 20% des consommateurs et sensibilisation).
- Reporter l'usage du cannabis à plus tard (il serait mieux de viser un âge réaliste).
- Cesser de considérer le consommateur de « pot » comme un criminel dangereux et l'empêcher de se retrouver avec un casier judiciaire qui lui interdira de voyager, se trouver un emploi ou un logement.
- Occasionner plus de possibilités d'études scientifiques puisque la substance serait légale. (Aucune étude scientifique pendant 70 ans en Amérique du Nord, ce qui n'est pas le cas en Israël et dans d'autres pays d'Europe.)
- Réserver la cour et les établissements carcéraux pour des crimes qui font des victimes.

Négatif

- Laisser croire que l'usage de la substance n'apporte aucun inconvénient.
- Même si le crime organisé fait davantage d'argent avec les autres substances que le cannabis, il est très probable qu'il infiltre les distributeurs légaux. Si les prix sont fixés beaucoup trop élevés dans le marché légal, on se tire franchement dans le pied.
- Causer de possibles problèmes de sécurité
 - Sur les routes : pour cause de facultés affaiblies, encore plus sérieux si le cannabis est pris avec de l'alcool à cause de l'effet synergique.
 - En milieu de travail : par la manipulation d'outils ou machinerie sous l'influence de la drogue.

Chemin de Compostelle

Marcel Morin, photographe globe-trotter



Camino de Santiago, Geteria à Deba

En début de soirée du 21 avril, ma conjointe Julie et moi, nous retrouvons à la gare d'Irún dans le nord de l'Espagne. C'est là, sur la frontière avec la France que nous commencerons notre périple, le pèlerinage de Compostelle « Camino de Santiago », une marche de quelque 800 kilomètres.

Des milliers de pèlerins se rendent chaque année sur ces sentiers millénaires qui relient le sud de la France à Saint-Jacques de Compostelle. Mais pourquoi entreprendre une randonnée de cette envergure? Certains s'y rendent pour l'expérience religieuse et spirituelle, d'autres pour le côté historique ou encore comme défi personnel. Quelle que soit la raison de s'y rendre, le défi qui vous attend est un challenge formidable.

Le soir même de ce vendredi du 21 avril, nous nous rendons à pied, de la gare, au pont de Saint-Jacques qui relie Hendaye en France à Irún en Espagne. C'est à cet endroit que l'on retrouve le kilomètre zéro : le début du sentier du Nord, Camino del Norte. Devant nous, selon le guide populaire, une randonnée de 815 kilomètres nous attend. Sacs sur le dos, chaussures de marche aux pieds et le fameux *Crédential* (le passeport du pèlerin) en main, nous nous élançons sur ce sentier pour nous rendre au premier *Albergue* (auberge du pèlerin). Nous retrouvons ces *Albergues* tout le long du



Le *Crédential* (passeport) du pèlerin, une étampe à chaque arrêt marque le chemin parcouru.



Le premier matin à la sortie d'Irún, ils nous attendaient pour nous souhaiter un Buen Camino.

des Pyrénées, elle est donc toujours en montée ou en descente. Le sac à dos de 10 kilos semble soudainement peser une tonne, et tout ce que l'on pense c'est : mais que pourrais-je bien enlever de ce sac? Après 10 heures de marche, péniblement et les jambes tremblantes, nous atteignons enfin l'*Albergue* de San Sebastián.

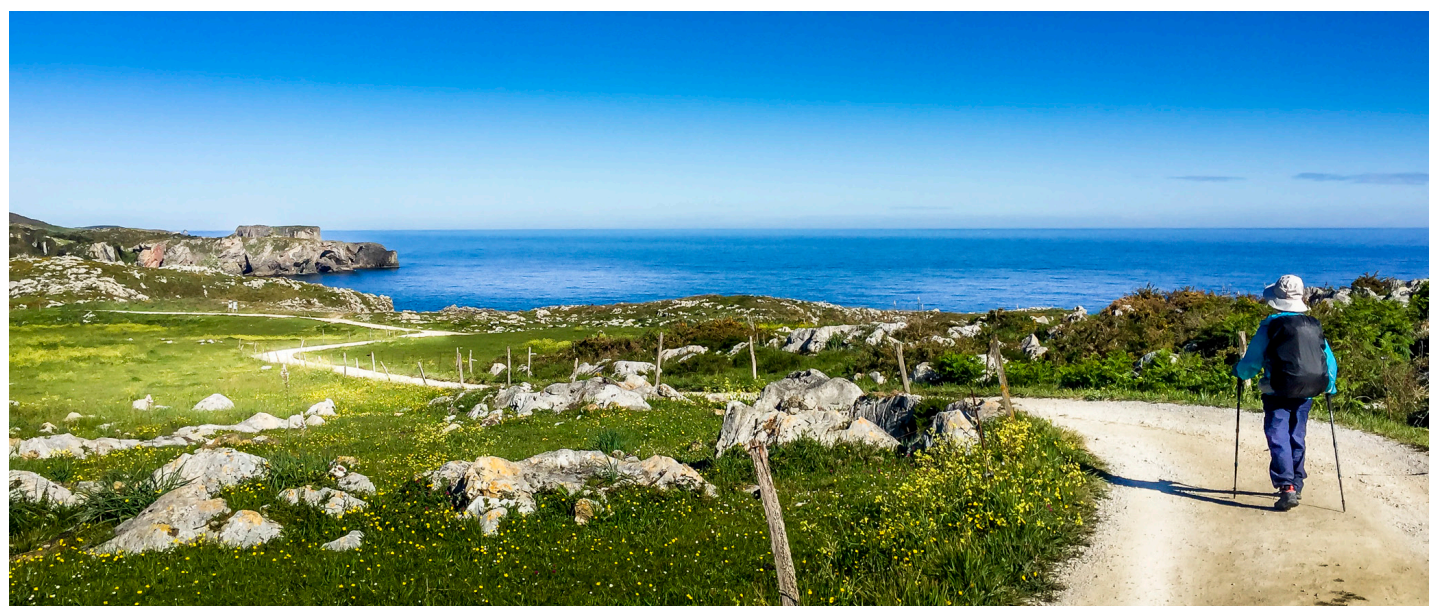
Au total : 31 étapes! 31 jours de marche (en moyenne 26 kilomètres par jour) tous aussi difficiles les uns que les autres. La première semaine, on la vit toujours avec cette inquiétude d'être incapable de rejoindre la fin de l'étape prévue. La fatigue et les douleurs musculaires deviennent des compagnons de marche journaliers. Et petit à petit on s'y habitue. Nous parvenons à les amadouer. On commence à relaxer, à prendre le temps de savourer les magnifiques paysages des montagnes et du bord de la mer. Puis s'installe une paix profonde, un sentiment de retour aux besoins de base de la vie : quelque chose à manger et un endroit pour dormir. C'est un sentiment de



Tout le long du sentier, des flèches jaunes nous indiquent la direction à suivre, parfois sur une enseigne, mais le plus souvent seulement un coup de pinceau de peinture jaune sur une pierre.

grande liberté. Tout ce qui nous enchaînait à une vie moderne, avec ses médias sociaux, perd son importance. C'est une relâche totale. Vivre le moment présent, oublier le passé et cesser de craindre le futur. Vivre sa vie pleinement au présent.

Nous arrivons à Santiago, Saint Jacques de Compostelle dans cet état d'âme : une grande paix. Le certificat d'achèvement du pèlerinage et la célébration de cette arrivée ne sont que trophées. Le message est de vivre sa vie pleinement tous les jours, vivre le moment présent.



La côte et la mer, paysage le long du Camino del Norte.

Et si demain la vie devait s'arrêter là

Pierrette Denault



Marcel Morin est natif de La Patrie. On peut le contacter à cette adresse : mars.was.here.photos@gmail.com et/ou admirer sur le site [500px.com/mar-swashere](https://www.500px.com/mar-swashere) plusieurs de ses photos.

Nos lecteurs le connaissent grâce à ses photos de rue. Globetrotteur infatigable, Marcel Morin apporte régulièrement sa contribution au Journal de rue de l'Estrie. Nous avons voulu en savoir davantage sur celui qui est derrière sa caméra. Rencontre avec un homme profondément humain.

Le parcours de vie de Marcel Morin se divise en deux segments. À la mi-quarantaine, sa vie bascule au moment où il perd sa sœur qu'il aime tant dans un accident tragique. Surgissent alors des questions existentielles : pourquoi rester là où j'en suis? quel sens donner à ma vie? et si demain ma vie devait s'arrêter là? Alors qu'il est un homme d'affaires prospère, une opportunité se présente: il vend tout. Part faire de la photo. Et cherche un endroit où aller pour se dépayser complètement. La Chine l'appelle. Il ne le sait pas encore, mais il y vivra dix ans, y trouvera Julie « Liao Ning Chun », l'amour de sa vie. Plus tard, il voyagera à

travers le monde, de l'Europe de l'Est à l'Afrique du Sud-Est. L'Inde sera un de ses lieux de prédilection.

Quand on lui demande comment il arrive à «arracher» les photos dans la rue, il affirme qu'il faut apprendre à regarder et à ne pas juger les gens, peu importe leur condition. Il cite Mère Térèse qui disait que les plus démunis doivent sentir qu'on les aime. C'est en se mettant à égalité avec le sujet dont il veut capter l'image que le photographe apprivoise d'abord sa propre peur d'être rejeté. Son approche se fait dans le plus grand respect. Une fois ce pas franchi, les barrières tombent. Il suffit d'entendre Marcel Morin parler de la photographie de rue pour constater que c'est un art gratifiant, que partout dans le monde se vivent des histoires de vie tragiques, des événements terribles qui détournent les trajectoires de vie. Un contact unique s'établit alors et il cherche à saisir l'instant, l'étincelle dans le regard, la véri-

table communication. Le temps d'un clic, il va entraîner les spectateurs dans une direction insoupçonnée. Ici pas de place au misérabilisme, à la pitié : il veut que ses photos racontent des histoires et qu'on prenne le temps de s'arrêter. Il triera sur le volet des milliers de photos, parfois en couleur, parfois en noir et blanc - dépendamment du message à passer au grand public. Il ne retiendra que celles qui expriment des sentiments profonds.

À une époque où on est très conscient de son image, Marcel Morin croit qu'on peut tout publier (ou presque) par compassion. La photographie de rue a ses exigences, mais elle apporte son lot de gratifications. À peine rentré de Compostelle, il sillonnera cet automne les rues de l'Inde à la recherche d'histoires toute neuves à raconter. Il lui suffira de plonger son regard dans celui d'une autre personne. Si demain la vie devait s'arrêter là, il pourrait dire mission accomplie!

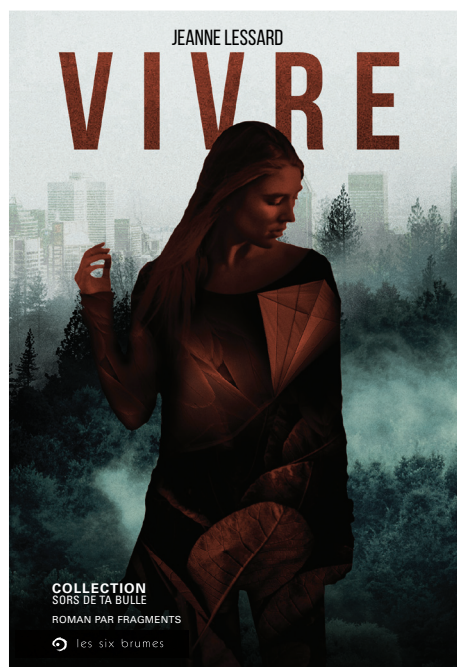


**Luc
FORTIN**
DÉPUTÉ DE SHERBROOKE



Vivre, de Jeanne Lessard

Camille Deslauriers



Ce titre est disponible sur commande dans une librairie près de chez vous ou encore à la maison d'édition Les Six Brumes, au www.sixbrumes.com

Ce nouveau titre de la collection « Sors de ta bulle! » vous invite à découvrir un genre qui n'avait pas encore été exploré par nos gagnantes et nos gagnants des années antérieures: le roman par fragments.

Vivre comporte aussi une autre particularité: pour créer son personnage, l'auteure s'est inspirée d'une soixantaine de verbes à l'infinitif. «Couper», «Flamber», «Boire», «Errer», «Voler»: autant de titres qui résument le personnage de Simone dans son essence et s'assemblent comme des morceaux de puzzle, pour la rendre terriblement *vivante*. Ici, toutefois, pas de fil d'Ariane chronologique. Le lecteur est au cœur du labyrinthe. Il doit s'orienter entre les scènes du quotidien, les souvenirs et les silences, pour recréer le parcours de cette adolescente qui, elle-même, a parfois l'impression d'« errer ».

L'incipit est tranchant. Dès les premiers mots, la narratrice évoque symboliquement la *rupture* fondatrice dont il sera question dans tout le roman. Dans un style très efficace, parfois près de l'oralité, Simone se raconte. Ses premiers deuils, sa famille éclatée, sa dernière année du secondaire, son envol vers la grande ville.

Vivre. Jeanne Lessard n'a pas choisi ce titre au hasard. Elle est elle-même une fille qui multiplie implications et passions. Inscrite en vocation «musique» à l'école Mitchell-Montcalm, membre de l'harmonie de l'école (cor français),

inscrite au cours de création littéraire de Lynda Dion, investie dans le spectacle littéraire *Bestia*, participante au concours littéraire « *Sors de ta bulle!* » en troisième, quatrième et cinquième secondaires... et lauréate de la douzième édition du concours. Présentement, elle étudie en Arts, lettres et communication au Cégep de Sherbrooke.

Et parce que la lecture et l'écriture sont indissociables dans la formation des auteurs de la relève, quand vous aurez terminé votre lecture de *Vivre*, nous vous invitons à écrire « en écho » à Jeanne Lessard.

À vos plumes et à vos claviers.

Et si vous deviez résumer votre vie par un verbe, lequel choisiriez-vous et quel moment raconteriez-vous ?

Et si vous deviez écrire une journée dans le quotidien d'un personnage en un fragment d'une ou deux pages dont le titre serait l'un de ces verbes : anticiper, attendre, bégayer, bifurquer, bloguer, choir, courir, craindre, craquer, délirer, dépasser, devenir, deviner, donner, élaguer, envahir, exagérer, fondre, fuguer, gager, geindre, haïr, hanter, illustrer,

imiter, insulter, jouer, jubiler, klaxonner, léguer, liquéfier, lutter, migrer, mordre, nier, nuire, onduler, passer, peindre, regarder, rougir.

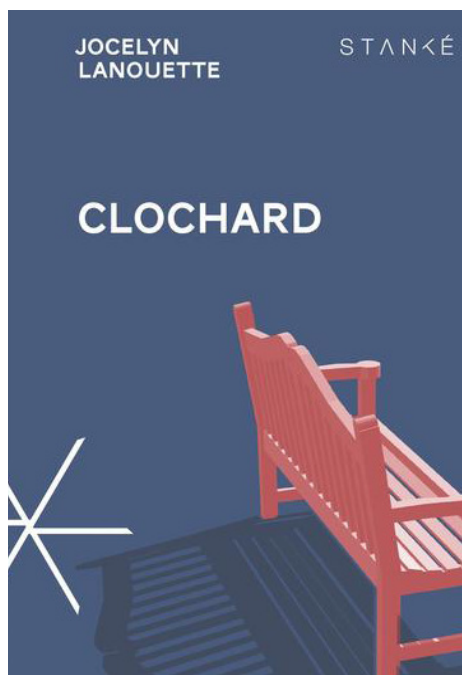
Racontez, racontez, racontez. Car il s'agit parfois d'un verbe, « de quelques mots [...], rien de plus », et ils pourraient vous entraîner aussi dans les dédales d'un futur manuscrit...



L'auteure Jeanne Lessard, récipiendaire du concours «Sors de ta bulle!»

La place qu'on n'a pas

Pierrette Denault



Avoir sa place à soi parmi les siens, être reconnu pour ce qu'on est, exister à ses propres yeux et dans le regard des autres ne sont-ils pas des besoins légitimes et vitaux? N'est-ce pas ce

que tout être humain se souhaite pour lui-même? Questions qui nous tarabustent en lisant Clochard de Jocelyn Lanouette. On se dit qu'il y a bien des personnes invisibles autour de nous. Des humains qui n'ont pas leur place. C'est le constat que j'ai fait en faisant connaissance avec Serge Comtois, un personnage de papier qui pourrait bien être une des personnes itinérantes qui sillonnent les rues de notre ville à la recherche d'un regard, d'un sourire, d'une place. À la recherche d'un comment ça va aujourd'hui?

Pour paraphraser Simone de Beauvoir, on ne naît pas clochard, on le devient. Derrière chaque personne sans domicile fixe, il y a un passé, une histoire de vie. L'auteur, Jocelyn Lanouette, par un jeu habile d'allers-retours dans la vie de son personnage, démontre efficacement le typhon qui a aspiré Serge Comtois. Suite à une rupture amoureuse et à une trahison d'amitié, Serge entrera dans une profonde dépression qui lui fera perdre

sa maison, son emploi d'enseignant et la garde de son fils qu'il aime profondément. Peu à peu, ce sera la désescalade et sa vie sera chamboulée. La rue l'attend. Avec ses dangers, ses risques, mais aussi avec ses occasions de se lier à nouveau, de retrouver une certaine estime de lui-même. Certes, il boit, mais l'auteur (et le lecteur) ne le juge pas. Boire ne l'empêche pas de réfléchir, d'écrire dans le Journal des itinérants à chaque semaine, de participer à un concours d'écriture dans son quartier et même de le gagner! Il se rendra utile en offrant ses services comme «dégustateur», puis comme modèle nu pour une classe d'art et comme professeur privé auprès d'un enfant qui éprouve des difficultés d'apprentissage. Au fur et à mesure, l'histoire de Serge transforme notre regard sur les itinérants, fait tomber les préjugés. Le lecteur ne pourra plus s'empêcher de penser que derrière les clochards qu'il croise se cache une histoire personnelle pas toujours facile.



L'auteur de Clochard est professeur de français au secteur des adultes. Détenteur d'un baccalauréat en études françaises, il a enseigné la photo pendant plus de vingt ans à l'Université de Montréal. En 2012, il a publié son premier roman, Les doigts croisés. Il habite à Melbourne en Estrie.

Le récit fait penser au docu-réalité Face à la rue piloté par Jean-Marie Lapointe et présenté sur la chaîne Moi & Cie depuis le 2 mai (à 21h). « Une fois qu'on connaît leur histoire, on ne peut plus les juger », dit Lapointe.

À l'ombre de la misère

Bernard Couture, camelot-poète

Au pays imaginaire de la misère les oiseaux ont le vertige, tandis que
Les gens ont l'âme ruinée par les désirs tristes.
Esseulé par l'indifférence et le jugement, déporté vers les enclos à somnolence devant ainsi des prémourants.
Dévasté par la torpeur et l'ennui, paralysé à ne plus pouvoir apprécier la magnificence de la vie.
Déséparé par la ladrerie des décideurs de misère à la conscience chaotique qui péroraient sur les naufragés du quotidien.
Malaise sociétal de vivre que pour les plaisirs thuriféraires du narcissisme ou imaginaire collectif.

Les enfants quant à eux, ils imaginent la misère comme une sorte de désert où l'eau n'a pas lieu d'être.
Ils croient que procrastiner devant un jeu de réalité virtuelle devient une astuce pour se protéger de leur imaginaire.
Ils rêvent qu'ils vont réussir à éliminer le désespoir par un avenir de bonheur.
Puis il y a ceux qui savent que le Bonhomme Sept Heures peut être un pédophile.
Le mystère de la misère est impénétrable au bonheur.

Depuis les temps immémoriaux, les animaux nous connaissent et ils ont un malaise avec notre misère.

Cendres

David Lacharité

Écrits forgés par le temps
usure des jours hystériques
blessures centre de l'univers
souvenirs encastrés
mémoire chancelante

rareté de repaire
houle ensanglantée
rivage factice
hara-kiri de l'instant

rien ne passe
sinon que le silence

PAS BESOIN DE FAIRE
LE BOUCHE À BOUCHE
À UNE TABLE POUR LUI
DONNER UNE SECONDE VIE.

★
REVALORISEZ
VOS OBJETS !
★

Ma philosophie

Sophie Boucher

J'accepte mon présent.
Je lâche prise sur tout ce qui peut m'atteindre.
Je m'adapte à toute circonstance dans un esprit positif.
Je suis heureuse à chaque seconde de ma vie,
car je possède les clés de mon bonheur.
Je suis la clé de mon bonheur.

Symphonie pathétique

Francine Dutil, poétesse

Il y en avait de toutes les sortes
dans la symphonie pathétique
de quoi vous retourner le cœur
de quoi le faire battre aussi
comme le tam-tam lointain
qui crie au loin
laisser vivre libre les gens
d'ici et d'ailleurs
Merci!

13 novembre 97

Collecte et vente
d'objets revalorisés

 **EstrieAide**
Une ressource très humaine

Êtes-vous un locavore?

Marie-Anne Dayé, pour Basta communication

Depuis quelques années, on assiste à des changements dans le comportement d'achat des consommateurs. Ces derniers se questionnent beaucoup plus qu'auparavant lorsqu'ils sélectionnent un produit ou un service. L'achat local est une tendance qui se confirme de plus en plus sur le marché québécois. Un entrepreneur a donc avantage à miser sur l'aspect local de ses produits et de ses services pour les rendre plus attrayants. Les bénéfices seront tangibles autant pour la clientèle que pour l'entreprise.

La tendance se maintient depuis quelques années : les consommateurs québécois souhaitent encourager les entreprises qui misent sur l'aspect local autant sur le plan de l'approvisionnement que de la production et de la transformation. Un sondage Léger Marketing Manger chez soi, pourquoi? commandé en 2011 par Équiterre montre que 78% des Canadiens disent privilégier l'achat local de fruits et de légumes.

Parce qu'en plus d'être bon pour nous, c'est bon pour moi !

Les Québécois achètent local pour des motifs personnels et altruistes. En voici quelques-uns :

Motifs personnels

- Ils en retirent du plaisir.
- Ils y voient des bénéfices pour leur santé: certains fruits et légumes peuvent perdre une partie de leurs vitamines au cours de leur transport ou de leur stockage.
- Ils sont en mesure de tracer la provenance des produits.
- Ils s'assurent que ceux-ci ont été conçus dans des conditions salubres, comme le prescrivent les lois québécoises en cette matière.

Motifs altruistes

- Ils contribuent à la protection de l'environnement, soit par la diminution du transport. Soyez prudents, cependant, si vous souhaitez mettre cet argument de l'avant. Le transport est problématique d'un point de vue écologique, mais ce n'est pas la variable la plus importante. Des études montrent que pour un produit alimentaire, le transport représente seulement 11 % des gaz à effet de serre. C'est plutôt la production qui engendre la majorité de la pollution: énergie utilisée, équipement, méthode de récolte, intrants employés pour repousser les insectes, etc.
- Ils contribuent au soutien de l'économie locale par la création d'emploi. À ce sujet, Équiterre a suggéré que si chaque famille



L'achat local gagne de la popularité au Québec et un peu partout dans le monde.

québécoise remplaçait 20 \$ par semaine d'achat de biens provenant de l'extérieur par la même valeur en produits québécois, c'est plus de 100 000 emplois qui seraient créés en une année.

- Ils favorisent le renforcement du tissu social de plusieurs milieux ruraux.
- Ils s'assurent que les conditions d'emploi des travailleurs et leur rétribution sont adéquates.

Une question d'âge ?

Qui achète local? Selon le baromètre de la consommation responsable 2016, « les 65 ans et plus sont en tête sur les pratiques de consommation locale et de recyclage. Quant aux 45 à 64 ans, ils occupent la 2ème position sur les pratiques de consommation locale, recyclage et compostage ». Ceux qui sont plus sensibles à l'argument de l'achat local sont donc les personnes de 65 ans et plus.

La popularité du local, ici et ailleurs

Selon l'agence canadienne d'inspection des aliments, un aliment local en est un qui a été produit dans la province où il est vendu, ou qui est vendu dans d'autres provinces dans un rayon de 50 km de la province d'origine.

Le local est en vogue partout dans le monde. Il y a une dizaine d'années aux États-Unis, le terme « locavore » est apparu dans le vocabulaire collectif pour définir une personne qui mange local. En 2007, le Time Magazine avait pour titre « Forget organic, eat local » pour montrer que l'aspect local d'un produit prenait le pas sur l'argument du biologique. On remarque donc que l'aspect local d'un produit semble plus convaincant que

l'argument de la production biologique aux yeux des consommateurs.

Au Québec, on constate que les marchés publics locaux sont toujours aussi populaires et il en va de même pour les paniers d'aliments biologiques issus de l'agriculture de proximité. Les consommateurs cherchent des produits qui ont un gage de qualité, et les produits locaux semblent répondre à ce critère.

Promouvoir l'aspect local

De nombreuses initiatives ont été mises en place pour favoriser l'achat local. La certification peut être une avenue intéressante pour mettre des produits locaux en valeur. On peut penser à l'organisme Aliments du Québec, qui, depuis 1996, fait la promotion de l'industrie alimentaire du Québec. En adhérant à l'organisme, les entreprises bénéficient du droit d'utiliser les logos Aliments du Québec ou Aliments préparés au Québec sur leurs emballages. D'ailleurs, ce logo est l'un des plus influents dans le choix des produits alimentaires chez les consommateurs.

Les Chambres de commerce et les regroupements d'affaires font également des efforts pour encourager les consommateurs à faire leurs emplettes dans leur quartier. Des campagnes d'achat local sont aussi lancées dans plusieurs régions. Par exemple, l'appellation « Priorité Sherbrooke » est une initiative visant à sensibiliser la population à l'achat local.

La proximité à tout prix?

Un sondage mené en 2013 par ISPOS Marketing révèle qu'un peu plus de

40% des Canadiens font confiance aux étiquettes de produits qui sont d'origine locale. Ce même sondage montre cependant que « le caractère local d'un produit n'est pas le seul argument qui fait succomber les acheteurs », car ceux-ci seraient assez sensibles au coût. C'est également ce qui a été dégagé du sondage réalisé par The Harris Poll pour Pages Jaunes au Canada en 2016 : « 67% des répondants ont cité les prix plus élevés comme le principal inconvénient du magasinage local » et « le moindre écart de prix (5 %) diminue le nombre de Canadiens désireux de magasiner localement de 33 %, même lorsque l'entreprise locale est située plus près que la grande surface moins chère. »

Conseils pour l'entrepreneur local

Pour communiquer avec vos clients, établir un contact privilégié avec eux, prendre le pouls de leurs envies et de leurs besoins, rien de mieux que les réseaux sociaux. Aussi paradoxal que cela puisse paraître, vous pouvez établir une grande proximité avec vos clients, même s'ils sont derrière leur ordinateur ou s'ils ont le nez dans leur téléphone mobile. Parlez-leur de vos produits, de votre équipe, de vos valeurs, partagez des anecdotes et des photos de vos produits et réalisations. Montrez-leur qu'en achetant local, ils ont le privilège de faire partie d'une communauté et d'avoir un contact personnel avec l'entreprise qu'ils encouragent. Ce n'est pas avec une multinationale qu'ils pourront développer ce sentiment d'appartenance!

Si vous vendez un produit local qui est plus cher que chez le compétiteur étranger, vous devez alors mettre de l'avant les arguments exposés précédemment tels que celui du plaisir, du bien-être, de l'appartenance à une communauté et du développement durable.

L'achat local fait partie des habitudes de consommation des Québécois et cette tendance se confirmera de plus en plus d'ici les prochaines années. Saisissez la balle au bond et mettez vos produits et vos services locaux en avant-plan!

Si vous souhaitez valoriser le caractère local de vos produits et services ou encore mettre de l'avant les retombées positives de votre entreprise sur la planète et sa communauté, nous pouvons vous aider. Chez Basta communication, nous avons développé des services de communication et de marketing axés sur la responsabilité sociale des entreprises. Contactez-nous pour en savoir davantage !

Le condom, comment en faire son allié?

Laura Nadeau

Lorsqu'on tient à sa santé sexuelle, le condom est le meilleur moyen de protection contre les infections transmises sexuellement, tout en réduisant le risque d'une grossesse non désirée. Malgré qu'il n'est peut-être pas des plus attrayant, voici un article destiné à en faire ton allié pour que tu puisses avoir du plaisir l'esprit tranquille.

Trop petit, trop spandieu, trop épais, il brise le moment, il enlève toutes sensations, il fait perdre l'érection, etc. Bref, le condom se fait reprocher bien des choses! Pourtant, un condom bien choisi et bien mis peut rehausser les relations sexuelles. Voici une petite liste de trucs et conseils que nous avons pour vous :

- Demande à ton partenaire de te le mettre.
- Pour rendre la sensation plus naturelle, ajoute une goutte de lubrifiant à base d'eau ou de silicone avant de dérouler le condom ou à l'extérieur de celui-ci.
- Essaie différentes sortes pour trouver ce que tu préfères. Il y en a de toutes les couleurs, de formes différentes, des texturés, des plus minces, des plus résistants, des plus ajustés, des plus grands et bien d'autres!
- Tu peux te pratiquer à le mettre seul, pour que tu sois en mesure de l'enfiler rapidement et adéquatement.
- Pour les relations orales, choisis un condom à saveur (cependant, il est à éviter pour les relations génitales). Eh oui,



Il est important de faire respecter son choix de vouloir utiliser le condom.

il est possible de contracter une infection transmise sexuellement lors d'un contact oral-génital!

- Si toi ou ton partenaire êtes allergiques au latex, il existe des condoms sans latex (conçus en polyuréthane). Certaines personnes qui ne sont pas allergiques préfèrent également ce type de condom.

Même si, pour toi, ça va de soi que le condom est nécessaire lors d'une relation sexuelle, il n'est pas toujours facile de le faire comprendre à son partenaire. Sache que d'exiger le condom démontre que la santé te tient à cœur et est une preuve de maturité. D'ailleurs, si ton partenaire

refuse d'utiliser le condom ou se montre très réticent, tu as le droit de refuser d'avoir une relation sexuelle avec lui.

Prends le temps de réfléchir à pourquoi tu trouves qu'il est important d'utiliser le condom. Quand on sait ce à quoi on tient, il est plus facile de le communiquer à l'autre. Ensuite, tu peux essayer d'aborder le sujet avant d'être dans l'action. Tu peux également laisser entrevoir que tu souhaites avoir une relation protégée en laissant à la vue des condoms. Il est toujours plus facile d'exiger le port du condom lorsqu'on en a avec soi. Pense à

Comment bien utiliser LE CONDOM

- 1 Entrepouse tes condoms en lieu sûr et à température ambiante (évite le porte feuille, la boîte à gants de la voiture, etc.).
- 2 Vérifie la date d'expiration du condom.
- 3 Vérifie s'il y a de l'air dans l'emballage.
- 4 Ouvre l'emballage délicatement (évite d'utiliser les dents!).
- 5 Vérifie si le condom est du bon côté (ça ressemble à un chapeau mexicain). S'il n'est pas du bon côté et qu'il a touché aux organes génitaux, change de condom.
- 6 Pince le bout et déroule le condom sur le pénis en érection.
- 7 Profite du moment.
- 8 Après la relation, tiens bien la base du condom et retire le pénis alors qu'il est encore en érection.
- 9 Retire le condom.
- 10 Fais un nœud dans le condom et jette-le à la poubelle et non dans la toilette.

t'en procurer à la pharmacie, dans une boutique érotique ou dans divers organismes communautaires pour ne pas être pris au dépourvu.

Enfin, si tu as eu un contact à risque ou que le condom s'est déchiré lors de la relation, n'hésite pas à passer un test de dépistage (c'est gratuit !). Pour plus d'information ou pour savoir où te faire dépister, tu peux contacter l'organisme IRIS Estrie au 819 823-6704.

Améliorations au code sur les services sans fil

Sylvie Bonin, Coordinatrice de l'ACEF

L'Association coopérative d'économie familiale de l'Estrie (ACEF Estrie) est très satisfaite de la mise à jour du Code sur les services sans fil.

« Les modifications apportées représentent de grosses améliorations pour les consommateurs, non seulement pour le déverrouillage des appareils, mais pour plusieurs autres aspects importants », indique Sylvie Bonin, coordinatrice de l'organisme.

La nouveauté qui attire le plus l'attention concerne la fin du verrouillage des appareils. À compter du 1er décembre, les gens pourront faire déverrouiller leur appareil sans frais, et les nouveaux

appareils seront fournis déverrouillés. Actuellement, les gens devaient payer entre 50 \$ et 150 \$ pour faire déverrouiller leur appareil afin de changer de compagnie, et ce, même si l'appareil était entièrement payé.

De nombreuses autres demandes des associations de consommateurs ont été entendues, se réjouit la coordinatrice de l'ACEF. Par exemple, concernant la période d'essai de 15 jours, la limite d'utilisation pour rapporter un téléphone en état quasi-neuf sans frais correspondra à la moitié du forfait choisi par le consommateur. « Cela permettra un réel essai, alors que les limites imposées par certains fournisseurs étaient

presque atteintes avec une seule mise à jour et quelques jours d'utilisation », précise Mme Bonin.

Les nouvelles règles s'appliqueront dès le 1er décembre, mais des clarifications au code s'appliquent dès maintenant. Le CRTC précise les dispositions sur les plafonds de frais supplémentaires pour l'utilisation d'Internet mobile. Le plafond de 50 \$ de frais d'extra, c'est pour un seul forfait, peu importe le nombre d'utilisateurs ou d'appareils qui y sont inclus, et c'est le payeur du forfait qui devra consentir à davantage de frais, s'il veut poursuivre l'usage d'Internet. Une autre clarification importante concerne l'interdiction de modifier unilatérale-

ment les principales modalités d'un contrat. Le CRTC précise que « les principales modalités » comprennent les services vocaux, de messagerie texte et de données. « Ces clarifications étaient rendues nécessaires par les pratiques de certains fournisseurs très créatifs dans leur interprétation des règles en vigueur, ce qui en détournait l'esprit », explique Mme Bonin qui se réjouit de leur application immédiate.



Association coopérative
d'économie familiale
de l'Estrie
Membre de l'Union des consommateurs

LA LITTÉRATURE DES JEUNES,



As-tu moins de 18 ans et envie de t'exprimer à travers tes mots?

Le journal t'offre la possibilité de partager avec nous ta poésie, ton reportage, ton entrevue ou toute autre nouvelle à l'adresse: production@blogderue.ca.

Les textes ne doivent pas dépasser 400 mots.

Tu peux aussi inclure une image qui doit être libre de droit et de haute qualité (min. 200ppp). mots.

N'oublie pas de nous envoyer ton nom, ton âge, ton école ainsi que ton courriel



Au cœur de l'action depuis 1999.

Journal de rue de l'Estrie

Cette publicité a été réalisée par Enes Çaku, Félix Daniel, Antoine Delafontaine et Charles Metcalfe, élèves du Séminaire de Sherbrooke.

Liberté d'être soi-même

Anne-Sophie Despatis, Sec. 2e, Le Salésien

« *Quand la vérité n'est pas libre, la liberté n'est pas vraie* »
- Jacques Prévert

Mes pensées perdues dans le néant
Prises sur les ailes du vent
Car même si je le voulais je suis une fleur qui ne peut pousser
Captive dans les filets du temps, je ne peux point riposter

Dire, exprimer, énumérer ce que je souhaite
Car cachée par les nuages, je suis un oiseau qui cherche à chanter
Chanter pour un jour respirer l'air frais de l'été
Qui embrasse mon visage où se lit la défaite

C'est pourquoi un jour je déchirerai les mailles infaillibles
Celles qui me gardent captive et qui m'empêchent de vivre
Dans ce monde que malgré moi j'adore, je vivrai libre
Car moi, si petite, deviendrai un jour invincible

Placée sur une pente accidentée, mon âme glisse
Mais tout en tombant, je serai sauvée
Par une personne bien aimée
Alors je continue à vivre car l'espoir survit et résiste

Dans la société, tout ce qu'il faut c'est prêter attention
Le soleil se lèvera sur ceux qui vivent dans l'abandon
Aider, aimer, secourir ce n'est pas difficile
Car les murs de l'infranchissable ne sont point indestructibles.

Égalité rime avec société

Laurie Côté Lemay, Sec. 2, Le Salésien

« *Toute fleur est un premier rôle ;
Un ver peut être une clarté ;
L'homme et l'astre ont le même pôle ;
L'infini, c'est l'égalité.* »
- Égalité, Victor Hugo

En ce monde d'inégalité et de jugements
Gaffant en utilisant des mots blessants
A la frontière de l'insanité et de la vulgarité
La liberté est un droit mais l'est-elle pour tout être en particulier
Intégrité ou est-ce plutôt de la supériorité
Trahissons-nous nos dires en agissant hypocritement
En dégradant nos contraires pourtant indifférents

Remontant au début des temps
Inconscients du mal créé pendant tous ces instants
Méprisables pensent certains qui cherchent à faire un changement
En ce temps de renouveau changeons ces déséquilibres révoltants

Américain, Africain, Canadien ou chrétien, musulman, hindou, bouddhiste et athée
Vos différences ne définissent pas qui vous êtes ou quelle qualification vous avez
En toute honnêteté pourquoi ces étiquettes devraient nous caractériser
Changeons notre façon de voir la société

Sortons de nos perpétuelles bulles de protection
Octroyons l'égalité comme la liberté d'expression
Coupons les ponts qui nous séparent pour être à l'unisson
Intégrons plutôt que de faire de l'intimidation
Enlevons ces masques si faux et montrons notre vrai visage
Tel un nouveau-né, faisons confiance aux autres malgré leur image
Ensemble créons un monde nouveau, sans aucun accrochage

Pensée du jour...

« Si tu crois qu'en couvrant ta toile de noir pour ne plus la voir elle disparaîtra, tu as tort. Mets-y plutôt du blanc pour en faire une nouvelle. »

- Alyssane Delage-Mongeau, Sec. 1

Que faire si je ne vais pas bien?

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

Ne restez pas seul avec vos problèmes. N'attendez pas d'être au bout du rouleau. Agissez. Parlez à quelqu'un en qui vous avez confiance ou appelez au 1 866 APPELLE (1 866 277-3553).

Quelqu'un est là pour vous aider 24 heures par jour, 7 jours par semaine.
Appelez!

Mon Compostelle à moi

Jan-Léopold Munk

On dit encore que les voyages forment la jeunesse; sauf que dans mon cas, les voyages de jeunesse, euh! ça fait plutôt longtemps! Je me suis donc repris plus tard à la fin cinquantaine.

Parmi les voyages pédestres les plus connus, c'est bien le «camino» de Compostelle. Le kilométrage varie, mais le plus commun est celui de Saint-Jean-Pied-de-Port à la frontière hispano-française, soit d'environ 800km. J'avoue que, même si ce projet me fascinait, lorsqu'une idée devient trop à la mode, cela me fait hérissier les cheveux que je n'ai plus, rébellion oblige!

Lors d'une discussion entre amis en 2012, j'avais proposé une idée qui me trottait dans la tête depuis quelque temps, celle de marcher du lieu où naquit Kateri Tékakwitha, à Fonda, dans le New York, jusqu'à Kahnawake. Un simple 400 km! À la différence de Compostelle, il faudra porter une tente, de quoi manger, et quoi d'autres? Car sur les 400 km du parcours, il y en a des endroits isolés dans les monts Adirondacks!

Un étudiant français avec qui je suivais des cours écoutait, et m'annonce qu'il serait intéressé de le faire avec moi. Je l'avoue que malgré l'enchantement, ça m'a surpris d'entendre Tarik B., un jeune homme musulman, proposer de faire avec moi ce que je considérais comme un pèlerinage!

En très peu de temps, le projet se concrétisait. Nous sommes allés à la mi-avril à Kahnawake, à bicyclette de Montréal, aller-retour, environ 60 km en passant par l'estacade du pont Champlain, où exposés à ras le fleuve Saint-Laurent, même en manteau d'hier, nous grelottions. Oh! Et je n'avais pas prévu les gants en plus!

Ensuite, c'était une marche de Lac-Mégantic jusqu'au Mont Mégantic, question de se pratiquer. Nous sommes à la fin avril, par une belle journée ensoleillée; sauf qu'une cin-



Crédits photo : Jan-Léopold Munk

Le matériel nécessaire pour le pèlerinage «hors normes» de Jan-Léopold Munk ne pesait pas moins de 35 kg.

quantaine de kilomètres plus loin, nous nous sommes transformés en auto-stoppeurs. Rendus à la montagne dans un tipi où on allait passer la nuit, on grelottait malgré le chauffage, pendant qu'il neigeait dehors. Bon! Il ne neigera quand même pas en juillet!

Cette escapade, si elle ne nous a pas tout à fait découragés, nous a quand même appris qu'on allait passer des journées successives ensemble : dormir dans la même tente, être, comme on le dit, «pognés» ensemble à peu près 24 heures sur 24, sauf lorsqu'on fera nos besoins ou notre toilette!

Le projet s'est concrétisé le lendemain de la Saint-Jean, et j'avoue que c'est davantage la dimension humaine qui m'aura le plus confronté. Pour Tarik, c'était plutôt l'aventure qui l'intéressait, un projet de découverte en Amérique à peu de frais. Pour moi, c'était vraiment dans le but de connaître le territoire qu'a traversé Kateri, cette mystique Iroquoienne, pour immigrer près de Laprairie, et de mieux comprendre ce qu'elle a vécu, sauf qu'eux... ils ont fait le parcours en canot.

Dans notre cas, c'était à pied qu'on le faisait; d'accord, nous n'avions pas de portage à faire, pas de mercenaires à nos trousseaux, mais on a quand même porté chacun quelques 35 kg de matériels. Même si parfois nos os semblaient nous lâcher et nos crises d'impatience l'un envers l'autre nous énervaient, c'était la rencontre des gens sur la route qui donnait un sens au voyage. Celles et ceux qui nous ont même offert à manger, qui nous ont hébergés là où c'était complètement inattendu. Et que dire des intempéries, par exemple lorsqu'après avoir escaladé Tongue Mountain (1000 pieds d'altitude), avec nos sacs, cette pluie qui est tombée si drue juste au moment où on entre dans l'abri.

D'une part, ce voyage m'a appris que je craignais inutilement les gens, et que dire du bagage que je traînais et qui m'empêche encore d'évoluer? Ce qui nous a fait apprécier davantage ce que nous avons vécu, c'était le parcours que nous avons refait en voiture deux mois plus tard. Je me vois au volant, en larmes de reconnaissance d'avoir pu vivre cette expérience avec un inconnu qui est devenu un ami malgré nos différences de religion et


d'idéologie, mais avec davantage de ressemblances en terme d'humanité.

L'image qui m'est venue pour illustrer cette humanité me vient d'un auteur mohawk d'Ahkwesàhsne, Darren Bonaparte, qui raconte qu'au départ de Kateri, son oncle, qui était devenu son père adoptif, pleurait d'avoir perdu sa fille. Ce n'était pas tant le fait qu'elle ait choisi une voie autre que celle de son peuple, mais qu'elle lui manquait. Trop souvent, l'histoire oublie de noter cette dimension humaine.



Kateri (Catherine) Tekakwitha, telle que dessinée par Claude Chauchetière, un contemporain. TEKA-KOUIITHA (Tagaskouïta, Tegakwitha), baptisée Kateri (Catherine), est la première Amérindienne à avoir été déclarée vénérable. Née d'une Algonquienne chrétienne et d'un Agnier païen en 1656, à Ossernenon (Auriesville, N. Y.), elle se convertit au christianisme et fut persécutée à tel point que sa vie fut en danger. À l'automne de 1677, avec l'aide de trois néophytes indiens, elle réussit à s'enfuir pour venir vivre en Nouvelle-France. Elle est décédée près de Montréal en 1680.

Précautions à prendre en effectuant un achat en ligne

 Me Martine Belley-Lemieux, avocate au bureau d'aide juridique de Drummondville

En raison des nombreux avantages qu'il comporte, le magasinage en ligne peut être un moyen rapide et pratique de faire des achats. Il vous permet de chercher l'article qui vous convient, de comparer les offres du moment, de sélectionner le produit, de l'acheter, et ce, sans même avoir à vous déplacer. Cependant, il peut aussi vous exposer aux fraudes. Il est donc important de savoir comment vous protéger de celles-ci et de demeurer à l'affût des risques associés à ce type de magasinage.

Apprenez à reconnaître un site de magasinage en ligne «douteux». Pour ce faire, le gouvernement du Canada vous donne quelques indices vous permettant de repérer un site de magasinage en ligne qui ne serait pas

digne de confiance. Il en sera souvent ainsi lorsque :

- le site Web est mal conçu et/ou ne présente pas une image professionnelle;
- l'adresse civique et/ou le numéro de téléphone du commerçant sont introuvables;
- les politiques relatives aux ventes, aux échanges, aux retours et à la confidentialité sont difficiles à repérer et/ou ne sont pas claires;
- vous n'arrivez pas à quitter une page ou à retourner à la page précédente;
- des informations bancaires ou des informations sur votre carte de crédit vous sont demandées à un moment où vous n'achetez rien.

Faire des recherches sur le commerçant

Recherchez dans le site du commer-

çant ses coordonnées complètes et celles de son service à la clientèle. Si vous ne connaissez pas le commerçant, demandez l'avis de gens qui ont déjà fait affaire avec lui ou vérifiez si celui-ci ne fait pas l'objet de commentaires sur d'autres sites et, le cas échéant, lisez ce qu'on dit à son sujet. Pour les commerçants québécois, vous pouvez également consulter un registre officiel comme celui du Registraire des entreprises du Québec afin d'obtenir plusieurs informations relatives à l'identité de ceux-ci. Vous pouvez aussi obtenir de l'information sur un commerçant québécois avec l'outil «Se renseigner sur un commerçant» de l'Office de la protection du consommateur qui vous permettra notamment de savoir si l'Office est intervenu auprès de lui ou s'il a reçu des mises en demeure de consommateurs.

Pour une transaction sécuritaire. Assurez-vous de vous trouver dans un site sécurisé. Pour ce faire, recherchez un cadenas fermé (ou une clé intacte) dans la ligne d'adresse, laquelle doit commencer par <https://> (plutôt que par <http://>). N'utilisez jamais un réseau sans fil (Wi-Fi) public ou un poste partagé pour faire des achats en ligne et vérifiez régulièrement les mises à jour de votre antivirus afin d'être protégé si le site s'avère frauduleux. Protégez vos renseignements personnels en prenant connaissance de la politique de protection des renseignements personnels du commerçant affichée dans son site Web et en ne donnant que les renseignements utiles à la transaction.

Au moment de payer. Vérifiez que le commerçant vous communique le prix des biens ou des services, les frais connexes, les taxes applicables, le coût total de votre achat, la description de tous les autres frais qui pourraient être exigés et dont le montant ne peut être raisonnablement calculé (ex.: droits de douane et frais de courtage) et la devise utilisée pour payer votre achat lorsque celle-ci n'est pas le dollar canadien. Lorsque vous le pouvez, payez au moyen de votre

carte de crédit et n'envoyez surtout jamais d'argent comptant.

Achats à l'étranger. Si vous achetez d'un commerçant étranger, rappelez-vous que ces achats peuvent être risqués en raison du fait que les lois et les normes ne sont pas les mêmes partout. En effet, la Loi sur la protection du consommateur pourrait ne pas vous protéger si vous faites un achat d'un commerçant qui ne fait pas affaire au Québec. Si vous désirez tout de même acheter des produits qui proviennent de l'étranger:

- consultez le site Web de l'Agence des services frontaliers du Canada (ASFC) afin de connaître les exigences concernant l'admissibilité des produits puisque certains produits peuvent être confisqués à la douane;
- n'oubliez pas de tenir compte des frais de manutention et d'expédition, des taxes, des droits de douane et du taux de change;
- assurez-vous que le produit que vous achetez répond aux normes de sécurité canadiennes.

La rétrofacturation

La Loi sur la protection du consommateur a introduit une nouvelle protection pour les achats en ligne faits au moyen d'une carte de crédit. Cette protection s'applique aussi aux achats à l'étranger. Le consommateur québécois peut, à certaines conditions, être remboursé par l'émetteur de sa carte de crédit. C'est ce qu'on appelle la rétrofacturation. Par exemple, si le bien acheté n'est pas livré dans le délai prévu, vous pouvez demander au commerçant de vous rembourser. S'il ne le fait pas dans les 15 jours, vous disposez de 60 jours pour demander la rétrofacturation à l'émetteur de votre carte de crédit. Attention! Vous avez des conditions et des délais à respecter pour obtenir la rétrofacturation.

Pour plus d'informations sur le sujet, consultez le site Web de l'Office de la protection du consommateur.



MERCI
DE MAGASINER CHEZ NOUS
POUR LA RENTRÉE!

BIENVENUE À TOUS!
UNE MARCHANDISE RENOUVELLÉE QUOTIDIENNEMENT

Vêtements, sac à dos, chaussures, vaisselle,
litterie, articles de maison...

 **LE**
COMPTOIR FAMILIAL
DE SHERBROOKE INC.

Au service de
la communauté
depuis 1959

151, rue Bowen Nord 819 569-5336 **DONS ACCEPTÉS**
comptoirfamilialdesherbrooke.com **7 JOURS / 7**

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

Festival des Traditions du Monde de Sherbrooke

9 au 13 août

Venez célébrer les 20 ans du Festival des traditions du monde de Sherbrooke! Ce véritable village du monde vous invite à émerveiller vos sens au rythme des cultures à travers la musique, la danse, la gastronomie...

De la pêche en région

Les rivières Magog et Saint-François offrent respectivement 16 et 39 fosses dans la région périphérique de Sherbrooke. Il est possible d'y pêcher des truites arc-en-ciel, des truites brunes, de la perchaude, etc.

Le lac Magog est aussi apprécié des amateurs de pêche sportive. On y retrouve, entre autres, perchaudes, brochets et achigans.

Pour plus de détails, communiquez avec le bureau d'information touristique de la région de Sherbrooke au 819-821-1919

Le prix d'un permis de pêche varie entre 12\$ et 30\$, disponible chez plusieurs commerçants dont : Pronature, Lachance chasse & pêche et Canadian Tire

Appréciez la nature en ville

Génératrice d'énergie mécanique puis d'hydroélectricité, la gorge de la rivière Magog est le berceau du développement industriel de Sherbrooke. Située en plein centre-ville au cœur du réseau des musées, elle joint la promenade du Lac-des-Nations au centre ville de Sherbrooke. Des passerelles surplombant les barrages et des sentiers ont été aménagés, rehaussant ainsi les qualités naturelles de cet espace. Des belvédères d'observation permettent aussi d'admirer un panorama exceptionnel.

Secteur Paton-Frontenac

Sillonnant la rivière à travers une infrastructure accessible, le sentier du secteur Paton-Frontenac fait entrer les visiteurs au cœur des reliefs d'une formidable formation géographique naturelle. Deux entrées pour y accéder : la porte des Fabriques (rue Frontenac) et rue Richmond.

Sentier illuminé

Depuis la récente mise en lumière des sentiers de la gorge de la rivière Magog, le caractère naturel et magnifique de ce lien pédestre - qui relie le lac des Nations au centre-ville de Sherbrooke - illumine le cœur de la ville. Et pour ajouter de la magie à cette promenade en nature, les forces de l'eau sont accentuées par un éclairage dynamique rendant la rivière encore plus majestueuse. Une randonnée tout simplement féérique à faire absolument l'été comme l'hiver!

Deux entrées : la porte des Arts, située à côté du Musée des beaux-arts de Sherbrooke et la porte des sciences, située à côté du Musée de la nature et des sciences de Sherbrooke.

Entre-Elles Sherbrooke

Groupe de discussion pour les femmes homosexuelles créé par une initiative citoyenne ayant pour but de briser l'isolement lors d'activités et de sorties. Rencontres aux deux semaines.

Pour informations : contacter Sophie au 819 580-7460 en semaine après 17h et en fin de semaine de 7h à 21h, ou par courriel à entre.elles.sherbrooke@gmail.com

Vous avez un dossier judiciaire?

Pour une recherche d'emploi, un retour aux études ou une aide pour la demande de pardon, le centre de main d'oeuvre Opex peut vous aider. Services gratuits à Sherbrooke. Informations et prise de rendez-vous. Tél: 819-565-1866.

Salle Le Parvis

Ateliers donnés par Tanguay Desgagné, siffleur professionnel

Les mardis 2 et 9 août, 19 h / **Gratuit**
Sur la placette du parc Alfred-Demers

Avis à ceux et celles qui aimeraient apprendre à siffler, s'améliorer ou simplement en connaître davantage sur l'art du sifflement musical : assistez à des ateliers d'initiation et perfectionnez votre technique grâce aux conseils d'un maître en la matière! Au programme: découvrez le parcours inusité de votre professeur, développez votre potentiel de siffleur ou de siffleuse, apprenez-en plus sur les siffleurs et siffleuses d'hier et d'aujourd'hui, et plus encore!

Rendez-vous d'Howard

Du 8 au 10 septembre
1350, boul. de Portland

La prochaine édition des Rendez-vous d'Howard mettra en valeur des éléments distinctifs de Sherbrooke en lien avec le 150e anniversaire de la Confédération du Canada. Nous souhaitons mettre en valeur le rôle clé d'un citoyen de Sherbrooke à l'époque de la naissance de la confédération, Alexander Tilloch Galt, un père de la Confédération canadienne, en plus de faire connaître l'apport de celui-ci, en lien avec le développement et l'implantation de la voie ferrée dans la région de Sherbrooke.

BOTTIN D'AIDE

ALIMENTATION

Moisson Estrie

Banque alimentaire, service d'entraide
(819) 822-6025
www.moissonestrie.org

La Chaudronnée de l'Estrie

Déjeuner et dîner, 8h30 à 9h30 et 11h15 à 12h45 (lundi au vendredi)
Milieu de vie de 8h15 à 13h15
(819) 821-2311 / 470 rue Bowen Sud
www.chaudronweb.org

Armée du Salut

Repas et dépannage alimentaire
(819) 566-6298 / 112 rue Wellington Sud

VIH / SIDA

IRIS Estrie

Prévention VIH-SIDA et infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS)
(819) 823-6704 / 505 rue Wellington Sud
www.iris-estrie.com

L'ARCHE de l'Estrie

Services et centre de jour pour les personnes vivant avec le VIH-SIDA
(819) 569-7424
www.archedelestrie.org

TRAVAIL DE RUE

Coalition sherbrookoise pour le travail de rue

(819) 822-1736 / 61 rue Wellington Sud
www.travailderuesherbrooke.org

JOURNAL DE RUE

Devenez camelot pour arrondir les fins de mois! (819) 348-0086 / 470 rue Bowen Sud

URGENCE

911 : Assistance immédiate CIUSSS de l'Estrie – CHUS

Urgence détresse et information générale
(819) 780-2220 / 50 rue Camirand
www.csss-iugs.ca

811 : Info-santé

J.E.V.I.

Écoute et soutien téléphonique en situation de crise
(819) 564-1354 (1-866-APPELLE)
www.jevi.qc.ca

MEUBLES / VÊTEMENTS

Comptoir familial de Sherbrooke

Vêtements et objets divers
(819) 569-5336 / 151 rue Bowen Nord

Estrie-Aide

Vêtements, meubles et objets divers
(819) 346-9714 / 345 rue Wellington Sud
www.estrieaide.com

L' Armée du Salut

Vêtements, meubles et objets divers
(819) 566-6298 / 112 rue Wellington Sud

Partage Saint-François

Vêtements, meubles et objets divers
(819) 821-2233 / 385 rue Wellington Sud
www.partagesaintfrancois.qc.ca

HÉBERGEMENT / LOGEMENT

Partage Saint-François (Accueil Poirier)

Hébergement temporaire pour hommes et femmes
(Maison Wilfrid-Grégoire)
Hébergement de transition pour hommes
(819) 821-2233 / 115 rue Galt Ouest
www.partagesaintfrancois.qc.ca

Auberge du Cœur La Source Soleil

Hébergement mixte pour jeunes, 18-30 ans
(819) 563-1131 / 520 rue Dollard
www.lasourcesoleil.org

Maison Jeunes-Est

Hébergement pour mineur-e-s, maison de jeunes, service en lutte au décrochage
(819) 821-1999 / 393 rue King Est
www.maisonjeunesest.org

Tremplin 16-30

Logements sociaux pour 16 à 30 ans avec soutien communautaire
(819) 565-4141 / 95 rue Wellington Sud
www.tremplin16-30.com

Carrefour de l'Espoir

Hébergement de transition et soutien psychosocial pour hommes vivant une problématique de dépendances.
(819) 212-0778 / 879 rue Sainte-Famille
www.carrefourdelespoir.org

Maison Oxygène Estrie

Hébergement temporaire et soutien psychosocial pour les pères (avec enfants)
(819) 791-4142 poste 228
(819) 679-8191
www.maisonoxygeneestrie.com

APPART

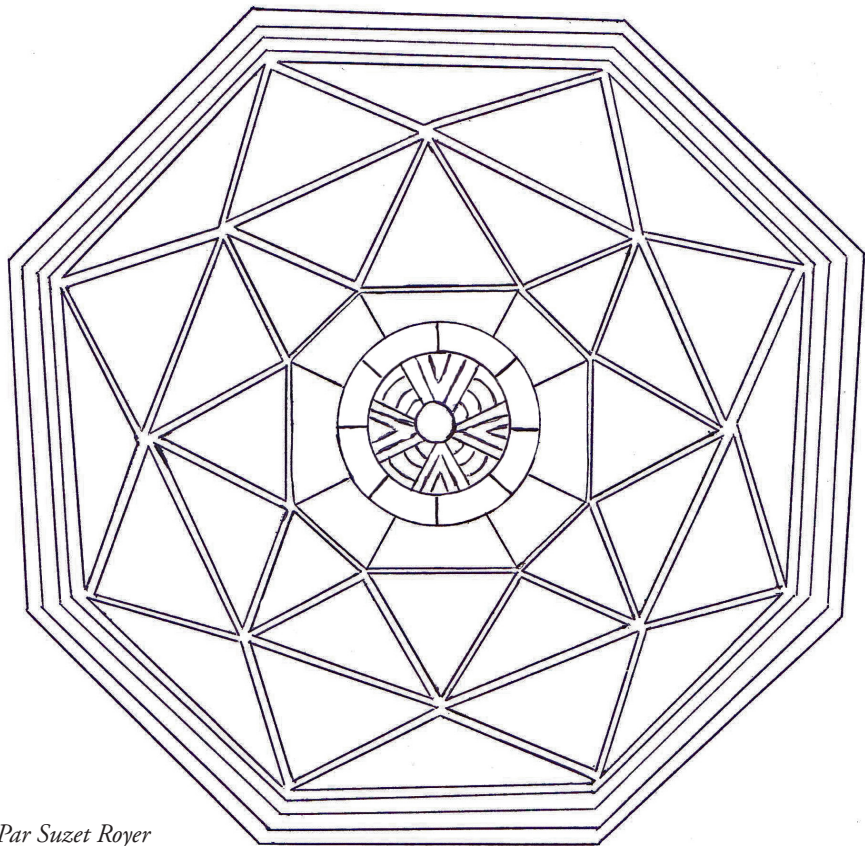
Aide à la recherche de logement et accompagnement en logement
(819) 791-0400



Table itinérance de Sherbrooke

Téléphone : (819) 821-2311
Courriel : tis@chaudronweb.org

Mandala



Par Suzet Royer

Bonne question!...

Faut-il mouiller sa brosse à dents AVANT ou APRÈS y avoir posé le dentifrice?

Ni l'un ni l'autre ! Les dentifrices sont prévus pour être efficaces sans avoir à mouiller la brosse. La dissolution dans la salive est suffisante.

Pourquoi les chats retombent-ils toujours sur leurs pattes?

C'est un réflexe inné que les chats ont assimilé lorsqu'ils n'étaient pas encore domestiqués. Habités à grimper aux arbres, ils se sont forgé une souplesse hors du commun et un équilibre excellent. Lors d'une chute, les chats utilisent ce réflexe pour se positionner face au sol. S'ils sont sur le dos, c'est la tête qui tourne en premier, suivi par le haut du corps puis par le bas du corps. Juste avant l'impact contre le sol, le chat arque son dos pour amortir le choc. Cependant, il leur faut au minimum 1,5 mètre de chute pour leur permettre d'exécuter leur rétablissement. Sinon, ils se ramassent comme ils le peuvent!

Tiré du livre d'Hugo *Les questions cons: Le livre des questions pas très*

SUDOKU

niveau moyen

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

Solution du Sudoku à la page 23

Jeu : tirets à remplir

Pour remplir les tirets, il vous suffit de suivre le numéro correspondant dans l'encadré et de remettre en ordre les lettres mêlées, à l'aide des indices, pour lire ces trois citations de deux auteurs super-bons et super-connus à Sherbrooke, David Goudreault et Mylène-Dumas.

« On _____ (1) ça, se _____ (2) les _____ (3), _____ (4) et moi. »

« J'ai _____ (5) au _____ (6) et _____ (7) la _____ (8), neme reste qu'à _____ (9) le _____ (10). »

David Goudreault, dans « Abattre la bête »

« Elle avait _____ (11) qu'elle était _____ (12) à _____ (13) aller le _____ (14) et à _____ (15) une _____ (16) à l'_____ (17) de s'_____ (18). »

Mylène Gilbert-Dumas, dans « La mémoire du temps »

1. aeim : homonyme de «M», synonyme de «adore»;
2. aeflrrt : caresser
3. aimns : on en a deux, pour donner et pour recevoir
4. aammn: comment appelles-tu ta mère?
5. cérsuuv : passé à travers
6. deinst : le Tarot est sensé te le dire
7. acinuv : contraire de vainqueur
8. tmro : contraire de vie
9. ertu : commettre un meurtre
10. empst : l'heure, le climat
11. cdéortuv : Christophe a fait cela pour l'Amérique
12. êeprt : homonyme de près, mais au féminin
13. aeilrss : oublier par exprès, ou pas par exprès
14. aéps : contraire de futur
15. dennor : on disait au numéro 3 que ça servait entre autres à ...
16. accehn : ça en prend à la loterie, et dans la vie aussi, un ti-peu
17. aeinrv : synonyme de futur
18. aeillnrst : c'est bien beau déménager, mais après il faut s'...

• Remerciements •

Nous vous disons *Merçi!*

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
- Marché Prospect Axep
- Le Théâtre Granada
- Eggsquis (King Est)
- Marché de la Gare
- Cathédrale Saint-Michel
- La Grande Ruche
- Ville de Cowansville
- Sercovie
- Estrie Aide
- IGA Bouchard 6185 ch de Saint-Élie
- Familiprix Trottier & Cliche
- Dollar Plus 6065 ch de Saint-Élie
- **Votre entreprise!**

Camelots



Rosaire Morneau



Gérard Favreau



Pascal Pépin



Sylvie Gingras



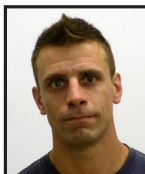
Steve Couture



Bernard Couture



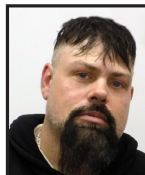
Votre place!



Johnny Lemieux



Dames bienvenues!



Martin Prévost



Sylvain Jodry



Guy Vallières

Le journal de rue a besoin de Camelots

**Vous cherchez un moyen
pour arrondir les fins de mois?**

Venez acquérir de l'autonomie
tout en brisant l'isolement.

- Horaire flexible et support offert -

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

Nos partenaires

Basta
communication

Table
itinérance
Sherbrooke

Canada

Réseau
SOLIDARITÉ
Itinérance du Québec

La Chaudronnée de l'Estrie inc.
 Soupe populaire

CARITAS ESTRIE
Compassion - Action - Entraide

EstriePlus.com
Le Journal Internet

Cultures du cœur
Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie - Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke
Québec

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

Solution du Jeu tirets à remplir

« J'ai survécu au destin et vaincu la mort, ne me reste qu'à tuer le temps »

« On aime ça, se flatter les mains, maman et moi. »
David Goudreault, dans *Abattre la bête*, Stanké, p. 231, 232, 2017.

« Elle avait découvert qu'elle était prête à laisser aller le passé et à donner une chance à l'avenir de s'installer. »

Mylène Gilbert-Dumas, dans *La mémoire du temps*, VLB, p. 526, 2017.

Production



Martin Prévost
Chroniqueur



Bernard Couture
Camelot poète



Collaborateurs
recherchés!



Pierrette Denault
Journaliste, correctrice



Francine Dutil
Poétesse



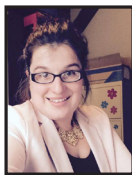
Rémi Cameron
Photographe



Nancy Mongeau
Éditrice



Sophie Boucher
Collaboratrice rédaction



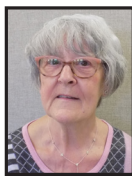
Claudia Pâquet
Chroniqueuse



Marcel Morin
Chroniqueur
et photographe



Jan-Léopold Munk
Collaborateur



Monique Turcotte,
Chroniqueuse

LE JOURNAL DE RUE DE L'ESTRIE recherche des collaborateurs

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!
Production@blogderue.ca

Merci pour vos dons!

Grâce à votre contribution, le **Journal de rue de l'Estrie** peut aider, chaque année, des dizaines de personnes dans le besoin.

Faites parvenir votre chèque aujourd'hui à :

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

Votre support fait toute la différence...

Nous exprimons notre gratitude sincère à :

L. M. Coulombe, L. B. Rousseau, H. Lacharité-Roy, P. Théberge,
M. Charton Gaudreau, R. Audet, M. Royer, J. Comeau, M. Guedj,
F. Rousseau, P. Lamontagne, pour leur don.

ARTISANS DE L'INNOVATION PARTENAIRES D'AVENIR

La communication responsable et durable,
notre raison d'être depuis 1998. Basta!



- > IMAGE DE MARQUE
- > SITE WEB
- > STRATÉGIE MARKETING

Lorsque vient le temps d'élaborer vos stratégies et vos outils de communication, nous y mettons tout notre savoir-faire et notre talent. En plus d'offrir un service professionnel et créatif, nous avons à cœur de développer avec notre clientèle des relations authentiques, empreintes de complicité, qui favoriseront des communications durables!

Pour plus d'information sur nos services de marketing RSE, visant à renforcer et à mettre en valeur la responsabilité sociale des entreprises, vous pouvez visiter notre site Web ou consulter notre blogue RSE.

bastacommunication.ca

Basta
communication

Certifications et reconnaissances

