

VP - n'achetez qu'au camelot, portant une carte d'identification
25 contribution volontaire - 15 va au camelot

PER

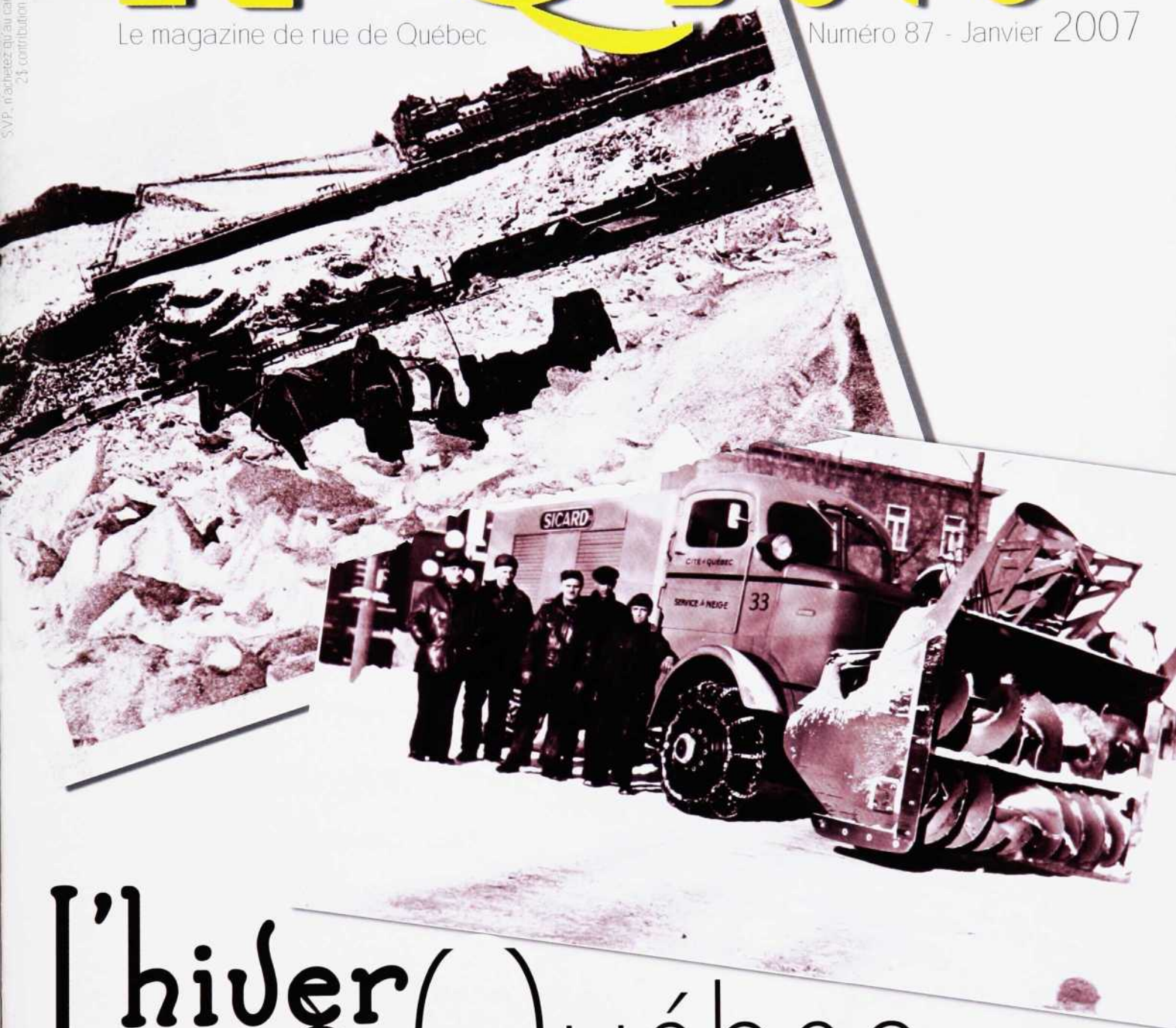
Q-150

CON

La Quête

Le magazine de rue de Québec

Numéro 87 - Janvier 2007



L'hiver à Québec

... et les écrivains du mensuel

La réalisation de ce magazine est rendue possible grâce à



Saint-Jean-Baptiste, Vieux-Québec

MON CHOIX

LA CAISSE POPULAIRE DESJARDINS DE QUÉBEC

+ d'avantages

Ristournes individuelles versées en 2006

» **1 100 000 \$**

Bourses jeunesse

» **15 000 \$**

+ de solidarité

Fonds d'aide au développement du milieu

» **325 000 \$** versés en 2005

Depuis la fusion des caisses du faubourg Saint-Jean-Baptiste et du Vieux-Québec en 2001, plus d'**un million de dollars** ont été injectés pour appuyer des projets culturels, éducatifs et communautaires.

Deux adresses, une seule Caisse

19, rue des Jardins

550, rue St-Jean

522-6806

www.desjardins.com/caissedequebec



Desjardins
Caisse populaire
de Québec

La Quête

Le magazine de la rue de Québec

Janvier 2007

Numéro 87

Sommaire

Mot de l'éditeur	4
Éditorial	6

DOSSIER



L'hiver à Québec

Nos aînés et l'hiver: La saison du plaisir ou de l'ennui Laurie Grenier	8-9
Plaisirs d'hiver Annie Thivierge	10-11
Sur 2 roues à -40 °C Louis-Alexandre Jacques	12
De la tempête de sable à la tempête de neige Mini-Mini Médard	15
C@/!©£ d'hiver Cynthia Darisse	16

CHRONIQUES

Des nouvelles de notre monde	18-19
Thérapie Mario Raymond	20-21

ESSAIS ET CRÉATIONS

J'aime l'hiver Manon Alarie	17
Bonne année! Christiane Voyer	22
Résolution 2007 Michel Savard	22
L'hiver en haillons Marc Everell	23
Le Credo de l'optimiste Marie Nassif	25

Photos de la couverture: Courtoisie des Archives de la Ville de Québec

Souffleuse à neige, [CA 1940]. Archives de la Ville de Québec ; collection de Henriette Wenceslas Picard, cote 10975

Pont de glace entre Québec et Lévis, [CA 1880]. Archives de la Ville de Québec ; collection de Henriette Bouffard, cote 11117

Notre mission

La Quête est un magazine de rue. Il donne la parole aux démunis et à ceux qui veulent se faire entendre.

La Quête veut aussi être de tous les débats sociaux, en particulier ceux qui touchent les personnes les moins favorisées de la société.

Encouragez nos camelots sur les rues de la ville de Québec

Sur la rue Cartier
Sur la rue St-Jean
Sur la rue St-Joseph
Dans Saint-Sacrement
Traverse de Lévis

CAMELOTS DEMANDES

D'autres secteurs vont s'ouvrir dans les semaines et les mois à venir.

La Quête est à la recherche de camelots pour couvrir plusieurs secteurs dont la rue St-Jean, le Chemin Ste-Foy et le boulevard Laurier.

Pour informations, veuillez nous appeler au 649-9145

Mot de l'Éditeur

Bonne année 2007!



Déjà 2007, une nouvelle année qui commence et nous espérons tous que ce ne sera pas sous la pluie. À *La Quête*, nous l'entamons (cette nouvelle année) avec enthousiasme, car les choses vont assez bien. Les progrès sont toujours constants, comme vous pouvez encore une fois le constater dans la facture de notre magazine.

Autre nouveauté au magazine. À l'équipe de *La Quête*, viennent maintenant s'ajouter des parrains et marraines du milieu professionnel, pour mieux guider et encadrer nos journalistes/étudiants dans le but de vous livrer un contenu qui, nous l'espérons saura vous satisfaire. Nous comptons aussi un parrain à l'édition. Nous vous invitons à consulter notre cartouche à la page 4 dans l'encadré à droite, pour voir qui sont les professionnels de l'information qui accompagneront bénévolement nos étudiants participants.

Dans le dernier numéro, nous vous annonçons que l'édition de janvier 2007 serait entièrement consacrée à des textes soumis par certains de nos lecteurs qui écrivent pour le plaisir de communiquer. Dans les faits, ce n'est pas tout à fait vrai. Finalement, nous croyons qu'il est important que nos lecteurs puissent bénéficier d'une constance dans leur magazine. Par conséquent, nos journalistes vous ont concocté des textes sur le thème de l'hiver à Québec, tous aussi intéressants les uns que les autres.

En ce qui concerne nos collaborateurs, que nous désignerons aussi comme *écrivains*, nous avons sélectionné quelques-uns des textes qu'ils nous ont soumis et que vous devriez apprécier.

En terminant, je tiens à offrir, au nom de toute la famille de *La Quête* des vœux de bonne année à tous nos lecteurs.

Bonne lecture à tous

Pierre Maltais

Quiconque souhaite voir ses textes publiés dans *La Quête* n'a qu'à nous les faire parvenir (500 mots maximum) avec photos ou dessins avant le 15 du mois en cours pour parution le mois suivant. Le prochain numéro sera consacré à l'itinérance.

Journal La Quête
190, rue St-Joseph Est
Québec (Québec) G1K 3A7
Téléphone: 649-9145
Télécopieur: 649-7770
Courriel: laquetejournal@yahoo.ca

ÉDITEUR:
Pierre Maltais

ÉDITEUR PARRAIN:
Claude Cossette

RÉDACTEUR EN CHEF:
Jacques Dumais

CONSEILLERS À L'ÉDITION:
Martine Corriveau, Robert Maltais

ASSISTANT À LA RÉDACTION:
Michel Savard

RÉVISEURS:
Michel Savard et Pierre Maltais

ÉQUIPE DE RÉDACTION

JOURNALISTES:
Mohammed Omar Saïd Chaheer, Cynthia Darisse, Laurie Grenier, Louis-Alexandre Jacques, Mini-Mini Médard et Annie Thivierge

JOURNALISTES PARRAINS:
Simon Boivin, Alain Bouchard, Pierre Couture, Robert Fleury, Michèle Laffrière et Isabelle Mathieu

COMITÉ DE REFLEXION:
Manon Alarie, Geneviève M. Blanchet, Charlotte Courtemanche, Michel Savard, Jean Desbiens, Yvon Rhéaume, Maxime Houle, Pierre Maltais.

CONCEPTION DE LA PAGE COUVERTURE:
Maxime Houle, Pierre Maltais et Jacques Dumais

MONTAGE:
Maxime Houle (Xam Communications), Michel Savard et Pierre Maltais

COLLABORATEUR-TRICE-S:
Mario Raymond, Marie Nassif, Christiane Voyer, Marc Everell et Manon Alarie

JEU:
Jacques-Carl Morin

PUBLICITÉ:
Maxime Houle (Xam Communications)

PHOTOS:
Maxime Houle, Martine Savard, Archives de la Ville de Québec et Archives *La Quête*

PHOTOS DES PAGES COUVERTURES:
Archives de la Ville de Québec (voir sommaire pour référence)
Pascal Pouliot pour Centraide

IMPRIMEUR:
Imprimerie STAMPA Inc.
(418) 681-0284

La Quête est distribuée sur la rue en échange d'une contribution volontaire de 2 \$, dont 1 \$ revient directement au camelot.

Dépôt légal 457621
Bibliothèque nationale du Québec
Les propos tenus dans les pages de *La Quête* n'engagent que la responsabilité de leurs auteur-e-s.

La Quête est membre de la NASNA,
l'Association nord-américaine des
joueurs de rue.



Ave Cartier



• 1977 •

1091, avenue Cartier, Québec (Québec) G1R 2S6
Tél.: (418) 522-3711 Télécopieur: (418) 647-1429
Courriel: info@cafekrieghoff.qc.ca
www.cafekrieghoff.qc.ca



Salon Labrie

COIFFURE HOMMES ET DAMES

Coiffeuse



969, AVE CARTIER, QUÉBEC G1R 2S2

522-1393



BAR

JULES
ET JIM

1060, avenue Cartier
Québec

418. 524.9570

GILLES BÉGIN

PHARMACIEN PROPRIÉTAIRE

1019, rue Cartier
Québec
(418) 524-0230

Affilié à



Ouvert 7 jours / 7 soirs



1179, avenue Cartier
(418) 522-9955

-DÉJEUNER
WEEKEND
-DÎNER
-SOUPER
-SOIRÉE

DEPUIS 1987

www.turfpub.com

Editorial

BONHOMME HIVER, CE MAL AIMÉ!

L'hiver a bien mauvaise presse. Si la moitié des Québécois aime silencieusement la saison froide, l'autre moitié ne cesse d'en pâtir

«J'haïs l'hiver!» demeure le refrain le plus tonitrué chez nous. Et c'est par des grimaces et dans la déprime que Jean-Baptiste réagit quand cette grisaille glaciale ou humide l'atteint neuf mois sur 12. Il se met alors à rêver. À l'hibernation complète ou alors à l'un des 14 soleils des Antilles, les pieds dans le sable fin et chaud, non plus dans la gadoue.

L'évolution climatologique dramatise le malaise. En quelques heures, les redoux pluvieux alternent avec une froidure à pierre fendre, obligeant chaque bipède à adapter constamment son thermomètre corporel et son accoutrement. Tout en s'adonnant à notre sport national, la météo télévisée.

-Et vous, aimez-vous l'hiver?

-C'est bucolique, mais de l'intérieur! répond, pince-sans-rire, un boutiquier de la rue Saint-Jean, qui revient tremblotant du trottoir où il grille ses cigarettes...

Résignation oblige, notre société s'of-fusque à peine des millions annuels dévolus au nettoyage des rues et routes, aux abrasifs, dépôts à neige, remorqueuses et garages de toile qui s'envolent par vents violents. On ne se scandalise plus d'une facture double pour les pneus, des litres d'essence en sus, des frais de chauffage en cavale, du calfeutrage, des multiples réparations domiciliaires. Ou encore des survêtements à renouveler parce que la *schnout* fait son oeuvre. De tous ces vaccins et médicaments contre les maux et fractures nor-



L'évolution climatologique dramatise le malaise. En quelques heures, les redoux pluvieux alternent avec une froidure à pierre fendre, obligeant chaque bipède à adapter constamment son thermomètre corporel et son accoutrement.

diques. Des prix exorbitants des fruits et légumes importés.

Un couple français, probablement inventé par des Québécois si l'on en juge par le nombre de sacres qui entrecourent sa prose, raconte de manière loufoque dans Internet ses illusions automnales devenues désillusions, dès la mi-décembre, à force de se débattre dans «la merde blanche». Incidemment, invoquer tout le temps la sacristie résulte de la rudesse historique de notre climat.

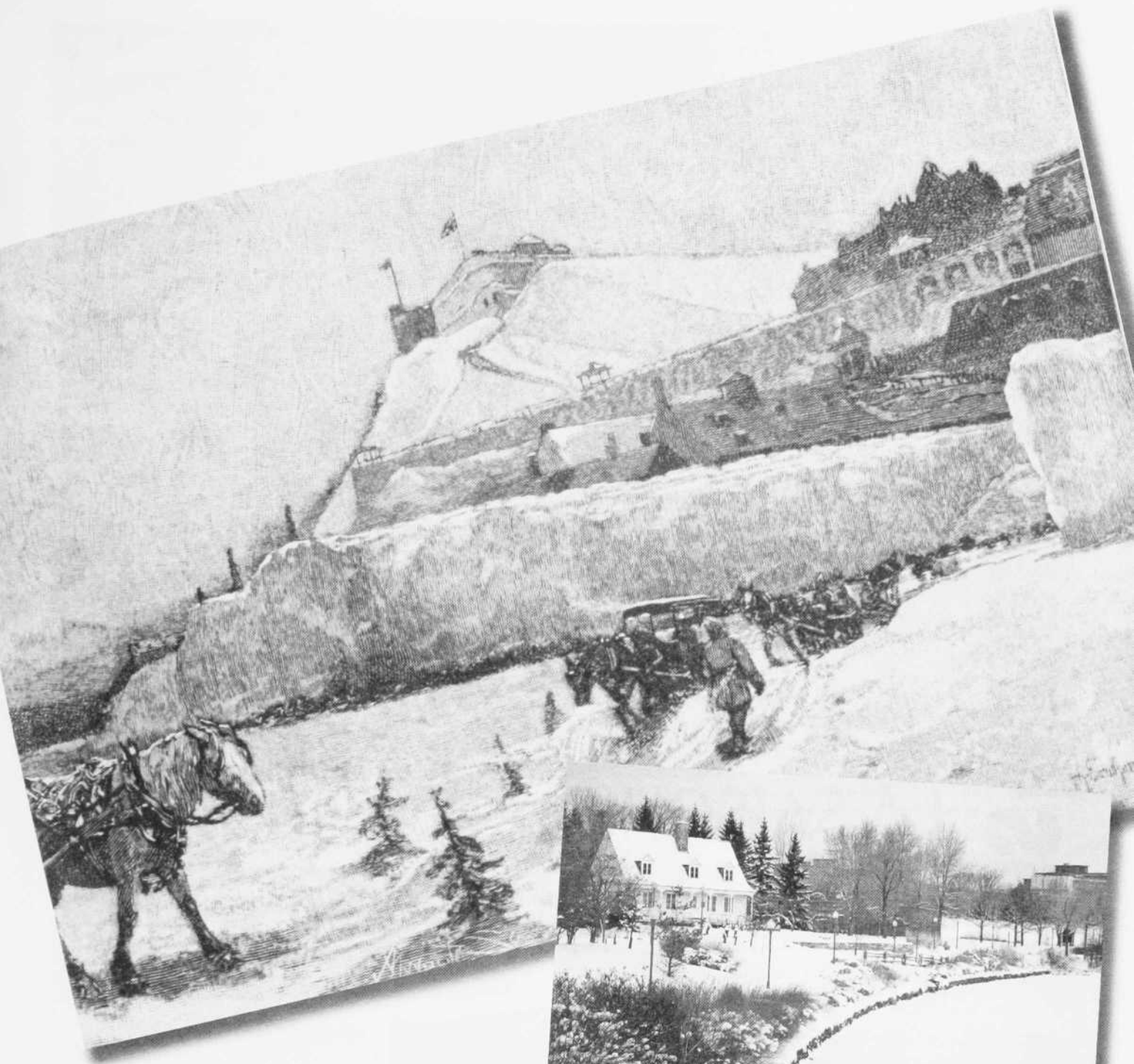
«Mon pays ce n'est pas un pays, c'est l'hiver»: non, Gilles Vigneault ne se trompe pas! Voilà pourquoi ce pays abrite un peuple parfois chaud, souvent froid. Il aura mis 400 ans à le rendre à peu près habitable. D'entrée de jeu, le découvreur malouin Jacques Cartier témoignait de l'horreur des glaces et bancs de neige plus hauts que navires. Plus en amont, ses matelots mouraient du scorbut comme, ultérieurement,

nombre de premiers colons décédaient des suites d'engelures ou de maisons en flammes parce que surchauffées.

Paradoxalement, on doit à l'hiver la «survivance française» au Canada, la froide saison ayant isolé nos ancêtres de la grande mer anglo-saxonne et obligé nos aïeux à se serrer les coudes, à se donner une culture spécifique. Peu bavards, mais fort actifs, tous ces skieurs, patineurs, lugeurs ou simples promeneurs s'y adaptent au mieux.

Au vrai, y a-t-il quelque chose de plus féérique que cette neige folle qui tombe sur le centre-ville, des allées blanchâtres vers les pics laurentiens de Charlevoix, les glaces s'entrechoquant sur un Saint-Laurent au montant? Dans un tel environnement, Bonhomme Hiver le mal aimé peut sans complexe aucun souhaiter à qui veut l'entendre une Bonne et Heureuse Année!

Jacques T.-Dumais

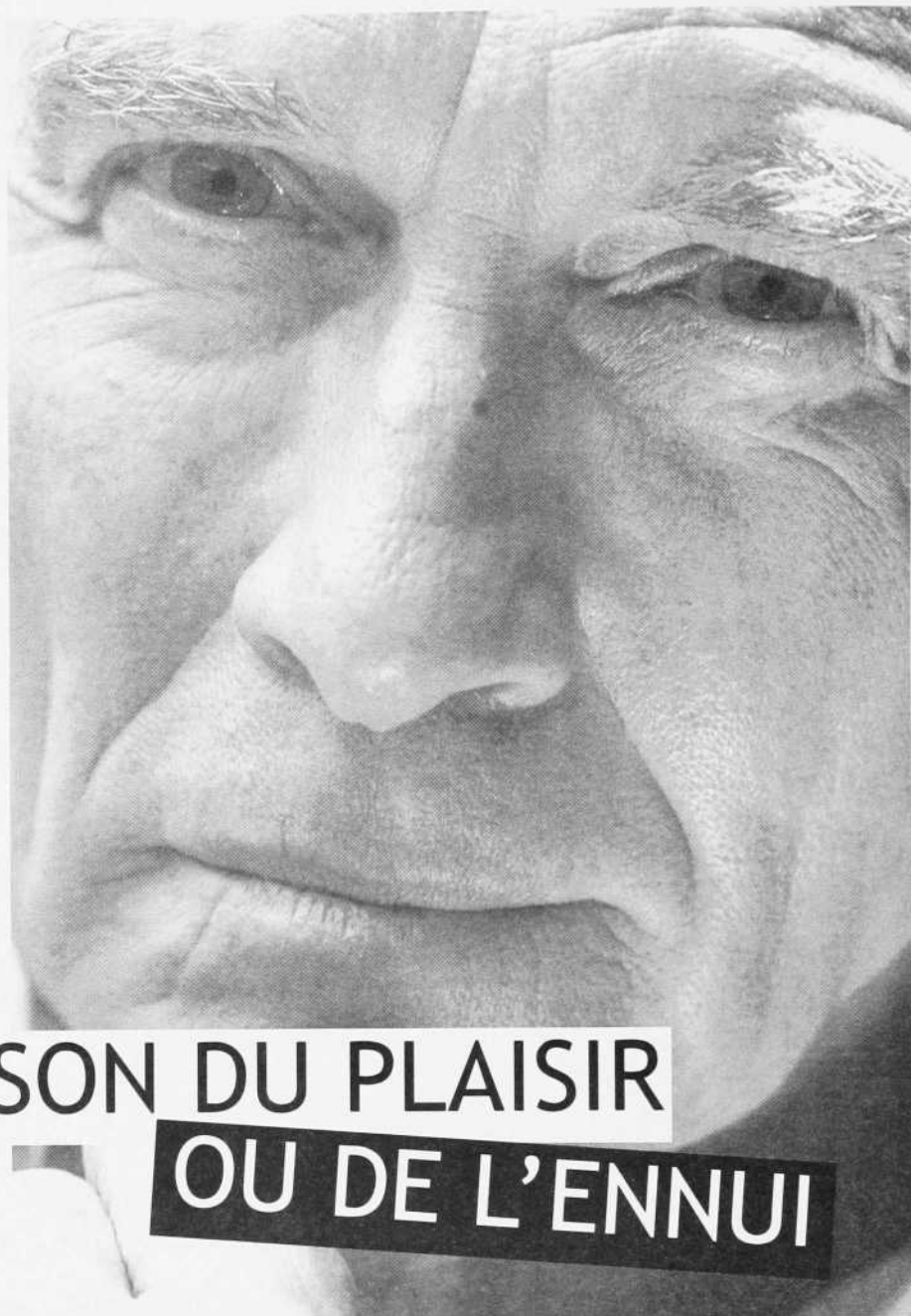


Malgré la pluie et les 5°C en plein mois de décembre (!), l'hiver est un incontournable à Québec. Pour marquer la nouvelle année, nos journalistes vous ont concocté un dossier spécial: l'hiver vu et vécu par les Québécois, mais aussi par nos aînés, les cyclistes, un tchadien et surtout, nos collaborateurs.

La Quête en profite pour remercier chaleureusement toute l'équipe des Archives de la ville de Québec pour les photos en couverture et dans cette page. Sans leur collaboration, nous n'aurions pu vous offrir une couverture aussi étoffée. D'ailleurs, nous vous invitons fortement à visiter ce service unique.

Alors, attachez vos tuques et vos mitaines : c'est un départ!

Nos aînés et l'hiver...



LA SAISON DU PLAISIR OU DE L'ENNUI

L'hiver, véritable calvaire pour les uns et réjouissance pour les autres. Une chose est sûre: l'hiver ne fait pas l'unanimité, ici comme ailleurs. Mais pour certains groupes sociaux, l'hiver devient un véritable défi, un immense iceberg insurmontable.

Notamment, pour les aînés, l'hiver peut exacerber entre autres des problèmes de santé; une simple grippe peut devenir pour certains un problème très grave et entraîner dans bien des cas une hospitalisation.

La venue des jours plus courts et des grands froids peut également occasionner des coûts supérieurs d'éclairage et de chauffage de nature à acculer certaines

de ces personnes à l'endettement. Mais l'hiver peut surtout les contraindre à demeurer à l'intérieur ce qui est d'autant plus difficile à accepter que le tissu social dans lequel s'insèrent ces personnes est souvent très limité.

L'hiver est générateur de beaucoup d'anxiété pour les personnes âgées; la peur de tomber par exemple est suffisante pour les confiner à leur domicile.

Ces personnes n'ayant déjà pas beaucoup d'activités extérieures vivront, pour les cinq ou six prochains mois, carrément en marge de la société, quasiment prisonnières de leur appartement ou de leur résidence. Leurs seules sorties seront réservées à leurs besoins essentiels et la majorité auront besoin d'être accompagnées d'un parent ou d'une personne ressource.

J'ai interviewé huit personnes âgées pour m'assurer de la validité des informations que j'avais. Malgré une joie de vivre indéniable et une gentillesse sans borne, on perçoit dans leur regard une solitude désarmante.

Pour ces personnes, qui sont pour la plupart des gens qui souhaiteraient être encore actifs dans leur cœur, le corps ne suit plus leur désir. On ressent à leur contact lorsqu'on s'attarde un peu sur leur cas, un sentiment d'impuissance et celui d'être un fardeau pour leur famille.

Ces états d'âme sont, bien sûr, renforcés pendant une saison où leur dépendance aux autres est accrue.

Une charmante grand-maman du nom de Jacqueline Pouliot me raconte avec empressement que, l'hiver dernier, alors que ses enfants étaient tous à l'extérieur du pays, elle n'a pas mis le nez dehors à cause d'une condition physique précaire. Elle ajoute qu'elle a vraiment pris conscience à quel point les journées peuvent être interminables, «surtout lorsque notre petit ménage est fait et qu'il n'y a pas grand chose de bon à la télé.»

En effet, l'hiver est également une période où les journées sont longues, répétitives et peuvent devenir sans intérêt. Certaines d'entre elles développeront même des troubles psychiques à force de faire et de refaire les mêmes choses jour après jour.

Malgré tout, pour quelques grands-parents bien entourés, la saison froide n'est pas si catastrophique et peut même en-



Pour les aînés, une simple grippe peut devenir pour certains un problème très grave et entraîner dans bien des cas une hospitalisation.

gendrer de nouvelles activités. Mais pour la plupart, ces mois froids sont synonymes de solitude et d'isolement.

Cécile Fortin, 86 ans, qui ne demande que très rarement de l'aide à ses enfants même lorsqu'elle en a besoin, me le confirme: il y a 2 ans, elle a fait une chute qui lui a laissé des séquelles permanentes; elle ne peut désormais, plus se permettre de se promener seule l'hiver,

ce qui la contraint à passer de longues journées à l'intérieur, esseulée.

Tout compte fait, n'est-il pas impératif de redoubler de gentillesse et d'attention à l'égard de ces parents et grands-parents qui n'ont souvent comme seule présence que leur famille. Et encore, ils n'ont pas tous cette chance...

Laurie Grenier

Quoi faire ce soir



Le Bal du Lézard
1049 3ième Avenue
Québec, Limoilou, ☎ 529.3829 www.lebaldulezard.com



Plaisirs d'hiver...

Ah, l'hiver... Certains redoutent cette saison à cause des routes glacées, de l'obligation de pelleter, des épaisses couches de vêtements nécessaires pour ne pas geler, ou encore de son imprévisibilité. Par contre, pour d'autres comme moi, la première neige est synonyme d'effervescence et de fébrilité puisqu'elle suggère le début de nouvelles activités propres à cette saison.

Que ce soit le patinage artistique, de vitesse ou libre, la glissade, la raquette, le hockey, le ski de fond, le ski alpin ou la planche à neige, tous peuvent y trouver leur compte.

L'hiver québécois nous donne la chance de pratiquer une multitude de sports pendant au moins trois mois à chaque année. Prenons par exemple le ski de fond. Une foule d'options sont offertes aux amateurs de cette activité, que ce soit sur les Plaines d'Abraham, à travers les champs, dans les montagnes sauvages de la forêt boréale ou sur la piste des champions olympiques Pierre Harvey et Myriam Bédard. Il est

impossible de s'ennuyer!

Certains sports d'hiver sont rassembleurs et permettent aux gens de partager des moments privilégiés. Pensons au patinage libre qui réunit sur les anneaux de glace les amis, les amoureux et les familles pour quelques tours au rythme de la musique. Il en est de même pour tous les sites de glissade où jeunes et moins jeunes peuvent retomber en enfance le temps d'une journée et dévaler les pentes sur des chambres à air, «crazy carpets» ou luges.

Certains petits plaisirs de la vie sont souvent associés à l'hiver. Il n'y a rien de

mieux que de savourer un bon chocolat chaud à côté d'un feu de foyer où tout le monde se remémore les faits cocasses et les bons moments de la journée.

Depuis quelques années, on assiste également à un regain de popularité d'une activité depuis longtemps pratiquée : la raquette. Ce sport de plein air compte de plus en plus d'adeptes et connaît un essor fulgurant tant en Amérique qu'en Europe. Milieu sauvage ou randonnée, tous les endroits sont propices à une excursion sur la neige. Qui l'eût cru : la raquette est un sport moderne!

Parmi toute cette diversité, il y a une activité qui me passionne plus que toutes les autres : la planche à neige. Plusieurs personnes s'initient à ce sport parce qu'elles sont attirées par le risque : vitesse, bosses et sauts spectaculaires. Il est vrai que l'adrénaline procurée par une descente à toute allure ou un nouveau saut réussi est très stimulante.

Cependant, il y a beaucoup plus que l'aspect extrême de la planche à neige. Imaginez le scénario : par un beau samedi

L'inter MARCHÉ ST-JEAN

Charlotte & Solange Courtemanche

850 rue St-Jean
Québec, Qc.
G1R 1R3

522-4889
fax.: 522-4614

CA

BERNARD MORIN
COMPTABLE AGRÉÉ

200-706, rue Saint-Joseph Est
Québec (Québec) G1K 3C3
☎ : 418-692-1077
Télécopieur : 418-692-2953
Internet : bmorin@bmorin.qc.ca

Bernard Morin, CA

après-midi, le soleil est resplendissant et la neige est poudreuse. Pendant quelques minutes, vous êtes assis dans un remonte-pente et vous vous dirigez lentement, en discutant avec vos compagnons, au sommet de la montagne. Une fois arrivés, vous attachez les fixes de votre planche et hop, vous vous lancez sur une piste. Que ce soit extrême ou débutant, le plaisir est le même. Dévaler les pentes est le meilleur moyen de faire le vide, de s'amuser et de prendre l'air.

Le summum des joies de l'hiver, c'est le sentiment que procure le fait de glisser sur la neige en faisant du slalom. Tant mieux si, au passage, une petite butte vous offre la chance de vous élever dans les airs...

L'hiver n'est pas que magie et bonheur, j'en conviens. Par contre, il existe une multitude d'activités différentes qui rendent cette saison plus agréable et motivante. Chacun est susceptible de trouver un loisir qui lui plaît, qui le fait vibrer et lui permet de souhaiter silencieusement une autre tempête de neige pour continuer, de prendre plaisir à l'hiver.

Annie Thivierge



La raquette est maintenant à la mode. Mais on est bien loin des raquettes traditionnelles des Amérindiens!

Capsule informative



Saviez-vous que ?

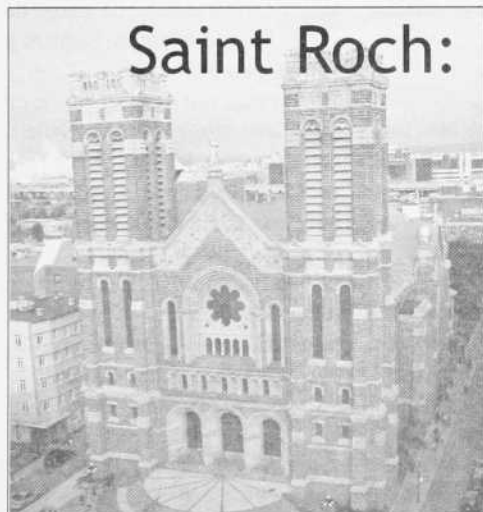
-2004, d'après Ressources naturelles Canada, aura été l'année de 23 sinistres. La partie sud du Québec a subi de nombreuses inondations, à cause des pluies violentes.

-2005 fut l'année de l'été sans fin : 41 °C à Toronto, tandis que Montréal affrontait 23 jours dépassant les 30 °C.

À cause des basses températures, la région des Maritimes connut des -35 °C et des chutes de neige de 50 à 70 centimètres.

Recherche: Mohammed Omar Saïd Chaher

Saint Roch:



Unis pour La Quête

MARIO Fiset ET DANIELLE PELLETIER PHARMACIENS

Affiliés à
UNIPRIX

Une équipe branchée,
ouverte d'esprit
et accessible!

369, de la Couronne
Tél. : (418) 529-2121



COOPÉRATIVE FUNÉRAIRE



DE LA FALAISE

VANIER • QUÉBEC • DUBERGER • LES SAULES

525, rue Prince-Édouard, Québec G1K 2M8

Jour et nuit : (418) 525-4637 Fax : (418) 529-5803

Courriel : falaise@oricom.ca Site web : www.coopdelafalaise.com

Simon Boudreau
Directeur général

Centre Ozanam de la Société de Saint-Vincent-de-Paul Inc.

860, rue du Roi

Québec (Québec) G1K 2Y2

☎ (418) 522-0880

☎ (418) 522-5418

Sur deux roues à -40°C



Beaucoup de cyclistes à Québec sont passionnés par la pratique de ce sport. Non contents de rouler l'été, ils continuent à se mouvoir tous les jours sur deux roues même durant l'hiver.

Selon Vélo Québec Association, en 2005 2% des cyclistes adultes se déplaçaient en vélo 12 mois par année, ce qui représente environ 50 000 cyclistes arctiques au Québec. Cela peut sembler étrange, mais de plus en plus de gens le font. Il faut cependant être conscient qu'il y a une bonne différence entre faire du vélo l'hiver et faire du vélo le reste de l'année.

En effet, c'est que l'espace est beaucoup plus restreint pour circuler, il faut donc redoubler de prudence. Il est recommandé à ce chapitre de porter des couleurs voyantes ainsi que des signaux lumineux la nuit pour s'assurer d'être bien visible. Ce ne sont décidément pas tous les cyclistes hivernaux qui respectent ces règles de prudence. Pourtant, elles sont d'autant plus importantes que l'hiver la nuit tombe beaucoup plus rapidement.

C'est que pratiquer le vélo l'hiver attire

les gens passionnés. Cette saison amène des complications qui contrairement à ce qu'on pourrait penser, ajoutent de la valeur à la pratique de cette activité au lieu de lui en enlever. Pour Michel Groleau, étudiant à l'Université Laval et amateur chevronné du vélo d'hiver, les obstacles qu'apportent l'hiver, procurent du même coup des sensations fortes.

« Pour la glace et la neige, il ne faut pas avoir peur: il faut foncer à pleine vitesse dans la neige, toujours pédaler et regarder droit devant et surtout conserver ses distances avec les automobiles. Il faut se servir de tous ses sens pour éviter les plaques de glace et sauter par dessus les blocs de neige ». Par contre, malgré ces sensations comparables à celles qu'on retrouve dans les sports extrêmes, reste que le vélo l'hiver peut s'avérer dangereux, surtout en raison de la proximité avec les automobilistes.

Certains plaident pour l'aménagement des pistes cyclables durant l'hiver pour éviter ce problème. Si de plus en plus de gens se sentent attirés par l'aventure que constitue le vélo d'hiver, cette solution pourrait s'avérer intéressante. Comme le cycliste Michel Groleau l'a souligné, « l'objectif est de se garder en santé ». En effet, en utilisant le vélo comme moyen de transport l'hiver, on peut joindre l'utile à l'agréable. On peut se déplacer pour aller au travail ou à l'école tout en conservant la forme, ce que l'usage de l'autobus ou de l'automobile ne permet pas.

Pour ceux qui seraient intéressés à troquer leur siège d'automobile contre une selle de vélo l'hiver, il faut prendre note que le vélo d'hiver requiert plus de préparation que celui d'été. Il est préférable de porter des vêtements imperméables, plusieurs couches de vêtements au lieu d'une seule lourde et prêter une attention particulière à la mécanique du vélo qui est beaucoup plus vulnérable durant la période hivernale.

Louis-Alexandre Jacques

Claude Gallichan
CHIROPRATIQUE

Déjà 18 ans dans le Cartier...

125, Boul. René-Lévesque Ouest / angle Cartier
649-7455

STEAMATIC®
Service complet de nettoyage

Jean-Luc Lavoie
Président

6655, boul. Pierre-Bertrand, #104
Québec (Québec) G1M 1M1
Cell.: (418) 520-0160
Tél.: (418) 527-5050
Fax: (418) 527-8591
1-800-241-9233



2007

08

09

CONTINUEZ À FAIRE CE QUE VOUS AIMEZ



OBLIGATIONS À TAUX PROGRESSIF OBLIGATIONS À TAUX FIXE OBLIGATIONS BOURSIÈRES OBLIGATIONS SÉCURI+ OBLIGATIONS À ESCOMPTE
OBLIGATIONS D'ÉPARGNE ÉPARGNE FLEXI-PLUS PLAN ÉPARGNE PÉRIODIQUE

OBLIGATIONS À TAUX PROGRESSIF


- + Taux avantageux garantis pour 10 ans.
- + Remboursables sans pénalité, chaque année, à leur date anniversaire.
- + Aucuns frais de gestion et d'administration.

**ÉPARGNE
PLACEMENTS
QUÉBEC**

VOS
ÉCONOMIES
GARANTIES
À 100 %

1 800 463-5229 | www.epq.gouv.qc.ca

Épargne
Placements

Québec 

La Rue Saint-Jean

BOULANGERIE
Le Panetier

Baluchon



Tél. (418) 522-3022

764, rue St-Jean (Qc) GIR 1P9
Télec. : (418) 522-1845

Ensemble
pour La Quête



Revues du monde et... bières

Tabagie Saint-Jean

620 rue St-Jean

Québec (Qc) G1R 1P8

Tél.: 418 522-5923



871, RUE
SAINT-JEAN

en face de
Radio-Canada

CHÈVRE-FEUILLE
SAVONNERIE ARTISANALE

234, RUE SAINT-JEAN
QUÉBEC (QUÉBEC) G1R 1P1
CHEVREFEUILLE@VIDEOTRON.CA
TÉL: (418) 204-0767

PRODUITS 100 % NATURELS, FAITS À BASE DE LAIT DE CHÈVRE ENTIER.
40 VARIÉTÉS DE SAVONS, SHAMPOINGS, CRÈMES, LOTIONS DE CORPS, BAINS MOUSSANTS, ETC.

Depuis 1880



Baron Jacques R.
Pharmacien

698, rue Saint-Jean
529-2171

Membre affilié à
Proxim

RESTAURANT

Le Veau d'Or

LICENCIÉ

GIOVANNI BRAGOLI et fils
ancien chef au Restaurant Marino

801, RUE SAINT-JEAN, QUÉBEC
(coin ST-AUGUSTIN, à côté du Centre des Congrès)

Tél.: 525-7371

De la tempête

de **SABIE**

à la tempête

de **NEIGE**

Waouh ! C'est, sans blague, l'exclamation que j'ai aboyée la première fois que je l'ai vue. C'est donc cela la neige ! C'est plus vrai et plus blanc que les images sur les cartes postales. J'étais surtout surpris en ouvrant la porte, parce que la grosse tempête qui était tombée pendant la nuit ne m'avait pas prévenu. Ne me demandez pas si j'ai suivi la météo avant de sortir. C'est une bonne habitude québécoise que je n'avais pas encore intégrée.

Habillé comme un vrai ours du Nord canadien, je devais traverser une dune de neige pour me rendre au métro. Il y a de quoi se marrer même si ce n'était pas drôle. Il ventait et la neige tombait encore. J'étais aussi titubant et aussi maladroît qu'un touriste occidental pris dans le Sahara en plein nord de mon pays, le Tchad. C'est moins apeurant que le sable mouvant, mais avec le froid et les grains de neige dans la face, c'est pareil qu'une tempête du désert avec le sable chaud sur les dents. J'aurais pu lâcher un «tabarnack!» bien dosé, mais je ne connaissais pas encore l'expression. En tout cas pour cette première neige, j'ai pris trois pellicules de 36 photos, que j'ai toutes envoyées à ma mère.

Parlant du froid, avant de quitter mon pays, on m'avait averti qu'il y fait très froid. Mais que signifie ce mot quand on vient d'un pays où il fait 45°C à l'ombre au mois d'avril ? Le Tchad, c'est l'un des pays les plus chauds d'Afrique. Mais en décembre, il fait vachement froid. On gelotte sous



L'hiver québécois vécu et raconté par Mini-Mini Médard, nouveau collaborateur à La Quête. Mini-Mini est originaire du Tchad, en Afrique.

25°C J'aimerais alors trouver des mots pour expliquer ce qu'on ressent en passant à -20°C au Québec. Il faut le vivre pour le savoir. Ce qui est sûr, c'est que je commence à porter mes gants et mon chapeau depuis l'automne. Je le sais maintenant que je peux citer aisément les quatre saisons en ordre. Dans mon pays, on a que 2 saisons : la saison sèche et celle des pluies. L'automne, l'hiver, le printemps et l'été sont des mots qu'on ne rencontre que dans les poèmes français étudiés au lycée.

Après trois ans, je reste encore fasciné par la blancheur de la neige. C'est un peu comme les tas de coton dans les champs de mon village natal. Je fais de moins en moins de photos, mais de plus en plus d'activités d'hiver. J'ai travaillé comme dé-

neur pendant tout un hiver. J'ai fait de la pêche blanche sur un lac gelé à Oka pour n'attraper qu'un petit poisson. J'ai fait la guerre de boules de neige lors d'une sortie à la cabane à sucre, on m'a enterré dans la neige, j'ai failli mourir, mais j'en suis sorti vivant. J'ai enfin donné un spectacle catastrophique de patin au Carré d'Youville à Québec. Peut-on pour autant dire que j'ai réussi à apprivoiser le redoutable hiver québécois ? Je n'en suis pas très certain.

Aujourd'hui encore, quand on me demande comment je trouve l'hiver, je réponds : c'est beau pour la poésie et des photos exotiques. Le reste, c'est discutable.

Mini-Mini Médard

C@/!©£ d'hiver!

Ah! Comme la neige a neigé! »
« Pour quelques rares poètes comme Nelligan, la féerie de notre hiver est une grande source d'inspiration. Pour la majorité des Québécois, toutefois, la saison froide est peu inspirante. Elle rime plutôt avec corvées de pelletage, déglacement de la voiture, courbatures et maux de dos, vent glacial et conditions routières impraticables. Notre hiver est mal aimé, si bien que pour certains, il est responsable d'une véritable dépression.

La dépression saisonnière

Le TAS (trouble affectif saisonnier), est une maladie psychologique dont les symptômes sont apparentés à ceux des autres formes de dépression tel le burn out ou la dépression post-traumatique. La personne atteinte de TAS ressent généralement une baisse subite d'énergie, se sent constamment fatiguée, déprimée, a les émotions à fleur de peau et a tendance à se renfermer. On estime que dans les pays nordiques comme le nôtre, de 4 à 6% de la population sont atteints de cette maladie, qui touche soit dit en passant quatre fois plus de femmes que d'hommes.

Les scientifiques expliquent l'apparition de troubles affectifs saisonniers par la diminution de la période quotidienne d'ensoleillement, qui entraînerait une surproduction de mélatonine, hormone responsable de la dépression. Certains autres l'expliqueront plutôt par les trop nombreuses chutes sur le pavé glacé, les rhumes à répétition et l'immensité du banc de neige à escalader pour traverser la rue.

Que ce soit l'un ou l'autre, ou encore une combinaison des deux facteurs, il n'en demeure pas moins que la dépression saisonnière est une maladie réelle, diagnostiquée chez de plus en plus de gens.



Pester contre l'hiver : un sport dans lequel les québécois pourraient exceller à l'échelle internationale !

Détester l'hiver: Purement québécois!

À la lecture de ces symptômes, on pourrait croire que presque tous les Québécois sont atteints, à des degrés plus ou moins sévères, de cette maladie. En effet, vous aurez sans doute remarqué que plusieurs d'entre nous semblent éprouver un malin plaisir à détester l'hiver et à s'encourager mutuellement à pester contre les désagréments de cette saison.

Pour cause, la météo est le sujet de conversation par excellence pour combler les silences inconfortables entre inconnus. Mais en plein coeur du mois de janvier, ce type de conversation vise rarement à faire l'éloge du reflet miroitant du givre sur les branches des érables! Aussi, ces séances de découragement collectif sont à ce point fréquentes qu'il

semble qu'elles aient fait de la haine de l'hiver un trait culturel officiel des Québécois.

Mieux vaut s'y faire : le Québec est blanc le tiers de l'année, et il en sera toujours ainsi (ou du moins jusqu'à ce que le réchauffement climatique ait atteint l'ampleur qu'on lui prédit). Entre deux pelletées de neige, il serait donc judicieux de relever sa tuque afin de prendre quelques secondes pour ouvrir les yeux aux beautés hivernales.

D'ailleurs, pour se prémunir contre la dépression saisonnière, les spécialistes affirment qu'une bonne marche au grand air surpasse grandement l'effet de toute séance de lumbinothérapie ou d'antidépresseurs. Cela devrait nous aider à nous sentir davantage inspirés!

Cynthia Darisse

J'aime l'hiver!

Essai
et création



J'aime dormir quand il fait froid et que sous les couvertures, il fait très chaud. J'aime savoir qu'à partir du 22 décembre, nous gagnons en clarté à tous les jours.

J'aime sortir le soir, parce qu'il fait plus clair vu que la lumière des lampadaires est reflétée par la neige. J'aime voir la belle neige blanche et ses reflets de diamants sous la lumière.

J'aime marché dans la neige parce que mes bottes font « crouch crouch » sur la neige. J'aime entendre le bruit des pneus dans la grosse neige aussi.

J'aime sortir le matin et sentir le froid me réveiller. J'aime aussi sentir mes narines qui collent lorsqu'il fait grand froid.

J'aime l'hiver parce que je sais qu'il y a des personnes qui dépendent du déneigement pour survivre et arrondir leur fin de mois. Les centres de ski emploient beaucoup de personnel et je suis contente pour eux.

J'aime l'hiver parce qu'en février, nous voyons la lune belle et super grosse. La lune touche quasiment la terre à ce moment et si j'étirais mon bras, je la toucherais.

J'aime l'hiver parce que je m'achète un nouveau balai à neige.

J'aime l'hiver parce que j'aime faire du ski de fond et me dépasser.

J'aime l'hiver parce que je mange de la soupe aux pois. Je m'en fais juste l'hiver.

J'aime l'hiver parce que lorsqu'il neige de très gros flocons, j'en mange encore à mes 53 ans. Ça goûte toujours aussi bon.

J'aime voir les arbres en forêt habillés de belle neige blanche après une tempête.

J'aime l'hiver parce que j'écris des messages dans la neige avec mes pieds pour ceux qui passent dans le ciel.

J'ai même fait des anges, il n'y a pas si longtemps. Et vous?

Manon Alarie

Michel Yacoub

Conseiller en sécurité financière
Conseiller en assurances collectives et rentes collectives

- * Assurance Collective
- * Assurance salaire
- * Assurance Vie
- * R.E.E.R Collectif
- * R.E.E.R

505 14^e Rue
Québec, Qc, G1J 2K8
Tél : (418) 529-4226
Fax: (418) 529-4223
Ligne sans frais 1-877-823-2067



L'Association des
Gens d'Affaires
du Faubourg

L'AGAF

Fiers d'appuyer
La Quête



Des nouvelles de notre monde

En mémoire de polytechnique

L'R des centres de femmes a invité la population le 6 décembre dernier à se procurer un ruban blanc et une chandelle à allumer le soir même en mémoire des 14 victimes de la polytechnique et des 634 femmes assassinées depuis parce qu'elles sont des femmes.

Ce geste vise à dénoncer la violence faite aux femmes et témoigne du support et de l'appui aux victimes

Pour connaître le centre de femmes situé près de chez vous, visitez le site web www.rcentres.qc.ca



seront regroupés dans l'édifice principal et on procédera à la démolition du pavillon Roy Rousseau.

Statut des femmes de la rue

Créée en 2002, la Grande Marelle du YWCA, vise à recueillir des femmes qui veulent briser leur vie d'errance. Le Y offre à ses femmes qui ont vécu des situations bouleversantes et traumatisantes, un toit et un encadrement variant entre 3 et 18 mois.

Pour plus d'informations, composez le : (418) 683-2155 poste 20

30 % des séjours sont liés à la maladie mentale

Selon une étude de l'Institut canadien d'information sur la santé (ICIS), 37 % des personnes hospitalisées pour maladie mentale sont réadmis dans l'année suivant leur sortie contre 27 % des autres. De plus, la durée moyenne du séjour d'un patient avec des problèmes de maladie mentale est de 16,9 jours contre 7,2 pour les autres. Malgré tout, le temps moyen de séjour est passé de 66 jours en 1994-1995 à 35 jours en 2003-2004.

105 000\$ pour Lauberivière

La dernière soirée-bénéfice tenue au Grand Théâtre de Québec a permis d'amasser plus de 105 000 \$ pour Lauberivière. Les bénévoles ont entrepris la dernière étape de leur campagne de souscription annuelle.

\$22.6 M. pour Robert Giffard

En janvier et pour une période de 5 ans, débiteront des travaux de rénovation au centre hospitalier Robert Giffard pour un coût de 22.6 millions \$. Les services

80 nouveaux logements

Près de 80 logements sociaux et communautaires ont vu le jour au 255 boulevard Hamel. Le Manoir Stadaconna compte 64 logements et est destiné aux personnes âgées et en légère perte d'autonomie. Alors que la Coop. d'habitations Stadaconna propose quant à elle, 18 logements aux familles à faible revenu. Ce projet a nécessité un investissement de plus de 9 millions \$ provenant de partenaires publics, communautaires et privés. Le programme

**La Feuille
Enchantée**
Librairie du mieux-être

Livres - Musique - Encens - Tarots - Pendules

770 rue St-Jean (418-522-1234/28) 28 Carignan-Victoriaville (819) 758-5150

Yves Boissinot
PHARMACIEN

Des nouvelles de notre monde



Accès-Logis Québec a contribué pour plus de 5 millions \$.

Bénévole pour Moisson Québec

« C'est le plus bel emploi que j'ai jamais eu », affirme Mme Nicole Veillette enseignante à la retraite. Elle fait partie de la centaine de bénévoles réguliers qui œuvrent au sein de l'organisme depuis une dizaine d'années maintenant et qui vient en aide aux plus démunis par le concours des centres de distribution alimentaire et des soupes populaires.

D'ailleurs, c'est à Moisson Québec qu'ont été remis les dons et produits non périssables recueillis par la Grande Guignolée des médias. Il est à noter que l'an dernier (2005) la Grande Guignolée des médias a atteint la valeur totale de 367 000 \$ en dons et en produits.

En baisse partout... sauf à Québec!

Élaine Côté, directrice générale de Moisson Québec se dit surprise de la baisse de 26,7 % concernant l'utilisation des banques alimentaires au Québec alors qu'à Québec les besoins sont plus criants que jamais.

Ce besoin est dû au fait que 27 % des clients demandent de la nourriture 4 fois par mois et selon Mme Côté, les personnes d'âge mineur sont de plus en plus nombreuses à demander de la nourriture. Ils représentent environ 35 % de la clientèle.

On attribue cette baisse de 26,7 % à la fermeture de deux banques alimentaires au Québec, ce qui ne signifie pas moins de problèmes de faim pour autant.

Plus de travailleurs bénéficient des banques alimentaires

Un nombre croissant de travailleurs utilisent la banque alimentaire de Moisson Québec. Il n'en demeure pas moins que les assistés sociaux représentent les meilleurs clients des banques alimentaires canadiennes avec 53,5 % de pré-

Centraide Québec dépasse son objectif!



8 893 168 \$: C'est l'impressionnante somme qui a été amassée par toute l'équipe de Centraide Québec lors de la campagne de financement 2006. Il s'agit d'une augmentation de 491 263 \$ par rapport à l'an dernier.

Pierre Métivier, président-directeur général de Centraide Québec, a précisé: « Nous savions que notre objectif de 8 888 888 \$ était ambitieux, mais si la réponse a été aussi incroyable, c'est que la population, les entreprises et les institutions ont compris que les besoins sont toujours là et de plus en plus spécifiques. Les gens y sont sensibles ».

**La Quête présente toutes ses félicitations à l'équipe
Centraide Québec.**

sence selon une étude de l'Association canadienne des banques alimentaires (ACBA). Cependant, le nombre de travailleurs est en constante progression selon la même enquête. Autre chiffre troublant, les enfants constituent 41 % de la clientèle, alors qu'ils ne forment que le quart de la population canadienne. Selon Mme Élane Côté, directrice de Moisson Québec, la clientèle qui est sur le marché du travail est de 8,6 %.

Devant le succès de l'événement, M. Desjardins a l'intention d'organiser une telle fête chaque année.

« Rayon de soleil » à 38 sans-abri

Au début du temps des fêtes, La Fabrique du smoked-meat située sur la rue Raoul-Jobin (autrefois Ste-Thérèse) a offert à 38 sans-abri un repas gratuit. Un rayon de soleil dans leur quotidien.

Claude Desjardins, propriétaire du restaurant, raconte qu'il lui a fallu une dizaine de jours pour organiser la fête. Les convives lui ont été référés par le Café rencontre de la basse-ville.



Depuis 1907

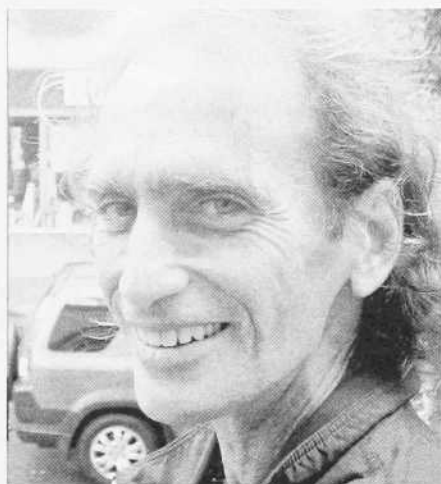
J.-E. Giguère, Ltée

Briquets
Magazines
Souvenirs

59, rue de Buade
Québec, Qué. G1R 4A2
(418) 692-2296



Tranche de vie...



Thérapie...

Au moment où vous lirez ce texte, j'aurai deux mois d'abstinence de cocaïne. Si ce temps de sobriété n'est pas un acquis, il a au moins la valeur d'être un objectif, une vision d'avenir. En effet, je commence l'écriture de cette tranche de vie après 30 jours d'abstinence... J'ai un objectif.

Le centre, où je suis présentement, est situé près d'un lac. Le programme est basé sur les 12 étapes des Alcooliques anonymes; deux prérogatives qui m'ont motivé à entreprendre une « autre thérapie », car ce n'est pas ma première démarche thérapeutique.

Nous sommes une trentaine de toxicomanes, hommes et femmes, différents mais unis à la même cause : le relèvement. La valeur thérapeutique d'un dépendant à un autre dépendant a fait ses preuves dans bien des cas. L'identification est très importante pour oser sortir de l'isolement et aussi créer un sentiment d'appartenance. On arrive ici complètement « débranché » coupé de soi (notre vrai moi) et coupé des autres. Sans parler du monde social, professionnel, récréatif, etc. coupé de tout finalement.

J'avoue qu'en entrant ici, je n'avais pas beaucoup d'espoir, mais j'avais de la bonne volonté et un désir sincère.

Il y a des sacrifices à faire quand on vit en communauté. Souvent, nous sommes deux par chambre, on est entouré de gens en manque d'affection, chacun ayant ses défauts de caractère et ses problèmes de comportement.

L'impulsivité et le manque d'estime de soi nous amènent à vivre des situations assez tordues, mais ces mêmes situations deviennent aussi le miroir de notre propre vie et nous mènent vers une introspection plus profonde.

Le programme est d'une durée de 14 semaines; il est divisé en deux étapes de sept semaines chacune. Je me demandais ce que je pouvais venir chercher de plus après plus d'une douzaine de thérapies à mon actif.

En fait et ce dès le début, j'ai découvert trois points importants à travailler : 1) briser le cycle quotidien de consommation; 2) découvrir les causes d'une dépendance affec-

tive; 3) trouver une stratégie pour combler des carences au niveau de l'autonomie.

En cours de route, je me suis rendu compte que j'avais des blessures plus ou moins conscientes et un déni profond de m'avouer alcoolique. Oui, alcoolique! Pourquoi? C'est que tôt ou tard, et ce, même si je ne consomme pas beaucoup d'alcool, ce penchant peut me ramener à la drogue. C'est après avoir entendu le témoignage de Manon, qui est thérapeute, que j'ai pris conscience de ce problème.

Ce fut difficile à accepter, j'aimais bien prendre un petit verre de vin en mangeant. Après avoir passé quelques jours de résignation, j'ai fini par accepter. À la suite de cette acceptation, j'ai réalisé qu'il y avait plusieurs avantages à cette découverte. Je pouvais maintenant faire partie intégralement des A.A.N.A.

De bien communiquer est un art. Par exemple, comment exprimer à un résidant

IGA Deschênes
 Supermarché IGA Deschênes, propriétaires Lise et Réal Deschênes
 Sandra Deschênes

255, chemin Sainte-Foy, Québec (Québec) G1R 1T5
 Téléphone : (418) 524-9890 • Télécopieur : (418) 524-3105

RONA

Quincaillerie St-Jean-Baptiste
 LA FERRONNERIE DU FAUBOURG DEPUIS 100 ANS

298, rue d'Aiguillon, Québec (Qc) G1R 1L6 • 525-5212 • quinc.sjb@bellnet.ca

Tranche de vie...



qu'il « met trop d'eau sur le plancher quand il le lave », de le lui dire sans le vexer et que cette critique ne soit pas prise comme un ordre dictatorial. Vous savez que plusieurs toxiques, sinon tous, ont une faible estime de soi. Donc quand une critique (constructive) est dite, la personne qui la reçoit peut le prendre pour une attaque; personnelle, voire à son intégrité.

Je vous souhaite chaleureusement une belle année! On se revoit bientôt!

Je vous aime

Mario Raymond
oiramraymond@hotmail.com

N.D.L.R. Mario, l'un de nos camelots, nous a proposé d'écrire à l'intérieur des pages de *La Quête*. Chaque mois, il raconte son combat à l'intérieur de nos pages. Nous espérons que son témoignage aidera nos lecteurs à mieux comprendre la vie de la rue.



Mario suit présentement une thérapie dans un centre de désintoxication. Il y livre un combat contre son plus grand ennemi: lui-même.

Foyeuses fêtes!

Ce temps d'arrêt privilégié nous rapproche, nous rassemble, nous réchauffe.

Je vous souhaite une très heureuse période des fêtes et une nouvelle année qui comblera vos désirs les plus chers. À vous et à tous ceux que vous aimez, mes meilleurs vœux de santé, de paix, de bonheur et de prospérité.

Jean Charest
Premier ministre du Québec

www.premier-ministre.gouv.qc.ca

Québec

Photo - Odette Bouchard



Bonne année!

Bonté, bien, beauté, bénédictions

Ombien d'actualité

Nourrissant l'espoir de sortir de

Notre morosité

Et de nos dépressions

Année 2007

Nous apportera à chacun et chacune de

Nous la paix du cœur

Essentiel à notre santé corporelle et spirituelle

Et je vous souhaite chers (es) écrivains (es), collaborateurs (rices) et

Lecteurs, lectrices de notre magazine *La Quête* où cette

Année nous voulons pleinement réaliser nos plus grands projets

Que 2007 nous apporte

Unité, partage, respect de l'autre dans "ses différences"

Européens, Asiatique, Africains, Océaniens, peuples des trois Amériques

Tous et toutes avons droit à notre place au Soleil

Et combien il n'y a rien de puéril, d'utopique, de ringard que de se donner ces
souhaits, ces bénédictions! Retrouver la simplicité de l'esprit d'enfance!

Voilà ce dont nous avons le plus besoin!

Christiane Voyer



Résolution pour 2007

Une nouvelle année qui débute. Comme à chaque fois, lors de cette période des fêtes, il y a des personnes qui vont prendre des résolutions, que ce soit : arrêter de fumer, suivre un régime, se remettre en forme, etc. Pourtant, une résolution qui n'est pas souvent prise, c'est celle de donner un sens à sa vie.

Il se trouve que certaines gens vont plutôt tenter de comprendre le sens de la vie. Cependant, si on s'arrête, si on observe, si on regarde et si on cherche un peu, on s'aperçoit que le sens de la vie, c'est le sens que l'on cherche lui donner. S'approprier un but, se délimiter un objectif, voilà, ce qui pourrait constituer une belle résolution pour l'année à venir en gros; c'est de donner un sens à sa vie.

Que cette nouvelle année qui débute vous soit douce et prospère.

Michel Savard



Partenaire de
La Quête





L'hiver en haillons

L'hiver en haillons ventait sur le silence sans neige. Le printemps engourdi chantait la douleur que mai avait promise. L'été, en petit grain de blé se lovait sous la couverture de terre. L'automne moqueur chargeait de boues les enjambées des passants.

Mais qui, dans les combles du grenier avait été prévoyant? Quel petit hamster déjà grignotait en hâte les restes de l'été?

La pluie, terrible aux yeux des enfants graciait l'hiver de perdurer. Une tonnelle, cloutée des sons de pluie gouttait en martyre. Tous les bois, les hauts-bois et même chanterelle. Allaient seriner en vue de plaire aux œuvres de Dieu.

Le bourdon méconnaissable dans sa livrée noir charbon et jaune. Vibrant aux sonorités bronze sous les doigts du guitariste. Une perle abandonnée aux muses, irisée Déclarait que, la fin de l'été allait précéder l'hiver des hommes...

Puis, ce serait une ère de tendresse, celle des parfums méconnus. De la neige.

Une étonnante clameur provenue des bancs de neige. Révélatrice de ces enfants subtils et toujours joueurs. Qui allaient vaincre l'hiver à partir des forteresses... Des châteaux de neige.

Marc Everell





**LES IMPRESSIONS
STAMPA**

1165, rue Gouin - local 135 - Québec (Qc) - G1N 1T3 - Parc Industriel Saint-Malo

30^e
ANNIVERSAIRE

REPROGRAPHIE

IMPRESSION COULEUR


RELIURE • FINITION

INFOGRAPHIE

Les meilleurs prix pour l'impression en noir!

☎ : (418) 681-0284

📠 : (418) 681-1178 ✉ : stampa@qc.aira.com



VEOLIA

SERVICES À
L'ENVIRONNEMENT

(418) 839-5500


Sans frais:
1-800-463-2164

- Pompage vacuum résidus solides et liquides
- Nettoyage avec camion pression
- Inspection et localisation de conduites par caméra auto-tractée
- Réhabilitation de conduites souterraines sans excavation
- Débouchage et dégelage de conduites
- Recherche de fuites d'aqueduc
- Urgence déversement


**Services
d'assainissement**

**Service 7 jours sur 7
24 heures sur 24**

ENVOÛTANT !



LES CHOCOLATS CHAUDS



Choco-Musée Érico
634, rue Saint-Jean, Québec,
Faubourg Saint-Jean-Baptiste

Un gros merci!

Merci à tous nos précieux partenaires!

Durant la dernière année, La Quête a pu compter sur l'apport inestimable de près d'une centaine de commanditaires. Sans eux, *La Quête*, telle que vous la connaissez aujourd'hui, ne pourrait exister. Mille merci!

Plus particulièrement, nous désirons remercier l'Industrielle Alliance et STO Informatique. Leur support nous a permis d'acheter un nouvel ordinateur plus adapté aux nouveaux besoins du magazine.

Soulignons aussi depuis décembre l'aide de la Centrale des syndicats du Québec (CSQ) qui commandite nos frais postaux pour les six prochains mois.

Et finalement, nous remercions Loto-Québec et l'équipe de Carat Stratégem pour la nouvelle campagne de la Fondation Mise sur toi.

Et c'est parti pour une nouvelle année, pleine de nouvelles surprises!

*L'équipe et les camelots
de La Quête*

Partenaires Or

Centraide
Desjardins
Épargne Placement Québec
Ministère de la Famille, des Aînés
et de la condition féminine

Partenaires Argent

Centrale des syndicats du Québec
Le Panetier-Baluchon
Loto Québec
Quincaillerie Saint-Jean-Baptiste
Steamatic

Partenaires Bronze

Association des gens d'affaires
du Faubourg
Bar Jules et Jim
Bernard Morin
Café Krieghoff
Carine Turcotte, pharmacienne
Centre Ozanam
Ciné-Club Saint-Jean
Coopérative funéraire de la Falaise
Érico Choc-Musée

IGA Deschênes
Pharmacie Jacques R. Baron
STO informatique
Tabagie Saint-Jean
Turf Pub

Partenaires Inconditionnels (depuis plus de 5 ans!)

Bal du Lézard
La Feuille Enchantée
Inter-Marché Saint-Jean
La Maison Revivre
Michel Yacoub
Yves Boissinot, pharmacien

Partenaires Ad Vitam Aeternam

Chèvre-Feuille
Claude Gallichan
J.E. Giguère
Impressions Stampa
Le Veau d'or
Mario Fiset, Pharmacien
Salon Labrie
Uniprix de la Couronne
Véolia



261 rue Saint-Vallier Ouest
Québec G1K 1K4
Tel : 523-4343
Fax : 523-7986

Notre mission :

Dans un esprit d'accueil, de partage et d'amour, la Maison Revivre vient en aide à ceux et celles qui sont vraiment dans le besoin afin de leur donner le goût de reprendre leur vie en main.

Nos Services : Dîner 12 h 00 : hommes et femmes
Aide alimentaire pour famille avec enfant(s) mineur(s)

Notre principe : Donner gratuitement ce qui est reçu gratuitement.



Le Credo de l'Optimiste

Je promets...

D'être fort-e au point que rien
ne puisse troubler ma sérénité d'esprit
De parler de santé, de bonheur et de prospérité
à toute personne que je rencontrerai
D'inculquer à mes ami-e-s la confiance en eux-mêmes
De ne considérer que le bon côté des choses
en véritable optimiste
De ne songer qu'au mieux, de ne travailler
que pour le mieux et de n'espérer que le mieux
De manifester autant d'enthousiasme
pour les succès des autres que pour les miens
D'oublier les erreurs passées
et de voir à faire mieux à l'avenir
D'avoir toujours l'air gai-e et de sourire
à toute personne que je rencontrerai
De consacrer tant de temps à m'améliorer
que je n'aurai pas le temps de critiquer les autres
D'être trop magnanime pour me tracasser,
trop noble pour m'irriter trop fort-e pour craindre
et trop heureu-x-se pour me laisser troubler.
Souriez la vie est un party!

Marie Nassif

Carine Turcotte
Pharmacienne

Impliquée dans la
communauté

Angle Cartier - René Lévesque
522-1235

Affiliée à



Jeu



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1																				
2																				
3							A													
4																				
5																				

Horizontalement

- 1- Époux de Sainte-Anne (AIOHJCM).
Voiture allemande réputée (CDMRSEEE).
Film de 1954 mettant en vedette Audrey
Hepburn (BIRASNA).
2- Capitaine Haddock (BCDHLRIAA).
Défoc, auteur de Robinson Crusoe
(AIEDNL). Treize papes de ce nom
(EOLN). 25 décembre.

- 3- Saint-Pierre, chanteuse populaire. Cous-
ture, auteur des Filles de Caleb. Loranger,
maire de L'Ancienne-Lorette (LIMEE). Saint
patron des orfèvres et des forgerons (IELO).
4- Muse du poète Aragon (SALE). Bra-
chetti, transformiste italien (TRAROU).
Espace de 8 jours suivant une grande fête
(CAVEOT). Mère du genre humain.
Bélangier, premier directeur de l'Orchestre
symphonique de Québec (NIDWE).

- 5- Prix Nobel de la paix en 1979 (RATESE).
Jolie, fille de Jon Voight (LENNAGAD).
Maillet, romancière acadienne.
Verticalement
1- Sœur de Michael Jackson.
20- Épouse de Jean Chrétien.

Ce jeu consiste à remplir les rangées horizontales à l'aide des indications (noms de famille, définitions, personnalités, etc.) et/ou des lettres mélangées se trouvant en regard de chacune d'elles. Chaque case grisée représente une lettre qui est à la fois la dernière lettre d'un prénom ou d'un mot de même orthographe et la première lettre du suivant. Par exemple, dans la rangée 1, le premier prénom à trouver se termine par la lettre E et le suivant débute par cette même lettre.
Les colonnes 1 et 20, lues de haut en bas, donnent chacune un prénom de cinq lettres.

par Jacques Carl Morin
Le jeu des prénoms

Ressources

AIDE SOCIALE

Rendez-vous Centre-Ville
Centre de jour situé au 550, rue Saint-Joseph, Québec
(sous-sol de l'église Saint-Roch, porte verte).
Tél. : (418) 529-2222.

AIDE AUX FEMMES

Violence Info
CSP du Temple, Beauport
Organisme de sensibilisation et de prévention
de la violence conjugale faite aux femmes et
les abus, la négligence envers les personnes
âgées. Tél. : (418) 667-8770.

Centre Femmes d'aujourd'hui :
2480, chemin Sainte-Foy (suite 165), Québec
Tél. : (418) 651-4280

Viol Secours : (418) 522-2120

ALPHABÉTISATION

Atout-Lire
Services en alphabétisation
et en francisation.
Québec. Tél. : (418) 524-9353
Lis-moi tout Limoilou
Services en alphabétisation
Limoilou. Tél. : (418) 647-0159
La Marée des mots
Services en alphabétisation
Beauport. Tél. : (418) 667-1985

ANIMATION ET PLANIFICATION ÉCONOMIQUE

Groupe de recherche en animation
et planification économique (GRAPE) inc.
177, 71e Rue Est, 2e étage
Charlesbourg
Tél. : (418) 522-7356.

DÉFENSE DES DROITS SOCIAUX

ADDS (Association pour la défense des droits sociaux)
301 rue Carillon (Québec)
Tél. : (418) 525-4983

DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE

Centre de crise de Québec
Tél. : 418-688-4240
Centre de prévention du suicide :
(418) 683-4588
Tel-Jeunes : 1-800-263-2266.
Tel-Aide : (418) 686-2433.

ENTRAIDE - THÉRAPIE

Fraternité de l'Épi :
481, de La Salle, Québec
Carrefour de pastoralie en monde ouvrier (CAPMO) :
435, rue du Roi, Québec,
Tél. : (419) 525-6187.

HÉBERGEMENT

Maison de Lauberviére
Pour personnes économiquement défavorisées
et itinérantes. Ouvert 7 jours de 8h à 21h.
401, rue Saint-Paul, Québec.
Tél. : (418) 694-9316.

L'Armée du Salut et La Maison Charlotte
14, côte du Palais, Québec.
Tél. : (418) 692-3956.

Maison Revivre
Hébergement pour hommes.
261, rue Saint-Vallier Ouest, Québec.
Tél. : (418) 523-4343

Le Gîte du Nomade
Hébergement temporaire pour jeunes de 12 à 17 ans.
595, St-François Est, Québec.
Tél. : (418) 521-4483

Les Oeuvres de la Maison Dauphine pour adolescent-e-s et
jeunes adultes de la rue.
Tél. : (418) 694-9616.

REINSÉRTION SOCIALE

En plus de l'hébergement, la YWCA des femmes vous propose
un programme de prévention de l'itinérance et de réin-
sertion sociale pour femmes appelé La Grande Marelle:
855 Avenue Holland, Québec
Tél. : (418) 683-2155

MEUBLES ET VÊTEMENTS

CENTRE OZANAM de la Société Saint-Vincent de Paul
À vendre: Vêtements, meubles, livres, vaisselle, etc...
usagés et en bonne condition.
860, rue du Roi, Québec
Tél. : (418) 522-0880

PROSTITUTION

Projet intervention prostitution Québec (PIPQ)
Tél. : (418) 641-0168.

REPAS

Soupe populaire Haute-Ville
745, Honoré-Mercier, Québec.
Café rencontre Centre-Ville
380, Monseigneur-Gauvreau, Mail Centre-ville, coin rue
St-Joseph, Québec.
Tél. : (418) 640-0915.

SANTÉ MENTALE

Centre communautaire L'Amitié
59, Notre-Dame-des-Anges, Québec
Tél. : (418) 522-0737

La Boussole
Services aux proches
302, 3e Avenue, Québec
Tél. : (418) 523-1502.
Internet: laboussole@bellnet.ca

Maison de transition l'Éclaircie
1100, route de l'Église, Sainte-Foy

OCEAN
Tél. : (418) 522-3352.
Ligne d'intervention : (418) 522-3283

Service d'entraide L'Espoir
171, rue Racine, Loretteville
Tél. : (418) 842-9344.

Relais La Chaumière
850, 3^e Avenue, Québec, G1L 2W9.
Tél. : (418) 529-4064.

Centre d'entraide Emotion
3360, de la Pérade, suite 200
Sainte-Foy (Québec)
Tél. : (418) 682-6070

SUIVI COMMUNAUTAIRE

L'Archipel d'Entraide offre des services de suivi com-
munautaire. Il est aussi connu pour son service Ac-
croche-Toit. Il publie en outre le journal La Quête.
Adresse : 190, rue St-Joseph Est, Québec, G1k 3A7.
Tél. : (418) 649-9145.

TOXICOMANIE

Al-Anon et Alateen (Fraternité)
Terminus 300, rue St-Paul, Québec

Amicale Alfa de Québec, inc.
815, Avenue Joffre, Québec
Tél. : 418-647-1673

Point de Repère
530, rue Saint-Joseph Est
Tél. : (418) 648-8042

TRAVAIL - ATELIER

Vous avez besoin de bannières? L'atelier de concep-
tion et de production de matériel engagé du CAPMO,
PARTICIP'ART, vous offre ses services. Commu-
niquiez avec nous au (418) 525-6187. Resp. : Marie-
Lyne Bouchard.

Le Pavois
3005, 4^e Avenue, 2^e étage, Québec
Tél. : (418) 627-9779.

Solution du jeu du mois dernier...

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	O	R	S	O	N	I	C	O	L	A	S	P	E	N	C	E	R	U	T	H
2	V	I	C	T	O	R	I	A	L	B	E	R	T	H	E	O	D	O	R	E
3	I	B	R	A	H	I	M	O	N	A	U	R	O	R	E	S	T	H	E	R
4	D	I	C	K	E	V	I	N	I	L	E	O	N	A	R	D	O	L	A	V
5	E	M	M	A	N	U	E	L	A	U	R	E	N	C	E	M	I	L	I	E

La richesse de la Capitale-Nationale :



Cette année, le gouvernement du Québec a versé 148 millions \$ dans notre région pour favoriser la croissance de sa plus grande richesse : les enfants.

Ainsi, 111 971 jeunes ont bénéficié du crédit d'impôt remboursable pour le SOUTIEN AUX ENFANTS. En moyenne, à l'échelle du Québec, cette aide représente un montant annuel de 1 375 \$ par enfant*.

* Données de la Régie des rentes du Québec, incluant le supplément pour enfant handicapé. Moyenne établie pour l'ensemble du Québec.



Une fois de plus : mission accomplie !

C'est avec fierté et fébrilité que les coprésidents, **MM. Jacques Alain et Richard Bell**, et les membres du cabinet de la campagne de financement 2006 de Centraide Québec ont dévoilé le résultat de l'opération annuelle. Le total des sommes amassées s'élève à 8 893 168 \$! Il s'agit là d'une augmentation remarquable de 491 263 \$, soit 5,8 %, comparativement au montant recueilli l'an dernier. Cette réussite est, une fois de plus, le fait de milliers de bénévoles et témoigne de l'appui indéfectible de la population, des entreprises et des institutions des régions de Québec et de Chaudière-Appalaches. « **Nous savions que notre objectif de 8 888 888 \$ était ambitieux, mais si la réponse a été aussi incroyable, c'est que tous, individus et organisations, ont compris que les besoins sont toujours là et de plus en plus complexes. Les gens y sont sensibles** », a précisé M. Alain.

M. Bell a, lui aussi, tenu à souligner la générosité de chacun et a rappelé que « **donner est également une façon de s'enrichir, et cela prend tout son sens particulièrement en cette période des Fêtes, où joie, bonheur et solidarité sont à l'honneur. Tous devraient pouvoir partager ces émotions, ces valeurs, et c'est ce à quoi les organismes associés à Centraide Québec s'emploient jour après jour, toute l'année.** »

Au nom des 170 organismes communautaires associés, des quelque 200 000 personnes qui y ont recours chaque année et de toutes celles qui bénéficieront des projets soutenus et des initiatives mises en place par Centraide Québec dans le but d'améliorer les conditions de vie des gens d'ici, merci... Grâce à vous, on fera plus encore !

Merci... Merci... Merci d'être à l'aide des gens d'ici !