



Journal de rue de l'Estrie

L'ITINÉRAIRE VERS LA PROSPÉRITÉ SOCIALE

LA BOUQUINERIE DU ROTARY

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

819 452-2665 | bouquinerie@rotarysherbrooke.org



Environnement
Allons visiter dame nature
PAGE 7



T.a.f.i. & Cie
Une entreprise d'insertion
PAGE 21



La vie lente. Tu laisses derrière toi ta monture, tu t'affales dans le moelleux des fougères et te plais à rêver. Tu rêves d'une vie au ralenti, d'une nouvelle cadence. Tu te demandes à quoi bon toujours courir ... Tu cherches un autre tempo. Sur le chemin du retour, tu vas prendre ton temps, tout ton temps. Tu vas t'arrêter pour écouter les mésanges qui placotent dans le pin parasol, l'enfant qui console son chien, le vieux qui se parle tout seul. Et, le soir venu, tu ouvriras un livre, glisseras dans un poème qui t'emportera loin loin avec lui.

Texte : Pierrette Denault / Photo : Nicole Boisvert

Ensemble pour notre région

76, rue Ozias-Leduc, Sherbrooke
www.caritas-estrie.org

819 566-6345
info@caritas-estrie.org

Les camelots sont des travailleurs autonomes. Ils achètent le journal 2\$ la copie et le revendent 4\$ sur nos points de vente autorisés.

Les pourboires sont acceptés.

POUR TROUVER NOS CAMELOTS

Visitez la page jdrEstrie.ca/le-journal/points-de-vente/ pour connaître l'horaire et les lieux de distribution où ils se trouvent.

Le Journal de rue de l'Estrie est édité par un organisme sans but lucratif. Sa mission est l'intégration sociale et économique de personnes vivant des situations difficiles. Ce périodique est publié 6 fois par année. Le Journal est ouvert à tous et à toutes.

CONSEIL D'ADMINISTRATION

- Luc Breton, président
- Pierrette Denault, vice-présidente
- Suzanne Ménard trésorière et secrétaire
- Olga Renaud, administratrice
- René Guillemette, administrateur

COMITÉ DE PRODUCTION

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

- Directrice et éditrice : Nancy Mongeau
- Directeur adjoint : Gabriel Martin
- Éditrice adjointe: Moika Vaillancourt
- Révisseurs : Frédérique Garain, Suzanne Ménard et Pierrette Denault
- Photographe : Nicole Boisvert
- Chercheuse : Olga Renaud
- Intervenant social : Grégoire-Étienne Saint-Aubin
- Rédacteurs et rédactrices : Nancy Mongeau, Louise Gauthier, Stéphane Duperron, Alain Lamoureux, Gabriel Gascon, Louis B., Mathieu K. Blais, Marc Lavertu, Marie-Eve Benoit, Solidarité populaire de l'Estrie, TROVEP Estrie, Pierrette Denault, Jacques Quintin, Suzanne Drouin, Nicole Beaudet, Sylvie Bonin (ACEF Estrie), Cyn, Alberto Quero, Jean-Michel Ayotte, Bernard Couture, Roger Arbour, Marc Bolduc, Claudia Beauregard (Handi Apte), Gabriel Martin, Luc Breton, François Fouquet (Coopérative funéraire de l'Estrie), Patricia W. Leclerc, Émilie Zenere (Récupex), GRIS Estrie.

Imprimeur : Hebdo Litho
Tirage : 5 000 exemplaires (vendus en Estrie sur la rue par nos valeureux camelots)
Dépot légal : D 23380
ISSN : 1927 - 0925

POUR NOUS JOINDRE

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

En personne : 470, rue Bowen Sud, Sherbrooke
Téléphone : 819 348-0086
Courriel : production@jdrEstrie.ca
SUIVEZ-NOUS
Site web : www.JdrEstrie.ca

SOMMAIRE

Page éditoriale p. 2
Voix libre p. 3 à 6
Environnement..... p. 7
Philosophie p. 8
Chroniquesp. 9, 10 et 18
Culturep. 11 et 13
Livresp. 14
Poésie.....p. 15
Sociétép. 16
Êtres différents pour un monde sans pareil!p. 17
Partenaires d'affaires.....p. 19
Chronique linguistique.....p. 20
Partenaires communautairesp. 21
Divertissementp. 22
Annonces.....p. 12 et 23

Financé par le
gouvernement
du Canada



Être ou ne pas être informé

Nancy Mongeau

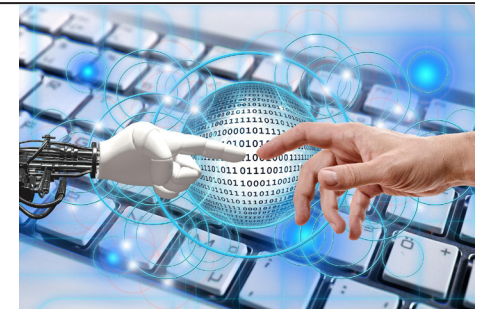
Si nous sommes plus enclins à ouvrir notre ordinateur que le journal durant nos pauses et nos temps libres, qu'advient-il de notre niveau d'information? Il semble plus facile de défiler des vidéos sur les plateformes de réseaux sociaux que de penser à ouvrir le site d'un média reconnu. Pour plusieurs personnes, surtout pour les plus jeunes générations, c'est même un automatisme plus ou moins conscient de surfer quelques fois par jour sur un fil d'actualités qui n'a plus rien à voir avec l'actualité.

Malgré les failles humaines du journalisme, le contenu publié par les médias traditionnels est vérifié par des professionnels formés, ce qui est loin d'être le cas de tout ce qu'on peut lire sur les Internet! Je le sais, vous le savez, mais on se fait tous avoir au moins une fois par la désinformation qui circule sur les réseaux sociaux ou sur des sites de médias non reconnus. Il n'est pas si facile de reconnaître le vrai du faux, surtout quand une partie du faux est composé de faits véridiques. Alors, comment s'y retrouver? Tout d'abord, vérifier sur des sites réputés : médias reconnus, revues scientifiques vérifiées par leurs pairs, sites gouvernementaux. Il est important de s'informer de sources croisées (plusieurs sources fiables différentes qui confirment l'information, faites appel à des spécialistes). Demeurez critique, ne croyez

pas tout d'emblée et méfiez-vous de vos propres biais émotionnels. Il est facile de croire ou d'infirmer sans validation des nouvelles qui touchent directement nos valeurs.

Que réserve l'avenir?

Je me demande parfois comment les jeunes pourront s'informer convenablement depuis que Meta a banni les médias canadiens de ses réseaux. Adolescente, je me souciais bien peu des nouvelles, mais on recevait le journal régional dans le Publisac et mes parents écoutaient le téléjournal. J'étais donc constamment mise en contact avec des médias reconnus. Or, on ne distribue plus les journaux par la poste (ou si peu), les chaînes de télévision conventionnelles sont mises de côté au profit des chaînes web de diffusion.



Consulter les plateformes journalistiques réputées si on ne les connaît pas sera difficile.

On peut bien sûr se poser la question : est-ce important d'être informé ou veut-on simplement se divertir une fois la dure journée de travail terminée? Il s'agit certes de ses propres intérêts, mais pas seulement. La sagesse d'un peuple passe par la connaissance de son histoire et de son environnement. Que souhaitons-nous pour les prochaines générations et pour l'avenir de notre nation? À nous de choisir et d'agir.

« Être informé, c'est être libre » – René Lévesque

Devenez membre!

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

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

Nom : _____

✉ : _____

@ : _____

☎ : _____

Signature : _____

Vos coordonnées seront ajoutées à notre liste de membres afin de vous envoyer votre reçu de charité, des invitations et autres communications. À tout moment, vous pourrez demander le retrait ou apporter des modifications en communiquant avec nous : 819 348-0086 ou infos@jdrEstrie.ca

Faites votre don!



J'appuie la cause du Journal de rue.

- 25 \$ 50 \$ 75 \$
 100 \$ 200 \$ _____ \$

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

Par don en ligne : jdrEstrie.ca/donner

Nous émettons un reçu fiscal pour tout don de 25 \$ et plus.

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

L'habit ne fait pas le moine

Louise Gauthier, camelot du Journal de rue

Effectivement, l'habit ne fait pas le moine. Ce n'est pas parce que nous ne nous habillons pas avec des vêtements crottés et trouvés que nous ne vivons pas dans la pauvreté.

Il ne faut surtout pas se fier aux apparences, souvent les gens ont des préjugés face à ça. Il faut bien qu'il y ait un minimum de propreté, étant donné que nous, les camelots, travaillons avec le public.

Un jour, pendant que je vendais le Journal de rue, il y a un client qui m'a dit : « En tout cas, tu es pas mal trop belle pour vendre le Journal de rue! » Puis, il est parti en voiture. Ou bien encore, il y a une dame qui m'a déjà dit : « Tu ne peux pas être dans la rue, tu es trop belle! » Personnellement, je ne vois pas le rapport entre le fait d'être bien mise et la pauvreté. Ce n'est pas parce que le journal porte le nom Journal de rue de l'Estrie, que nous sommes nécessairement dans

la rue! Pourtant, plusieurs pensent que c'est le cas. Parfois, ça peut arriver, mais souvent, nous vendons le journal pour nous sortir de la misère et payer nos choses.

Je voudrais dire aussi que nous ne faisons pas de bénévolat, chaque camelot vend le journal pour ses propres besoins. Charles et moi vendons le journal pour nous nourrir et nous habiller, car nous ne pouvons pas aller dans les ressources d'aide alimentaire à cause des allergies de Charles. Peu importe notre vécu, si nous sommes camelots, c'est qu'il y a une raison derrière.

Alors merci de nous encourager, ça fait chaud au cœur!



Louise Gauthier, camelot du Journal de rue © Nancy Mongeau, JRE

Le pendule, un allié méconnu

Stéphane Duperron, camelot du Journal de rue

Au même titre que la boussole pour les explorateurs et le sextant pour les marins, le pendule, bien utilisé, peut, entre autres, nous guider dans la prise de bonnes décisions dans la vie de tous les jours.

Il interagit avec le champ électromagnétique de la personne qui le tient. L'énergie émane de notre plexus solaire, monte vers le haut, se scinde en deux au-dessus de notre tête pour former deux arcs de cercle, descend jusqu'à la plante des pieds, reforme deux arcs pour revenir au milieu et remonter vers le plexus. Cette énergie est divine et contient de l'infor-

mation. Le pendule permet d'y accéder en lisant, en la décodant.

Tout d'abord, trouvons un pendule avec lequel nous sommes connectés. Soit dit en passant, nous pouvons le fabriquer soi-même, à partir de ce que nous avons à la maison. Nos grands-mères utilisaient une aiguille et du fil à coudre. Une vis, un écrou avec un lacet. La longueur

de la corde doit être d'une quinzaine de centimètres. Vérifiez la connexion. Demandez-lui comment il répond oui et comment il répond non, puis observez les oscillations. S'il réagit, vous êtes fin prêt.

Posez les bonnes questions avant de poser un geste, quel qu'il soit. Je vous conseille ou vous recommande de demander si le résultat sera positif, de cette façon, nous nous assurons que nos vies, notre quotidien va de bon train. De cette façon, même si nous sommes extrêmement tentés, nous évitons l'achat d'un citron ou d'une demeure remplie de vices cachés. Travailler avec le pendule n'est pas de la sorcellerie comme le prétendent certains. L'usage du pendule est à des fins personnelles, il ne sert pas à découvrir des choses intimes ou personnelles sur l'autre (informations générales, mais rien sur le statut civil, si la personne a des enfants ou non). On peut consulter le pendule pour savoir si l'investissement est positif (est-ce que je fais bien d'acquérir une maison ou une voiture?) Le pendule peut servir à la prise de certaines décisions lorsqu'on est face à un dilemme.

Avertissement

La chronique de notre camelot rapporte des informations provenant d'une croyance spirituelle répandue dans plusieurs cultures à travers le monde et non de faits prouvés scientifiquement. Nous suggérons aux lecteurs de demeurer critique quant à l'utilisation d'outils de divination et de s'en remettre à leur bon jugement pour la prise de décision importante dans leur vie. Rien ne vaut l'accompagnement professionnel d'une aide thérapeutique si vous vivez des problèmes personnels et avez besoin d'aide pour y voir plus clair.

Il existe plusieurs méthodes pour le purifier et le recharger, celle que je préconise est de passer votre pendule sous l'eau courante et par la suite, le plonger dans un verre d'eau pour une nuit pour le recharger. Après ce temps écoulé, prenez votre pendule et passez-le dans de la fumée de sauge blanche pour le purifier.

En résumé, le pendule peut nous aider à nous positionner dans la gestion de prise de décisions concernant nos vies et n'est pas conçu et ne peut jeter de sort à autrui. Plus vous porterez votre pendule, plus il absorbera votre énergie et sera de plus en plus précis.

Bonne radiesthésie les amis.



Chemin de vie, chemin d'espoir

Alain Lamoureux

Mes premiers pas, je les fais avec le poids de mon hérité et de ma génétique. Je foule le sol de mon environnement familial. Déjà, j'apprends à me tenir debout. Je me modèle aux influences de mes parents, de mes proches et de ceux qui croisent ma route. J'apprends à marcher, à sauter, à courir, à danser avec les événements. Je me forge une personnalité. Je me dessine une armure de protection pour contrer les embûches à rencontrer. Dans mon baluchon, j'ai déjà tout ce qu'il me faut pour agir et réagir. Les habitudes me sécurisent.

Parcourant ces nouvelles routes, je marche, je m'accueille, je me rencontre, je m'appivoise, je marche et je prends conscience qu'au-delà des habitudes et des servitudes, toujours mes rêves, mes aspirations et mes intuitions sont là. Je marche, et je marche encore mon Chemin de vie, pour découvrir à l'intérieur de moi ce qui donne du sens et de la valeur à ma vie.

Aujourd'hui encore, je marche, je suis heureux. Je vois, j'entends, je goûte, je sens et je touche à ce qu'il y a de plus

important. Aimer. Aimer faire le pas, celui qui me fait avancer. Aimer faire le pas, vers l'autre. C'est celui qui me fait aimer chausser mes souliers et marcher mon Chemin.

Faire autrement m'assure de vivre des occasions différentes. Notre chemin de vie est une expérience qu'il faut marcher pas à pas. Il n'y a pas de chemin sans obstacle. Les contrariétés ont ceci d'intéressant qu'elles me font me questionner sur l'important d'abord. C'est souvent dans les détours que l'on



rencontre l'opportunité. C'est dans l'adversité que l'on trouve le courage d'avancer. « S'il n'y a pas de difficultés, il n'y a pas de progrès. » — Une citation de courage de Frederick Douglass. « Par mes actions, je fais ma marque, je pose mon empreinte, je laisse une trace ».

Prendre conscience que nos habitudes de vie participent à nous donner notre

réalité. La vie mérite qu'on s'y engage. Il n'y a jamais de mauvaises décisions, que de nouvelles expériences, que de nouvelles connaissances, pour une conscience agrandit.

Tu es la personne la plus importante qui soit.

Schizophrène sans antonymes, Recueil de poésie d'Anthony Thibault

Gabriel Gascon

Avec l'été qui foisonne de vie et de diversité rejaillies, j'aimerais partager ma découverte d'il y a quelques mois déjà. Découverte culturelle de l'arrondissement de Brompton, lors d'un lancement de livre qui a eu lieu un peu avant le solstice d'hiver, en décembre passé.

En effet, c'est avec émerveillement que j'ai assisté au lancement du livre d'Anthony Thibault, qui nous faisait une lecture slamée de son cru, en direct de l'ancienne Forge, à Bromptonville, mercredi le 6 décembre passé. J'étais tellement fier d'y être, pour célébrer Anthony et son parcours avec la littérature. Découvrir le monde de l'auteur m'a donné l'envie d'ajouter une critique. La soirée aurait mérité une animation pour présenter le jeune poète. Alors voici ce qu'on aurait pu entendre pour le présenter alors que l'esprit était à la célébration.

« Mesdames et Messieurs, l'Anthony, fier de partager ce talent de l'humour des mots, nous fera tantôt sourire de surprise, tant le coup de théâtre est abonné à chacun des coups de crayon. Tantôt, il nous fera aussi rire de ses petits chagrins joyeux, malgré les thèmes sombres tirés de son vécu ardu. Le tout dans une langue ancienne et profondément intelligente, tellement

les expressions qu'il agence sont d'une originalité mystérieuse, totalement pure laine. »

Et, pour clôturer son slam, on aurait pu entendre commenter ou lire en critique : « On pouvait tous et toutes ressentir ces concepts que tu exprimes avec justesse dans une maîtrise exceptionnellement innovante du langage québécois. Avec un humour qui berce notre cœur d'enfant autant que notre cœur d'adulte, je me suis senti rejoint par diverses facettes de ta réalité. Je ne savais pas à quel point les expressions et les mots pouvaient danser et se marier... ni combien de nouveaux sens au parler tu pouvais créer avec des images successives, parfois multiples à chaque ligne, et qui ô combien transforment littéralement l'atmosphère en un parler si franc, franchement.»

Une soif qui ne s'éteint pas rapidement, car on en redemande, encore et encore.

« Mon p'tit Hulk, calme ta colère
T'es pas tout seul sur la Terre
Faut juste que tu sois meilleur
qu'hier
Que ton cœur soit d'émeraude et
non de pierre »

(Thibault, 2023, p.31, v.9-12)

Si j'ai piqué votre curiosité avec mon commentaire de lecture, et que vous aimeriez vous étendre au soleil, cet été, en profitant d'une lecture divertissante et enrichissante, vous pouvez vous procurer *Schizophrène sans antonymes* - un recueil de poésie percutant - pour la modique somme de vingt dollars auprès d'Anthony, par l'intermédiaire de Gabriel Gascon ou en avisant l'intervenant social du Journal de rue : j'irai vous chercher une copie de son recueil!



Geneviève HÉBERT
DÉPUTÉE DE SAINT-FRANÇOIS
(Brompton, Fleurimont, Lennoxville - MRC de Coaticook)

«Connaitre, Aimer, Servir»

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

373, rue King Est, bureau 230-B
Sherbrooke (QC) J1G 1B4

ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

La chronique *Les artères de mon cœur* est une autofiction historique : ce récit mêlant la fiction et l'autobiographie de l'auteur rapporte des éléments historiques véridiques au sujet de noms de rue à Sherbrooke.

Les artères de mon cœur

Mathieu K. Blais

La rue Wellington nous rappelle le souvenir d'Arthur Wellesley, premier duc de Wellington.

Personnellement, elle me rappelle l'haleine avinée du proprio du Juke Box où l'on accourait pour s'acheter le dernier album pirate de Nirvana.

Elle me rappelle aussi la fumée réconfortante des cigarettes que l'on grillait en série au Presse Boutique Café en écrivant nos premiers poèmes à l'aide d'un dictionnaire des synonymes.

La rue Wellington me rappelle surtout l'asphalte mouillé de pluie et scintillant sous les lampadaires à la sortie des bars où l'on avait dansé n'importe comment en espérant tomber en amour avec n'importe qui.

Personne ne s'en souvient, mais le duc de Wellington reçoit ce titre en 1815 après avoir vaincu Napoléon, notamment à la bataille de Waterloo, ville de Belgique et chanson qui permet au groupe ABBA de remporter en 1974 le concours de l'Eurovision.

Personne ne s'en souvient non plus, mais il y avait un *bouncer* au bar Les Graffitis et que tout le monde appelait Kiwi, oiseau-emblème de la Nouvelle-Zélande dont la capitale n'est nul autre que Wellington.

Pour le duc de Wellington, il y a un avant et un après Waterloo. Sa victoire contre Napoléon propulsera sa carrière. Il sera tour à tour ambassadeur en France, commandant en chef de l'armée britannique puis premier ministre du Royaume-Uni.

Pour nous, il y a un avant et un après Isabelle Bolduc. Son enlèvement à la sortie d'un bar en 1996 a changé à jamais la couleur de la nuit. Avant d'être sauvagement assassinée, elle souriait en nous servant des pichets de bière à six dollars au bar Chez Ronnie devenu aujourd'hui le restaurant Subway.

Tous ceux qui ont côtoyé le duc de Wellington s'entendaient pour dire qu'il



était antipathique, obstiné et hautain. De même, il avait une physionomie ingrate : traits prononcés, regard éteint, visage oblong et émâcié. Somme toute, il était aussi laid et détestable que la rue qui porte son nom et sur laquelle j'ai habité trois logements différents.

L'un d'eux était situé en haut des Marches du Palais. En plus des eaux usées, la tuyauterie de l'immeuble canalisait la

musique du bar. L'oreille collée au drain de l'évier, j'assistais à tous les spectacles sans payer.

Les bars de ma jeunesse ont été remplacés par des ruines qui n'attirent pas les touristes, contrairement à celles que l'on retrouve en Grèce, dont le célèbre Théâtre de Dionysos, dieu du vin et de l'ivresse. Durant toute ma vingtaine, j'ai voué un culte à cette divinité, Dionysos.

Le Phare dans ma nuit

L'équipe du Journal de rue de l'Estrie, en collaboration avec Louis B.

Un après-midi au bureau, le téléphone sonne. Au bout du fil attend un homme souhaitant ardemment laisser un témoignage pour une personne très importante au Journal. Petite conversation et questionnaire s'ensuivent et une invitation est lancée à venir nous rencontrer.

Le 9 avril dernier, la visite prévue se présente à nos locaux et nous faisons la connaissance de Louis. Comme il est d'habitude, l'intervenant s'informe sur le parcours de Louis, d'où il vient, ce qu'il fait, quel est son lien avec le Journal, l'organisme. Nous apprenons rapidement qu'il s'agit d'un ancien élève de notre chère Pierrette Denault et qu'il désire par-dessus tout lui faire savoir à quel point leur rencontre à l'École primaire Saint-Jean Baptiste Pavillon Sainte-Marie a été significative pour lui.

L'admiration envers l'ex-enseignante devient évidente lorsque Louis nous parle de son passage à l'École, lieu qui était pour lui un refuge, une protection contre un milieu difficile et de sa

rencontre avec madame Denault qui lui a enseigné en 4^e et en 6^e année. Au fil de notre échange, on comprend rapidement à quel point l'élève de jadis a été marqué par le travail et le dévouement de Pierrette Denault. « Pierrette est comme un phare, me guidant au travers de mes questions d'enfant, de mes craintes, de mes incompréhensions. Je suis tellement heureux de l'avoir eu comme institutrice. Elle est plus qu'une prof, elle est, comme une richesse », relate Louis avec émotion.

L'anniversaire de Pierrette Denault ayant eu lieu en mai dernier, il était primordial pour monsieur Louis de souligner la marque qu'elle a laissée dans sa vie. Nous sommes fiers d'avoir pu lui permettre d'offrir un tel hommage mérité.

SERVICE INFO-AIDANT
1 855 8 LAPPUI
 infoaidant@lappuiestrie.org

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS D'AINÉS
 ESTRIE

www.lappui.org

Écoute téléphonique
 Aide courriel
 Test de grossesse
 Aide au choix

GRATUIT & CONFIDENTIEL

SOS 30 ANS
grossesse
 — estrie —

Une grossesse imprévue t'inquiète?
819 822-1181 SosGrossesseEstrie.qc.ca

Technicien interprète pour élèves vivant avec une surdité

Marc Lavertu

L'interprète pour personne vivant avec une surdité peut travailler dans deux domaines différents. Il y a le domaine social/communautaire (rendez-vous chez le médecin, à la banque pour l'achat d'une maison ou pendant des réunions, etc.). Rappelez-vous le fameux médaillon au bas de l'écran lors des conférences de presse du gouvernement pendant la pandémie. Il y a aussi le domaine scolaire qui permet aux élèves qui bénéficient des services de l'interprète d'accéder à l'information auditive.

Ma formation

Maintenant à l'emploi du Centre de services scolaires des Sommets, je suis devenu interprète il y a quinze ans, en suivant le même scénario que plusieurs autres collègues de la région. On veut d'abord être interprète en langue des signes québécoise (LSQ). Ça nous attire, les signes. On les apprend à Sherbrooke. Comme la LSQ est une langue, elle exige de bien construire nos phrases. Pour le vocabulaire, ça va avec l'utilisation. J'ai également suivi le programme d'un certificat offert à l'UQAM, il y a de ça quelques années. Maintenant, l'institution offre une majeure en interprétation. Preuve que la profession évolue.

Plusieurs jeunes ont aussi besoin d'un interprète oral. La formation en

interprétation orale, disponible au Québec, est offerte par VisèME. On a ajouté une corde de plus à notre arc en s'offrant cette formation - un effort de groupe à même nos budgets en formation,

Mon rôle à l'école

Mon quotidien consiste d'abord à interpréter les cours auxquels l'élève assiste. Les temps libres servent à la préparation. J'aime lire d'avance les manuels et les exercices qui seront travaillés. Ainsi, je peux avoir une bonne idée de ce que dira le prof. C'est beaucoup moins stressant pour moi et j'ai plus d'énergie pour interpréter. N'oubliez pas que j'écoute le prof, j'analyse son message, je prends des décisions, et finalement, je livre le message à l'élève vivant avec une surdité.

Après, c'est là que mon rôle change un peu : si les difficultés de l'élève sont plus importantes et que le prof est occupé avec d'autres, je vais aider mon élève qui n'est pas en mesure d'accomplir sa tâche en situation d'apprentissage. Je vais donc rester près de lui pour lui expliquer une seconde fois avec d'autres mots pour aider la compréhension. Après, c'est à l'élève de faire sa part en travaillant le plus fort possible. Si les problèmes ne sont pas liés directement aux apprentissages ou à un besoin de soutien dans le développement de ses habiletés sociales en lien avec sa perte auditive, on reste là, bienveillant, en attendant que l'élève soit disponible pour travailler. On le guide, on sert de modèle.

J'ai un travail fantastique!



Marc Lavertu, auteur et interprète en langue des signes québécoise, exprime ici « Ce livre est excellent ! » © Marc Lavertu

Dans ses temps libres, Marc Lavertu écrit. C'est dans l'écriture, dit-il, qu'il sort son petit côté un peu fou. Son dernier roman intitulé « 16 » a été lancé en mai 2024. C'est l'histoire d'une jeune fille accompagnée de ses 15 clones lors d'une journée d'école.

La Chaudronnée de l'Estrie inc.



Soupe populaire

34 035 repas servis l'an dernier,
une hausse de 23,7%.

1336 personnes ont eu recours
à nos services.

**Il faut lutter contre la pauvreté
pour mettre fin aux inégalités.**

Pour plus d'information ou un don,
visitez le www.chaudronweb.org



Allons visiter dame nature!

Marie-Eve Benoit – Action Saint-François

La nature offre, à qui s’y adonne, les plus beaux spectacles de la vie, du fait qu’elle regorge d’espèces fauniques et floristiques merveilleuses et intrigantes. Elle nous offre aussi des paysages à couper le souffle et des forêts qui ne manquent pas d’oxygène... Voilà de bonnes raisons d’orienter vos activités dans la nature.

Si vous êtes en quête d’aventure et de moments agréables inoubliables, de nombreux milieux naturels avec des sentiers aménagés permettant de faire des randonnées pédestres et cyclistes, sont à votre disposition en Estrie. De plus, si vous avez le temps, vous pouvez y observer la faune et la flore, en apprendre davantage sur la biodiversité environnante et contempler des endroits enchanteurs avec des vues panoramiques. Voici quelques milieux naturels à visiter :

Le Parc écoforestier de Johnville; le Marais de la Rivière-aux-Cerises à Magog; le Mont Pinnacle au cœur du parc Harold F. Baldwin, ainsi que le Parc de la Gorge à Coaticook; la Vallée heureuse du Mont Élan à Westbury; les Monts Stoke et le Mont Chapman à

Stoke; le bois Beckett, la base de plein air André-Nadeau et le Marais Réal-D. Carbonneau à Sherbrooke, etc. Surtout, n’oubliez pas votre citronnelle !

Qui dit excursion en nature, dit grande dépense d’énergie. Il peut s’avérer difficile de ne pas s’arrêter dans les restaurants pour manger ou se rafraîchir lors d’une journée active en plein air. Si vous aimez la nature, pourquoi ne pas rendre visite aux artisans de production alimentaire locaux ou aux restaurateurs et restauratrices qui sont plus écoresponsables que d’autres, à défaut de prévoir un repas maison pour emporter ?

Encourageons local et soyons écoresponsables tout en profitant des merveilles de l’environnement.



Des croissants nordiques (papillons de la famille des Nymphalidae), au marais de la Rivière-aux-Cerises © Marie-Eve Benoit, Action Saint-François

Marche pour le climat

Source : Solidarité populaire de l’Estrie et la Table ronde des organismes volontaires d’éducation populaire (Trovecp) de l’Estrie

Justice climatique Estrie organise cette année encore une grande manifestation pour le climat dans la foulée de la campagne mondiale *Friday for Future*. L’événement se déroulera à Sherbrooke, le 27 septembre.

Pourquoi se mobiliser?

Cinq ans après les mobilisations historiques de septembre 2019, alors que les catastrophes naturelles se multiplient et ont des répercussions de manière démesurée sur les personnes qui ont contribué le moins aux changements

climatiques, force est de constater que les gouvernements n’ont toujours pas pris de mesures sérieuses et nécessaires pour préserver la vie sur Terre.

Pour une transition juste et solidaire et écologique

Nous vous invitons à vous mobiliser massivement le 27 septembre, notamment pour une manifestation régionale à Sherbrooke, afin de contribuer à la construction d’un rapport de force et d’obliger les gouvernements à prioriser le bien commun plutôt que les intérêts des grandes entreprises qui profitent de l’exploitation du vivant.

Nous avons notre force collective, notre espoir et notre colère pour nous organiser et rendre le changement inévitable. Plus d’informations sont disponibles sur les pages Facebook de Solidarité populaire de l’Estrie et de la Table ronde des organismes volontaires d’Éducation populaire de l’Estrie.



Se pourrait-il que nous soyons trop informés?

Jacques Quintin, philosophe

Nous vivons dans un monde où règne l'information. On ne cesse de nous rabattre les oreilles que nous devons nous informer : nous ne le serions jamais assez. On va jusqu'à définir l'être humain comme un cerveau, voire une machine, qui effectue, sans répit, un traitement d'informations.

Il faut se rappeler que les grandes décisions de nos vies ne reposent que partiellement sur des connaissances; l'autre partie relève de notre manière d'imaginer la suite des choses selon nos rêves les plus fous. Si la masse des informations et la qualité de nos connaissances sont une condition nécessaire, il convient de reconnaître qu'elles sont insuffisantes.

La distinction entre l'information et la connaissance est importante, mais il manque l'essentiel : la différence, établie par le philosophe Kant, entre la connaissance et la pensée. Si la connaissance se rapporte au monde des phénomènes que nous pouvons objectiver, mesurer et quantifier, la pensée, pour sa part, est liée aux questions de sens, comme le souci de la Beauté, le sens du Bien, l'idée du Bonheur, le mystère de la Liberté. Ce sont ces questions de sens qui nous

font vivre, mais qui exigent un travail d'interprétation. Cela implique que nos idées claires et distinctes, comme le pensait Descartes, ne garantissent pas la vérité. Le risque est grand de passer à côté de la complexité de la condition humaine, qui est toujours accompagnée de questions souvent sans réponses.

Les connaissances sont utiles à nos vies pratiques. Sans toutes ces connaissances, nous n'aurions pas de ponts, de moyens de transport, de médicaments, d'Internet, ni de portables. Mais lorsque vient le temps de réfléchir à leur présence dans nos vies, cela relève du jugement, c'est-à-dire de la pensée. Si réduire nos connaissances à une accumulation d'informations entraîne un effet délétère, alors, juger la qualité d'une pensée à une quantité de connaissances représente le nouveau péril qui menace l'être humain.

Penser, c'est se rendre attentif au surgissement des grandes questions enfouies dans la vie quotidienne. Lorsque vient le temps de penser notre présence au monde, le bonheur, la mort, la souffrance, la pauvreté, nous n'avons pas besoin d'hypothèse explicative ou d'une accumulation de données. La pensée est un dialogue avec toutes ces questions de fond, qui, avouons-le, sont sans fond. Autrefois, l'être humain s'interrogeait sur sa place dans l'univers, tandis que maintenant, il conviendrait qu'il se questionne sur la valeur du monde techno-scientifique dans sa vie.

En ce sens, les gens ont raison de dire que penser, c'est lourd. Nous ne pouvons pas penser sans prendre sur soi tout le poids du monde, c'est-à-dire l'univers dans sa totalité. Par conséquent, la qualité de la pensée se mesure à la lenteur qu'elle induit. Nous ne pouvons pas penser



sans prendre son temps, sans ralentir le pas. C'est dans le retard que la pensée révèle ses vertus. Dans ce cas, toutes ces machines intelligentes qui accélèrent le rythme perturbent la temporalité propre à la pensée : perdre son temps.

Régime canadien de soins dentaires

Pierrette Denault

D'entrée de jeu, une évidence : les soins dentaires sont des soins de santé. Alors personne ne devrait avoir à choisir entre sa qualité de vie ou payer ses factures. C'est pourtant le lot de plusieurs personnes à faible ou moyen revenu. Saviez-vous que, selon le Gouvernement du Canada, un Canadien sur trois déclarait, en 2022, avoir évité de consulter un professionnel de la santé dentaire pour des raisons financières? Une situation malheureuse qui devrait s'atténuer depuis le 18 décembre 2023. En effet, une solution s'offre à eux : le gouvernement du Canada a mis sur pied un nouveau Régime canadien de soins dentaires (RCSD) financé publiquement. Son but : réduire les coûts des soins dentaires.

Qui est admissible au programme?

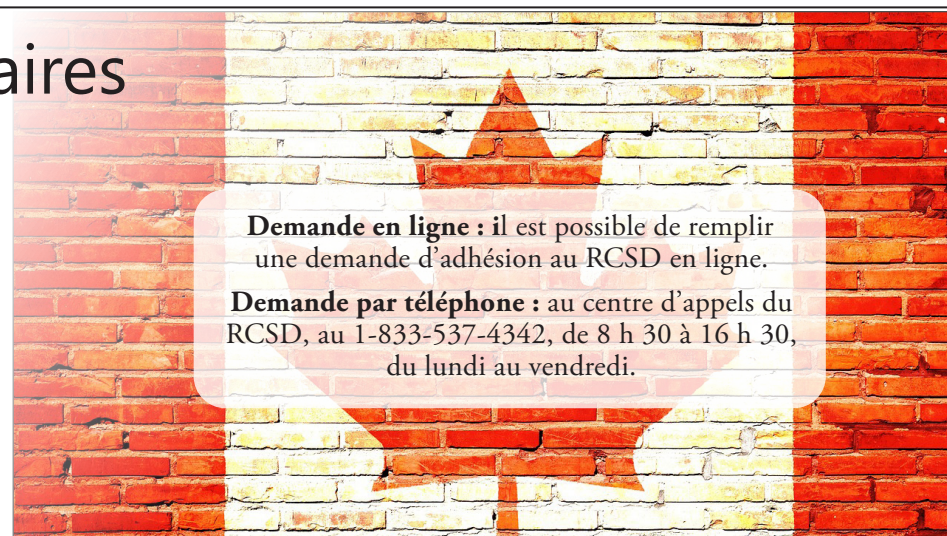
Le programme s'installe graduellement par tranches d'âge. Déjà à la mi-décembre 2023, plus de 400 000 demandes de la part de personnes âgées avaient été approuvées par Service Canada. Depuis mai 2024, le programme est ouvert aux aînés admissibles de 65 ans et plus. Il suffit de soumettre sa demande d'adhésion.

Trois conditions requises

Pour être admissible au RCSD, une personne doit respecter les trois critères suivants : gagner un revenu familial net

rajusté inférieur à 90 000 \$ par année, résider au Canada aux fins de l'impôt et avoir rempli une déclaration de revenus pour l'année précédente

De plus, cette personne ne doit pas avoir accès à une couverture dentaire fournie par l'employeur d'une personne de sa famille; ni provenant d'une organisation professionnelle ou étudiante; ni être associée à une pension ou à celle d'une personne de sa famille; ni être souscrite individuellement ou par le biais d'une compagnie d'assurance.



Demande en ligne : il est possible de remplir une demande d'adhésion au RCSD en ligne.

Demande par téléphone : au centre d'appels du RCSD, au 1-833-537-4342, de 8 h 30 à 16 h 30, du lundi au vendredi.

Depuis le 27 juin 2024, les individus de **moins de 18 ans** et ceux âgés de 18 et 64 ans qui détiennent un certificat valide lié au crédit d'impôt pour les **personnes handicapées** peuvent également s'inscrire au RCSD.

Qu'est-ce qui sera couvert?

Voici, à titre d'exemple, une liste incomplète des couvertures. Parmi les services de base : examens, radiographies, détartrage, etc. Parmi les services majeurs : installation et enlèvement

de pivots, réparation de couronnes, remplacement de dents manquantes, extraction chirurgicale, etc. Attention! Le RCSD ne remboursera pas les frais au complet! Votre quote-part sera établie en fonction de votre revenu net familial rajusté.

La santé buccodentaire est un droit fondamental de la personne. Au final, on estime que 9 millions de Canadiens parmi les groupes plus vulnérables auront accès au programme. Espérons que le RCSD contribuera à aplanir l'inégalité tangible face aux coûts faramineux des soins dentaires.

Helen Keller, célèbre sourde et aveugle

Suzanne Drouin

Née le 27 juin 1880, Helen était en parfaite santé. En février 1882, vers l'âge d'un an et demi, Helen est brusquement coupée du reste du monde et de ses parents. Elle devient sourde et aveugle à la suite d'une maladie. Selon les sources, le diagnostic diffère entre la congestion pulmonaire et la scarlatine. Dans le livre *L'histoire de ma vie Helen Keller*, on attribue la cause de la cécité et de la surdité d'Helen à une congestion pulmonaire à l'âge de 18 mois, terme populaire aujourd'hui appelé AVC (accident vasculaire cérébral) alors que dans le livre *La métamorphose d'Hélène Keller* on impute ses handicaps à la scarlatine. Bien que sourde et aveugle, Helen n'était muette que par manque d'entraînement à parler, ce qu'elle a pu corriger par la suite.

En 1886, à Tuscumbia, États-Unis

À l'âge de 6 ans, pour contrer la cécité et la surdité d'Helen, ses parents, désespérés, ont fait appel à une éducatrice, Ann Mansfield Sullivan, elle-même partiellement aveugle. Helen faisait des crises de colère dues à son incapacité à communiquer.

Helen Keller, sourde et aveugle, est reconnue à travers le monde pour avoir milité pour le droit de vote des femmes et pour ses conférences en faveur de la reconnaissance et de l'aide aux personnes handicapées.

Étant donné que les efforts d'Ann étaient compromis par les parents d'Helen, l'éducatrice a demandé à vivre

seule avec son élève. Elle s'est installée dans une maisonnette derrière la maison principale. On lui avait octroyé deux semaines pour réussir. Ses parents pouvaient la voir pourvu qu'Helen ne le sache pas.

Inlassablement, Ann a répété des mots dans la main d'Helen, espérant que celle-ci fasse des liens entre les objets et les mots. À force de répétitions, l'éclair est apparu. Helen a fait le lien entre les lettres e-a-u et l'eau du puits. Par la suite, elle a demandé comment écrire tous les objets autour d'elle. Elle utilisait le toucher pour se faire comprendre.

Reconnaisances sociales

Helen Keller a été reconnue pour son courage face à l'adversité. Non

seulement elle a réussi à s'extirper d'un destin improbable, mais elle a également fait des études d'abord au collège puis à l'Université Radcliffe en lettres, équivalent féminin de Harvard. Helen Keller est reconnue à travers le monde pour tout ce qu'elle a fait et l'impact positif de sa vie sur les autres. Elle a écrit une dizaine de romans. Son autobiographie a inspiré la pièce de théâtre *Miracle en Alabama* (*The Miracle Worker*) (1960), puis un film du même nom en 1962. Elle a été intronisée post-mortem au Temple de la renommée des femmes en 1973 (national — États-Unis) et en 2006 (Connecticut).

De 1903 à 1960, Helen Keller a été une femme extraordinaire. Elle a exercé son talent dans tous les sens : elle a livré des discours sur le droit de vote des femmes,



Helen avec son éducatrice, Ann Mansfield Sullivan, en juillet 1888. ©Membre de la famille de Thaxter P. Spencer, qui fait maintenant partie des collections spéciales R. Stanton Avery, à la New England Historic Genealogical Society.

le droit des sourds et aveugles. Elle a milité pour la paix, elle a été militante politique, oratrice, essayiste et linguiste. Elle a fondé l'*American Civil Liberties Union* et l'organisation *Helen Keller International* en 1915 qui sont tous deux toujours en fonction. Helen s'est éteinte le 1^{er} juin 1968 paisiblement dans son sommeil à l'âge de 87 ans.

Le 2-1-1 vous aide à trouver les ressources et services dont vous avez besoin.

- Aide alimentaire et matérielle
- Logement
- Emploi et revenu
- Santé mentale
- Services gouvernementaux...

Le 2-1-1 est là pour vous.

211

- ☎ 2-1-1
- 💻 211quebecregions.ca
- 💬 Clavardage en ligne

ON rêve
À NOTRE PREMIER
MARATHON

ON aime
LE TEMPS EN FAMILLE

ON a hâte
À LA RETRAITE

#EtOnCélèbreAussi
NosOrigines

ON SE
ressemble
+
QU'ON PENSE

Actons interculturelles
Sherbrooke
Québec
Canada

Pour y voir + clair...

Égalité salariale
Un salaire = pour un même travail.

Équité salariale
Un salaire = pour un travail différent, mais équivalent.

cime
CENTRE D'INTÉGRATION
AU MARCHÉ DE L'EMPLOI

www.cime-emploi.com
elisas@cime-emploi
819 446-3779

La mémoire

Nicole Beaudet

Je ne sais pas si c'est mon avancée en âge, mais mon intérêt pour la mémoire prend de l'importance. Je souhaite lui conserver le maximum de ses habiletés. Je crois ne pas être la seule à porter ce désir, alors je partage avec vous certaines connaissances glanées au fil du temps qui peuvent être utiles.

Qui n'a pas entendu, un peu comme une fatalité, des affirmations telles que : « La mémoire est une faculté qui oublie. », « On ne retient que 10 % de ce qu'on apprend ou seulement 20 % de ce qu'on lit. » Je ne me prononce pas sur ces affirmations, mais elles peuvent être relativisées.

On peut définir la mémoire comme une fonction qui nous permet d'intégrer, de conserver et de restituer des informations pour interagir avec notre environnement. On peut dire que c'est une des fonctions de base du cerveau.

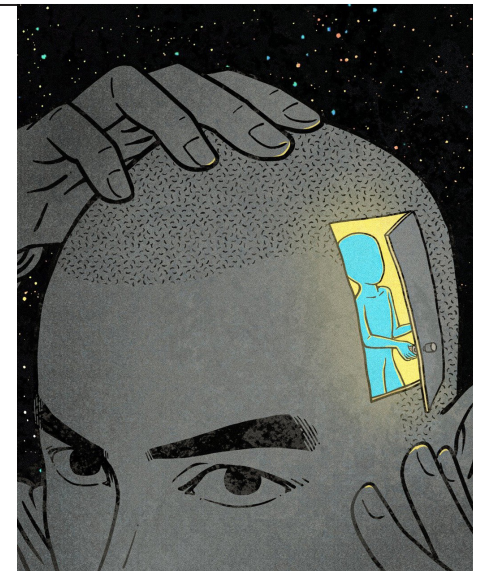
Il y a deux types de mémoire. La mémoire à court terme, soit la mémoire de travail, qui porte sur les événements récents et qui permet de les retenir sur une courte période. Quant à la mémoire à long

terme, elle a pour fonction de stocker les informations pour une durée illimitée. Sa capacité est immense. Elle englobe la mémoire des faits récents toujours en traitement ainsi que celle des souvenirs consolidés. Ce processus comprend trois fonctions : l'encodage (traitement de l'information venant des sens), le stockage (consolidation et maintien dans la durée de l'information apprise ou suffisamment répétée) et le rappel (récupération qui permet d'extraire une information de la mémoire en temps opportun). Quatre facteurs influent sur ces processus : notre degré d'attention, notre intérêt, notre état émotionnel et notre environnement.

À partir de ces informations de base, on peut voir que les affirmations notées

au début peuvent facilement être relativisées. Elles nous incitent à penser qu'il est possible d'améliorer non pas la mémoire, mais plutôt les processus qui lui permettent de fonctionner.

La suggestion la plus importante à ce sujet nous invite à augmenter notre réserve cognitive, c'est-à-dire la capacité du cerveau à se maintenir actif. Plusieurs activités sont possibles, mais il est important qu'elles soient amusantes, variées et motivantes. Voici quelques exemples d'activités : lire, écrire et étudier, s'adonner à des jeux de mots et de chiffres, à des jeux de société, des jeux vidéo, tenter de résoudre des problèmes logiques et mathématiques.



Bref, nous connaissons tous sans le nommer ainsi « l'effet de porte »; cette variation du contexte qui fait qu'on a oublié ce qu'on allait chercher ou faire quand on passe d'une pièce à une autre. Dès qu'on revient sur nos pas, le délice se fait automatiquement. Ce n'est donc pas une difficulté de mémoire, mais un effet de contexte.

Rassurant, n'est-ce pas?

Les piqueniques de mon enfance

Pierrette Denault

Autrefois au Parc Victoria de Sherbrooke, les familles du quartier est se donnaient rendez-vous pour piqueniquer.

À la fin de l'été, les oncles et les tantes se donnent rendez-vous pour la rencontre traditionnelle de la famille élargie. Les autos arrivent par grappes : les cousines Grenier montent des États, les cousins Picotte descendent de Granby et le reste de la famille quitte les avenues du quartier Est de Sherbrooke. Direction : le Parc Victoria, où résident des orignaux, des lamas, et surtout... un ours polaire. On l'a surnommé Teddy Bear. Il a l'air malheureux comme les pierres dans sa fourrure jaunâtre cotonneuse qui dégage une odeur pestilentielle. Nous, on préfère l'eau froide de la barboteuse, les balançoires et la musique enlevante de l'orphéon. Mais rien ne bat l'heure du piquenique. Sur des courtèpointes défraîchies, nos mères ont étendu les nappes carreautes rouge et blanc. Des paniers en osier, elles ont sorti des montagnes de sandwiches au baloney, au Kam et au concombre. Nos pères ont extirpé des coffres d'auto des glacières au ventre bombé. Dedans, des pots de Kool-Aid au raisin, des Molson bien froides, des bouteilles de Pepsi et un contenant de crème fleurette pour le shortcake aux framboises de ma tante Thérèse – son mari prétend que c'est le meilleur

au pays et tout le monde l'approuve, certains allant même jusqu'à réclamer une deuxième portion!

Quand je repense à ces parenthèses champêtres au Parc Victoria, tous les parfums de l'été me reviennent en mémoire : l'odeur des arbres, celle de l'herbe tendre, du Noxzéma, des relents du houblon et des boissons gazeuses. Ça sent le bonheur!



Pierrette Denault

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...

Deux adresses à Sherbrooke
151, rue Bowen Sud
1555, rue Dunant
Tél. : 819 569-5336

Dons acceptés 7 jours / 7
comptoirfamilialdesherbrooke.com

LE COMPTOIR FAMILIAL DE SHERBROOKE

ÊTRE DES NÔTRES, UN CHOIX VALORISANT!

Des outils pour acheter une auto sans le regretter

Sylvie Bonin, Association coopérative d'économie familiale de l'Estrie

L'Association coopérative d'économie familiale de l'Estrie a produit des outils pour acheter une auto sans le regretter. Un guide complet de 36 pages a été produit, visant à accompagner la population à travers toutes les étapes de l'achat d'une voiture : de l'évaluation du budget à l'acquisition du véhicule.

Le guide met aussi la population en garde contre de nombreux problèmes et abus que des consommateurs ont vécus lors de la signature de leur contrat d'achat d'auto. À titre d'exemple, un usager de l'organisme a acheté une voiture pour 8 990 \$ mais, avec un taux d'intérêt de 29 % et certains autres frais et garanties ajoutés sans informer le consommateur, le coût total de la voiture s'est élevé à 27 400 \$, soit plus de 3 fois le prix initial.

Une courte brochure de sensibilisation a aussi été produite. Se voulant plus facile d'accès, celle-ci met de l'avant l'impact d'un taux d'intérêt élevé sur le prix final, offre une grille d'évaluation du coût final de la voiture et présente

brièvement différentes étapes pour bien se préparer à l'achat d'une voiture.

De plus, ces deux documents ont été traduits en anglais, en espagnol, en arabe, en dari et en swahili. Ces langues ont été choisies sous la recommandation de plusieurs intervenantes travaillant auprès des populations immigrantes en Estrie, et ont été déterminées comme étant celles représentant le plus un besoin au sein de la communauté estrienne. Les personnes ayant récemment immigré au Québec sont à haut risque de se surendetter lors de l'achat d'une voiture, puisqu'elles n'ont pas encore de dossier de crédit. Elles tendent donc à se retrouver avec des taux d'intérêt beaucoup plus élevés sur l'emprunt.



L'ACEF Estrie a produit des guides d'achat d'auto traduits en cinq langues
© Andreas 160578, de Pixabay

À rappeler qu'il est presque impossible d'annuler un contrat d'achat pour une voiture et que les recours possibles sont longs et difficiles si la personne se rend compte après avoir signé que des éléments dans le contrat n'avaient pas été discutés et ont été inclus sans son accord. D'où l'importance du projet de

sensibilisation, qui vise à conscientiser la population et à prévenir des situations de surendettement.

Les outils sont disponibles sur le site web de l'ACEF (acefestrie.ca/achat-dune-automobile) ainsi qu'en format papier dans les bureaux de l'organisme.

Évelyne Beaudin

Mairesse de Sherbrooke

mairie@sherbrooke.ca

819 823-8000

Ville de
Sherbrooke



Consomme la bonne information

Élixir

Elixir travaille à réduire les conséquences négatives liées aux différentes dépendances actuelles chez les femmes de 16 ans et plus de l'Estrie.

Substances psychoactives (alcool, cannabis, vape, médicaments, MDMA, etc.)
Jeux de hasard et d'argent
Cyberdépendance



info@elixir.qc.ca | 819 562-5771 | [f](#) Élixir | [@](#) elixir_halte | [g+](#) elixir_jeunesse
www.elixir.qc.ca

FIER PARTENAIRE DU
JOURNAL DE RUE



SOLUTION CIMEX

Unis contre les punaises de lit et autres parasites.

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


TRAITEMENT À LA VAPEUR


TRAITEMENT PAR CONGÉLATION


 DÉTECTION CANINE


TRAITEMENT THERMIQUE

**PROTOCOLE D'INTERVENTION SÉCURITAIRE
PRODUITS APPROUVÉS ET HOMOLOGUÉS
TECHNICIENS QUALIFIÉS**

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

 FOURNISSEUR MEMBRE

 FOURNISSEUR MEMBRE

 FIER MEMBRE

 PERMIS ÉMIS PAR LE MINISTÈRE DU DÉVELOPPEMENT DURABLE, DE L'ENVIRONNEMENT ET DE LA LUTTE CONTRE LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES

SHERBROOKE **819 200-5332**
WWW.SOLUTION**CIMEX**.COM



CINÉMA *en plein air*

Consultez la programmation complète
sherbrooke.ca/cinema-plein-air



Cinéma en plein air

Revoyez vos classiques. Réservez vos vendredis (sauf pour *Migration* qui sera un samedi).

Les films commencent à la brunante. Gratuit.

En voici quelques-uns, mais il y en a d'autres présentés dans plusieurs parcs sherbrookoïses.

Parc Jules-Richard :
ÉLÉMENTAIRE (2 août)

Parc Arthur Tardif :
CRUELLA (9 août)

Parc Mi-Vallon :
ALADDIN (16 août)

Parc de la Plage-Municipale :
MIGRATION (24 août)

Parc du Villageois :
WONKA (6 septembre)

Parc Victoria :
HÔTEL TRANSYLVANIE
TRANSFORMANIE (6 septembre)



Hon. Marie-Claude
Bibeau | DÉPUTÉE
COMPTON
STANSTEAD
M.P.

**MINISTRE DU REVENU NATIONAL
MINISTER OF NATIONAL REVENUE**

BUREAU DE CIRCONSCRIPTION | RIDING OFFICE
175 Queen, #204, Sherbrooke, QC J1M 1K1
819 347-2598

INFO@MCBIBEAU.CA | MCBIBEAU.CA
[f](#) [t](#) [@](#) MCLAUDEBIBEAU

**ON aime
LES 5 À 7 IMPROVISÉS**

**ON trippe
SUR LA POUTINE
DU COIN**

**ON défend
NOTRE PLANÈTE**

#EtOnRêveAussi
EnTroisLangues



**ON SE
ressemble
+
QU'ON PENSE**






Raïs Kibonge

Conseiller municipal
Lac-des-Nations

rais.kibonge@sherbrooke.ca
819 993-4468



« Je travaille à la qualité
de votre milieu de vie! »



Députée fédérale
de Sherbrooke

**Élisabeth
Brière**

1650, rue King Ouest
Bureau M-10
Sherbrooke
(819) 564-4200
elisabeth.briere@parl.gc.ca



— FESTIVAL —
DES TRADITIONS
DU MONDE
— DE SHERBROOKE —



**14 au 18
août**

27^E ÉDITION • PARC QUINTAL • FTMS.CA

100 SPECTACLES ET ACTIVITÉS
GASTRONOMIE & EXPOSANTS



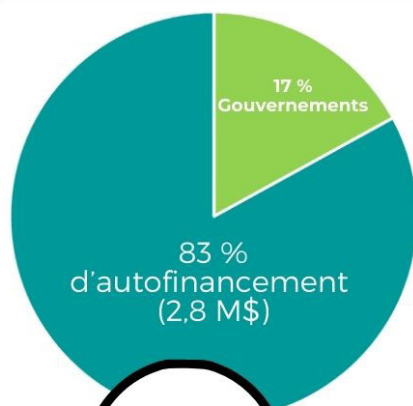
← DÉCOUVREZ LA PROGRAMMATION



Tous les jours, chaque semaine, toute l'année

www.moissonestrie.com

Notre financement



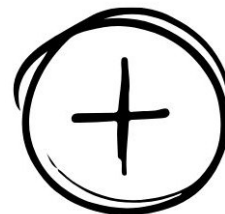
*Saviez-vous que pour
chaque 1 \$ donné à
Moisson Estrie, nous
arrivons à redistribuer
des denrées d'une
valeur de 14 \$?*

1 257 689 KG
de denrées récoltées
chez + de 72 fournisseurs



Valeur marchande
redistribuée
15,6 M\$

Nous redistribuons
à + de
60 ORGANISMES
communautaires
en Estrie



18 468
dépannages
alimentaires
remis directement

ENSEMBLE, DONNONS du **COEUR...** aux **VENTRES**

Corbeau, pas toujours signe de mauvais présage

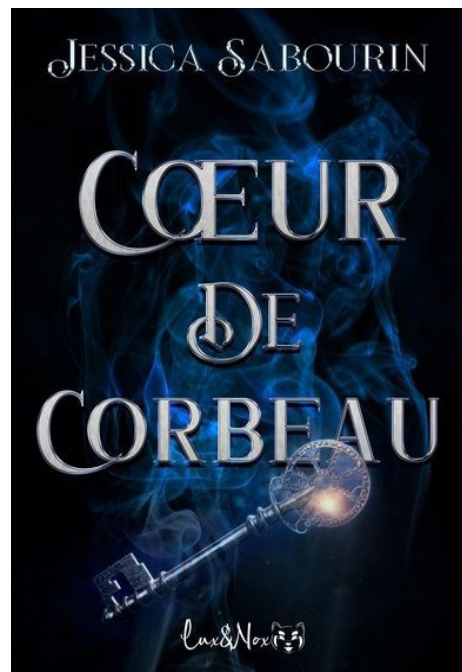
Cyn

***Cœur de corbeau*, le tout premier roman de Jessica Sabourin, une auteure sherbrookoise, à être publié, mais de loin le premier qu'elle écrit, nous plonge dans l'univers d'un personnage sombre et malveillant.**

Le protagoniste de ce récit nous fait mettre de côté nos valeurs morales, démontrant un certain charme et une vulnérabilité désarmante malgré les horreurs dont il est capable. La détresse qu'il ressent face à la vie nous pousse à tourner les pages l'une après l'autre pour en découvrir toujours plus. Tout comme Claire, nous sommes captivés par Leroy, en venant même à ressentir de la compassion pour ce personnage au passé trouble et aux agissements que tous craignent pourtant.

Cet ouvrage est un incontournable pour les amoureux de la *dark romance* (romance « interdite » — relations immorales ou illégitimes). Fidèle au thème, la jeune femme s'éprend du vilain de l'histoire, nous poussant à l'apprécier nous aussi.

J'ai adoré me plonger dans les sombres pensées de Leroy Coulombe, explorer son côté cruel, désespéré, qui contraste avec son besoin inassouvi de tendresse. Ce personnage, nous l'aimons et nous le détestons tout à la fois. Nous voulons le sauver et le laisser se perdre. Il est le mal que nous espérons voir se teinter de lumière au doux contact de Claire.



Jessica Sabourin, une auteure originaire de Sherbrooke © Éditions Lux&Nox

Le personnage de Claire Sirois vient quant à lui nous faire réfléchir sur cette facette de sa personnalité qui est de voir le bien en chaque être. Une femme au grand cœur qui accorde un peu trop facilement et rapidement sa confiance, quitte à se brûler au passage...

Avec ses mots et son imagination, Jessica nous entraîne dans cette aventure à la fois romantique et maléfique où elle s'inspire du conte de Barbe Bleue pour nous faire vivre toutes sortes d'émotions contradictoires. Et c'est ce qui est plaisant; se permettre de vivre cette expérience et de s'évader dans un monde totalement différent de la réalité, se mettre dans la peau de ces personnages que nous verrions d'une tout autre façon s'ils existaient bel et bien dans la vie de tous les jours. Qui plus est, l'histoire est écrite du point de vue du méchant.

Je recommande cette lecture à tous les amoureux de romance, de mystère et de *Shadow daddy*, ces hommes imaginaires diaboliques qui font rêver les lectrices avec leur personnalité aussi sombre que leurs cheveux!

Comme une lettre d'amour

Pierrette Denault

Ils sont nombreux à avoir écrit sur la petite ou grande noirceur apportée dans leur vie par un changement de classe. Pensons entre autres à Annie Ernaux (*La place*), Édouard Louis (*Qui a tué mon père*), Lori Saint-Martin (*Pour qui je me prends*) et à la journaliste Noémie Halioua (*Les uns contre les autres*). En avril dernier, Jean-Philippe Pleau ajoutait son nom à la liste en faisant paraître *Rue Duplessis* chez Lux.

L'auteur

Pleau est sociologue, il anime depuis 2021 l'émission *Réfléchir à voix haute* sur les ondes de Radio-Canada. De 2010 à 2021, il y a coanimé avec le regretté Serge Bouchard l'émission *C'est fou*. Rien ne le destinait à ce trajet professionnel. L'auteur a grandi à Drummondville entre un père analphabète et une mère à peine scolarisée. Il y a tout un clash entre le monde où il navigue maintenant et son milieu d'origine. Il a toujours ce sentiment d'être assis entre deux chaises. Il est ce qu'on appelle un transfuge de classe.

Qu'est-ce qu'un transfuge de classe?

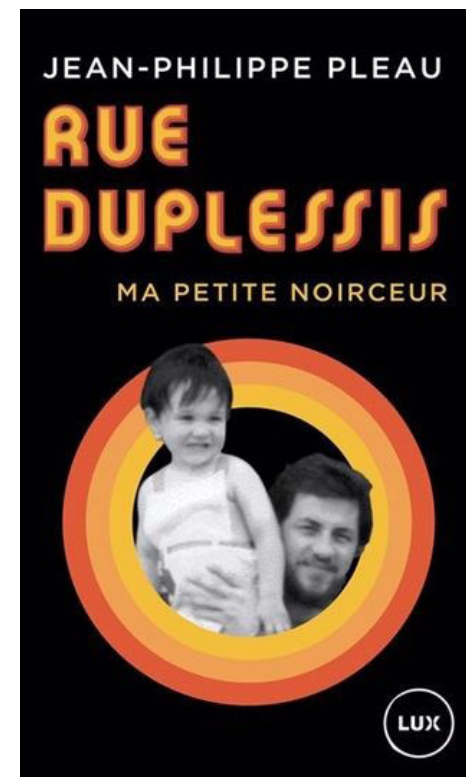
Selon Google, le terme désigne un individu ayant vécu un changement de milieu social au cours de sa vie. Le concept a été forgé par la philosophe Chantal Jaquet. En France, on emploie aussi le terme transclasse. Le récit de transfuge peut se résumer, selon Véron et Abiven, par un « récit écrit par un individu ayant connu une forte mobilité sociale ascendante. Il cherche à inventer un récit de soi qui soit aussi un récit social. »

Deux visions

Pleau ne cherche surtout pas à régler ses comptes. Il partage son inconfort.



Jean-Philippe Pleau est sociologue, animateur et auteur © Joannie Lafrenière, source : Facebook de Jean-Philippe Pleau



Sa famille immédiate et la famille élargie se moquent, le snobent : il ne parle plus comme eux, est cultivé, s'est embourgeoisé. On voit bien dans son récit qu'il éprouve un sentiment de trahison. Ses valeurs ne sont plus tout à fait celles de sa famille. Son identité n'est plus la même. Il éprouve parfois de la honte, ne veut pourtant pas trahir les siens. Toutefois, cette mise en scène de deux mondes sociaux vise une certaine réconciliation. On peut percevoir son intention. L'auteur cherche à annuler la tension qui l'opprime... il veut faire la paix entre ces deux mondes qui l'habitent. D'autres aspects de sa vie sont abordés dans le texte : l'hypocondrie, l'homophobie, la xénophobie.

L'écriture

Parsemé de concepts sociologiques (on n'échappe pas à sa formation!), *Rue Duplessis* se lit comme un roman. Dans une entrevue accordée au Devoir, Pleau précise ceci : « C'était très important de faire entrer dans mon livre, [...] la langue de mes parents pour que les gens issus de mon milieu puissent se reconnaître, mais qu'ils puissent aussi le lire ». Pari réussi.

Au fil du temps

Alberto Quero

À qui appartiendront
la vitesse
ou les instants qui gèlent
si personne ne veut rien attendre?
On ne le saura peut-être jamais

Marée inachevable
ou tour altissime
sur un chemin
qui jamais ne cesse.

Qui voudra vivre
dans les endroits invisibles,
là où les siècles s'arrêtent?
On ne veut plus exister
on a perdu l'ombre
et l'ancre.

Comment décrire
l'instant
qui n'est pas encore arrivé,
si on n'a faim que d'anesthésie
et de répétition,
faim de bruit
et d'étroitesse ?

On choisit le manque
et le vide
parce qu'on a oublié
le nom des anges anciens.

Il ne reste que des mots transparents,
auxquels on n'accorde aucun poids.

Un rêve compliqué

Bernard Couture

Une déferlante de sentiment obscure
Paralyse la conscience de l'humanité
Plus aucun interdit à l'atrocité
Une inélégante époque chaotique
Plusieurs mois déjà que tout se complique

Épuisé de vivre la peur au quotidien
Personne n'a le désir d'être en enfer
Recroquevillé dans son refuge
Prisonnier d'un cauchemard sans éveil
Plusieurs mois déjà que tout se complique

Insensible aux malheurs d'autrui
Oublie les conséquences et fais ton devoir
Parole malintentionnée de militaire
La guerre que de la malpropreté
Plusieurs mois déjà que tout se complique

Rêver à la paix, une réalité altérée
Croire à un lieu qui n'existe pas
Demain ce jour qui n'arrivera jamais
Aujourd'hui il n'y a que la guerre
Une guerre inhumaine qui se complique

Le grand pin

Dom Jean-Michel Ayotte

À mes branches cassées brisées par leur passé
Me reste la prière pour dernière infirmière
Me reste mes souliers pour user le plancher
En courant de travers lorsque c'est nécessaire

À mon cœur encombré rouillé par les années
Me reste le désert pour unique adversaire
Me reste qu'un été que j'avais oublié
Il passa en éclair et redevint poussière

À ma cime esseulée criant la liberté
Me reste un air sévère que j'essaie de distraire
Me reste à demander d'où vient le vent des blés
Il souffle à ma crinière les nuits que je vénère

À mes fleurs retrouvées que j'eusse abandonnées
Que nos itinéraires par bonheur se croisèrent
Soyez bien acceptées au grand banquet des fées
Jardiniers, jardinières sauront bien vous complaire

Mon vœu le plus cordial

Roger Arbour

En ces temps que l'on dit moroses
Il n'est pas facile de trouver la vie rose
Je me suis dit pourquoi
Ne pas composer en prose

Afin d'éviter nécroses, névroses et psychoses
À la fois futiles, inutiles et même nuisibles
Ne serait-ce pas grandiose
Si mes paroles et les vôtres
Chacune à tour de rôle
Pouvaient remplir ce rôle
Ça rendrait la vie plus viable
Nos rencontres seraient plus conviviales

De tout mon cœur
C'est mon vœu le plus cordial.

L'estime de soi Ou comment s'apprécier à sa juste valeur?

Marc Bolduc, psychologue

L'estime de soi est l'évaluation que nous faisons de nous-mêmes, de nos compétences, de nos capacités, de notre propre valeur en tant qu'individu. L'estime de soi influence la manière dont nous nous voyons, comment nous interagissons avec les autres et le monde qui nous entoure.

Malheureusement, l'estime de soi est déformée chez la plupart des personnes. C'est une distorsion de la réalité, dans certains cas assez globale, la plupart du temps sur certains aspects spécifiques.

Je pense que nous avons tous au fond de nous-mêmes ce manque de réalisme sur notre valeur et nos capacités. C'est notre tendance à mettre la barre tellement haute que nous sommes tous un peu frustrés et déçus de ne pas atteindre ces standards. Notre tendance à nous comparer à des personnes mieux avantagées atténue notre estime de soi.

L'origine du manque d'estime?

L'estime de soi peut être influencée par de nombreux facteurs : l'environnement familial, les expériences de vie, les interactions sociales, les succès et les échecs, ainsi que les messages et les normes culturelles.

Pourquoi certaines personnes ayant une faible estime de soi ont besoin de dire tout haut qu'elles manquent de confiance en elles ?

Elles cherchent souvent à être rassurées, à être réconfortées. En montrant ses lacunes, la personne s'attend que l'autre lui démontre que ce n'est pas vrai. Mais le soulagement n'est évidemment que temporaire, car curieusement, quand on valorise la personne, elle a du mal à reconnaître ses bons coups, ses qualités.

Il est nécessaire que ce regard de soi positif vienne de soi et que l'on apprenne à s'apprécier à sa juste valeur.

L'estime de soi, comment la renforcer ?

1- Éviter de se comparer

Inévitablement on va se comparer à des personnes que l'on considère tellement mieux que soi!



2- Identifier et remplacer les pensées négatives

Avoir un regard plus lucide et réel sur nos capacités, nos talents, nos qualités.

3- Se fixer des objectifs réalistes et réalisables

Définir des objectifs réalistes et atteignables, puis travailler à les réaliser. Les petites victoires renforcent progressivement notre estime de soi.

4- Se concentrer sur ses forces et ses réussites

Identifier ses forces et ses réalisations, peu importe leur importance. Reconnaître

ses succès plutôt que de se centrer sur ses échecs.

5- Pratiquer l'affirmation de soi

Apprendre à exprimer ses besoins, opinions et désirs de manière respectueuse. Savoir se défendre de manière constructive peut renforcer son sentiment de valeur personnelle.

6- Cultiver des relations positives

S'entourer de personnes qui nous soutiennent, nous encouragent et nous valorisent. Les relations positives renforcent notre estime de soi et aident à se sentir accepté et aimé.

L'étude CentrÉS pour une ville plus saine et plus équitable

L'étude CentrÉS pour une ville plus saine et plus équitable

Source : Université de Sherbrooke

L'étude CentrÉS, qui porte sur l'environnement physique et social des quartiers de Sherbrooke et la santé des jeunes, est en période de recrutement. Nous visons recruter 500 résidents et résidentes de Sherbrooke âgés entre 16 et 30 ans pour compléter un questionnaire en ligne ou en personne.

Basée à l'Université de Sherbrooke, l'équipe de recherche s'intéresse entre autres à la façon dont les jeunes adultes perçoivent leur quartier et les grands changements en cours à Sherbrooke, comme la revitalisation du centre-ville, et le lien avec leur santé et leur bien-être. L'étude vise à mieux comprendre les enjeux de santé propres aux jeunes adultes en lien avec l'aménagement urbain de manière à y répondre dans une perspective de promotion de la santé et ainsi faire de Sherbrooke une ville plus saine et plus équitable! Les personnes intéressées peuvent trouver le questionnaire sur le web : ca.plgn.app/centres/start

Consulter les jeunes adultes pour documenter les enjeux, mais aussi les forces du milieu

Dans l'étude CentrÉS, on s'intéresse spécifiquement aux jeunes adultes pour plusieurs raisons. D'une part, c'est un groupe d'âge qui a tendance à être peu considéré comme un groupe d'intérêt en santé publique, et ce malgré le fait que la période de jeune adulte en est une de transition durant laquelle de nombreux changements s'opèrent au niveau social (éducation, logement, emploi) et de la santé (comportements de santé, santé mentale).

D'autre part, certains groupes de jeunes adultes sont souvent exclus de la prise de décision au niveau local et même de cer-

tains espaces dans les villes, voire même des espaces publics. Donc, avec l'étude CentrÉS, on cherche à faire plus de place aux jeunes adultes de tous horizons et on les invite à s'exprimer sur des thématiques qui pourraient affecter leur quotidien et leur vie dans les années à venir.

Participation à l'étude

L'étude CentrÉS se déroule sur une période de six ans et comporte plusieurs phases ; ce qui va nous permettre d'évaluer les effets de l'environnement physique et social des quartiers et des grandes transformations comme la revitalisation de certains secteurs sur la santé et les inégalités sociales de santé à court et moyen terme.

La participation des jeunes adultes de tous les quartiers de Sherbrooke et de tous horizons socio-économiques et ethno-culturels est importante. Elle va nous permettre d'obtenir des résultats qui représentent bien la diversité de la population de jeunes adultes dans la ville. Le sondage prend environ 20 à 30 minutes à compléter et nous offrons une carte-cadeau en guise de compensation.

Concrètement, les résultats nous permettront de développer des interventions pour promouvoir la santé des jeunes adultes et pour s'assurer que l'aménagement de la ville de Sherbrooke et de son centre-ville se fasse au bénéfice de tous et toutes.

Cette chronique est commanditée par
Action Handicap Estrie

Tendre la main, quand la vie bascule...

Claudia Beauregard, présidente du conseil d'administration d'Handi Apte



Le handicap peut survenir à la naissance, à la suite d'un accident de la route ou de travail, d'un mauvais pas entraînant une chute lors d'une activité, d'un accident vasculaire cérébral (AVC) ou être causé par une maladie invalidante comme le diabète. Bref, cela pourrait aussi vous arriver! Ces situations entraînent des limitations de mobilité, une incapacité à s'alimenter, à se laver, à aller à la toilette, à sortir d'un fauteuil roulant ou pire, du lit! Bien que la gravité des difficultés varie d'une personne à l'autre, l'aide externe est nécessaire. Depuis 1981, Handi Apte travaille au maintien à domicile des personnes handicapées physiques résidentes de Sherbrooke et favorise leur participation sociale afin d'améliorer leur qualité de vie, et ce, qu'importe leur âge.

L'après-midi du jeudi 6 juin dernier, à l'occasion de la Semaine québécoise des personnes handicapées, notre organisme communautaire tenait la deuxième édition de l'événement « En route vers l'accessibilité universelle par Handi Apte », au parc Jacques-Cartier. La collaboration de nos précieux partenaires, soit la Ville de Sherbrooke, la Société de transport de Sherbrooke et le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie, ainsi que les 14 associations participantes ont donné davantage de sens à cette journée de visibilité et de sensibilisation.

Hé oui! En 2024, il demeure essentiel de sensibiliser les conseillères et conseillers municipaux, les députées et les ou députés provinciaux et fédéraux autant que la population sherbrookoise à la réalité des personnes handicapées. Certes, elles rencontrent encore des défis mais, avec l'aide d'une personne ou d'adaptations de l'environnement, elles réussissent à vivre à domicile, à poursuivre des études, à travailler ou faire du bénévolat et à participer aux activités culturelles, éducatives, gastronomiques ou de divertissement accessible.

Comme nous, toutes ces associations placent la personne handicapée en premier : Action Handicap Estrie, l'Association de spina-bifida et d'hydrocéphalie de l'Estrie, l'Association des Accidentés Cérébro-vasculaires et Traumatismes crâniens de l'Estrie, Dagobert et Cie, l'Association des personnes handicapées visuelles de l'Estrie, l'Association des

sourds de l'Estrie, l'Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs Estrie, l'Association de Sherbrooke pour la déficience intellectuelle, l'Association du Syndrome de Down, la Clinique universitaire de réadaptation de l'Estrie, Aqua-sport adapté Estrie, le Conseil Sport Loisir de l'Estrie, le Club plein air biathlon Estrie et le club d'escrime Sher-Lames Puisqu'ensemble on va plus loin, cet événement leur offrait une opportunité de réseautage.

Pour les visiteurs des kiosques, c'était l'occasion de défaire des préjugés et de découvrir les services offerts aux per-

sonnes dont la vie a basculé et comporte de multiples défis. Parmi les activités proposées par Handi Apte, se déplacer en fauteuil roulant permettait de réaliser que cela demande force et coordination. Quant à être guidé par la voix comme une personne non voyante, il est clair que cela exige de la concentration. Accepter le handicap, c'est faire face à sa vulnérabilité avec résilience, et surtout, beaucoup de patience.

Pour s'impliquer

Vous souhaitez améliorer le quotidien des personnes handicapées physiques,

briser leur isolement et participer à leur intégration dans la société? Il vous suffit, d'avoir du temps (l'horaire est flexible), d'être respectueux, ponctuel et capable de développer des liens complices. Tendre la main à l'un ou l'autre de nos 209 membres, c'est facile : composez le 819 562-8877, poste 0.

Au plaisir de bientôt vous accueillir parmi nos bénévoles ou préposées et préposés en soutien à domicile! Sinon, venez échanger avec nous lors du prochain « En route vers l'accessibilité universelle par Handi Apte », en juin 2025!

Cette page est une présentation d' et de ses 22 membres pour la promotion des intérêts et de la défense des droits des personnes handicapées en Estrie.

Serpents et échelles

Luc Breton

Le jeu *Serpents et échelles* est la parfaite métaphore des mouvements de ma vie : des errances, des défaites, des progrès professionnels, et surtout, ma longue et lente quête me permettant d'acquérir un calme intérieur relatif. Mais voilà que les serpents me terrifient et j'ai le vertige dans les échelles. Avant d'être sur mon « X », pour emprunter l'expression populaire, j'ai longtemps occupé la case zéro. Je n'ai pas alterné du statut de héros à zéro ni de celui de zéro à héros, mais j'ai composé avec les serpents et les échelles pendant plus de 70 ans. La beauté quand on prend de l'âge, c'est cette capacité et ce privilège de regarder derrière soi, de se féliciter d'avoir affronté les aléas de la vie et d'avoir franchi les étapes de notre progression personnelle vers la connaissance de soi.

Les *échelles* de ma vie ont surtout été des femmes. Des femmes qui voyaient en moi un potentiel que j'ignorais. Des femmes qui m'ont fait découvrir mes talents en communication, qui m'ont poussé vers l'écriture, qui m'ont guidé vers des avenues insoupçonnées. Même si certaines relations de travail se sont terminées dans des conditions d'incompréhension dues à des facteurs externes parfois, à des incompatibilités d'autres fois, il en est toujours resté une leçon de vie. Par manque d'estime personnelle, à une époque, j'ai aussi joué le rôle de valet pour certaines, croyant que cela était le maximum que je pouvais offrir.

Les *serpents*, spécialistes du camouflage et de la sournoiserie, représentent la dégringolade. Ces humains-serpents minent notre confiance, jalourent nos progrès, nous tirent vers le bas. Ils mettent l'accent sur nos points faibles, nous fragilisent et espèrent une emprise sur notre personne. Ces gens se logent dans nos familles, au travail, dans certains cercles d'activités culturelles ou sportives et sont parfois même des conjoints. Ils sont de tous les métiers et de tout âge. Paradoxalement, leurs magouilles peuvent avoir pour effet de nous pousser sur la bonne voie, celle qui nous est destinée, et quitter le zéro pour le « X ».



Le jeu *Serpents et échelles* n'a cependant pas le pouvoir de nous rajeunir en enlevant des années au compteur, mais il représente un bon exercice pour nous rappeler que la vie est comme la marée des océans qui monte et redescend avec une puissance variable.

La question qui tue

Les jeux de société constituent un miroir amusant pour observer nos comportements. Quand vous participez

à ces jeux, quels sont les traits de votre personnalité qui se révèlent davantage? Susceptibilité, stratégie, spontanéité, combativité, *poker face*, performance, domination, un perdant frustré, dupé, un emportement ou un grand livre ouvert?

La question qui énerve

Ces comportements se retrouvent-ils dans d'autres sphères de votre vie?

Site de rencontre, volet 2 Mais à quel prix mesdames !

Patricia W. Leclerc

Dating.com, classé numéro un. C'est simple : vous achetez des crédits! 29,99 \$ offrent 160 crédits. Parle, jase, un *pop-up*, on clique, et nous voilà classés. Première position, les populaires : ils sont beaux, riches et demeurent à travers le monde entier. Cependant, les populaires ne payent pas.

Moi, je suis classée reine, en deuxième position, je paye. Avantage : être vue par les populaires. Une heure passe, les 160 crédits sont épuisés. Le lendemain, le coût augmente : 224,00 \$ allouent 160 crédits. Je ne discute qu'avec deux personnes, sachant que je ne débourserais pas davantage. Je pose des questions sur la véracité des hommes avec qui j'interagis. Au producteur de films de New York : quel est ton nom de famille? Suite à une recherche sur Internet, nada, et il a même fait une faute d'orthographe dans son nom. À l'entrepreneur de gratte-ciel de New York, je demande une photo de son bureau de travail : c'est une petite pièce blanche séparée avec des tissus blancs. Le site ne demande aucune confirmation des dires de ces hommes.

Pour les autres, voici comment devenir populaire ; sur une période de trois mois, vous devrez :

- 1 - Répondre à 80 % des lettres reçues : 10 crédits par lettre
- 2 - Répondre à 90 % des messages en direct par tranche de 10 minutes : 1,45 \$ la minute.
- 3 - Répondre à 80 % des messages non-directs par tranche de 20 minutes : 1,45 \$ la minute.
- 4 - PR (transmettre des messages à des inconnus), 20 messages toutes les 24 heures et répondre : 1,45 \$ la minute.
- 5 - Deux envois uniques vers plusieurs personnes à chaque semaine : 10 crédits.



Patricia-Wellington Leclerc



6 - Passer minimum 8 heures par semaine sur le site : \$\$\$\$\$.

Je fais le calcul. Je reçois par jour, entre 100 et 150 lettres et messages non-directs. Ce qui représente 12 K\$ en trois mois. Sans compter les messages directs, le PR et les réponses des envois uniques. Bien que la durée de mon profil n'ait été que de deux jours, des tonnes de demandes n'ont cessé d'entrer.

Voici un exemple d'une personne arnaquée. Une femme a déboursé 1500 \$ suite à une période d'abonnement de cinq jours. Elle est devenue totalement dépendante. L'homme lui promet mer et monde, alors elle dépense : des téléphones, des vêtements, des parfums et plus, selon le nombre de minutes en

ligne dans un espace-temps. Les arnaqueurs sont charmeurs, disent des mots doux, ainsi, ils tiennent leur victime en laisse. Un conseil : si vous souhaitez jouer, payez par *Paysafe*. Les risques sont réels, car le site prélève 70,00 \$ par mois sur les cartes de crédit, bien que le profil soit fermé. Il est évidemment impossible de parler avec un agent pour rectifier la note !

Les sites de rencontre pour trouver un mari? Mon conseil : plutôt que d'investir votre argent dans ce site de rencontre, payez-vous des sorties aux restos, dans les bars (ou n'importe où ailleurs) et discutez avec des hommes en chair et en os. Ceci inclura : repas, drinks, musique et danse.

Le deuil et les vacances

François Fouquet, directeur général de la Coopérative funéraire de l'Estrie

Voilà, on y est! Le temps des vacances est bien entamé! Évidemment, la notion de vacances est d'abord personnelle. Pour certains, il s'agit d'un salutaire temps d'arrêt, alors que pour d'autres, le concept de vacances ne s'applique pas s'il n'y a pas un dépaysement, un déplacement.

Il faut aussi dire que la notion est résolument influencée par notre situation d'emploi, de ressources financières disponibles ou simplement par une complexité du statut familial lui-même.

Les vacances peuvent être propices à la nostalgie, aussi. Surtout si on a perdu quelqu'un de significatif plus ou moins dernièrement. Le deuil étant une dynamique, il ne disparaît pas complètement après une période prescrite.

Des questionnements s'invitent parfois dans nos réflexions. Est-ce que je devrais retourner au même endroit où on a été tellement heureux ensemble? Est-ce que je trahis, à la limite, le souvenir de la personne décédée en vivant des moments heureux en vacances sans lui, sans elle? Est-ce que, au contraire, je devrais y aller quand même, au risque d'être très nostalgique pendant la séquence?

La place de la personne décédée

Si les questions sont nombreuses, il faut bien admettre que les réponses ne sont pas universelles!

C'est là que les rituels tout simples peuvent prendre une réelle importance. Je peux décider d'apporter, dans mon bagage, un objet qui appartenait ou

qui rappelle simplement la personne décédée. Ou encore, porter une casquette, un bijou, un chandail qui appartenait à cet être cher et qui viendra discrètement signifier qu'on ne l'oublie pas. On peut donc décider de « l'amener avec nous » lors d'un périple. Même pas besoin d'en parler aux autres!

Si le deuil est une question toute personnelle, les façons d'évoluer dans le deuil le sont aussi!

Dans les premiers mois d'une période de deuil, il est parfois salutaire de se retrouver seul. À un certain moment, il faut cependant en arriver à se donner le droit d'avoir du plaisir, de rire, de profiter du bon temps avec des amis et d'autres proches.

« Continuer à vivre ma vie n'est pas trahir ce qu'on a vécu ensemble! », me disait une dame. Et elle continuait en disant : « De toute façon, mon chum n'aurait pas aimé que je reste là, à broyer du noir! »

Je me dis que quand on en arrive à se demander ce que dirait le défunt dans pareille circonstance, c'est sûrement qu'on a déjà un bon de fait dans la dynamique du deuil!

Avis de décès

Saviez-vous qu'il est possible de consulter en ligne les avis de décès sur le site coopfuneraireestrie.com/avis-de-deces? Vous pourrez facilement trouver les avis par ville ou effectuer une recherche par mot-clé (par exemple, trouver le nom de gens décédés).

En plus de connaître les dates et lieux des funérailles, vous pourrez y laisser un mot de sympathie à l'attention des proches ou de la personne défunte. Dans certains cas, vous pourrez même assister virtuellement à la cérémonie en direct ou en différé.

Vous ne serez pas présents à la cérémonie, mais souhaitez offrir un présent réconfortant à la famille endeuillée? Par le biais du site de la Coopérative funéraire de l'Estrie, il est possible d'acheter fleurs ou repas qui leur seront remis.

Posez un geste environnemental, faites planter un arbre à la mémoire du défunt après la rédaction de votre mot de sympathie. C'est une belle manière de voir se poursuivre la vie après la mort.



Cimetière naturel en milieu urbain

*La solidarité se voit
dans les petits gestes de soutien
du quotidien.*



819 565-7646
485, rue du 24-Juin, Sherbrooke
coopfuneraireestrie.com



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DE L'ESTRIE

La formule de salutation *kwé*

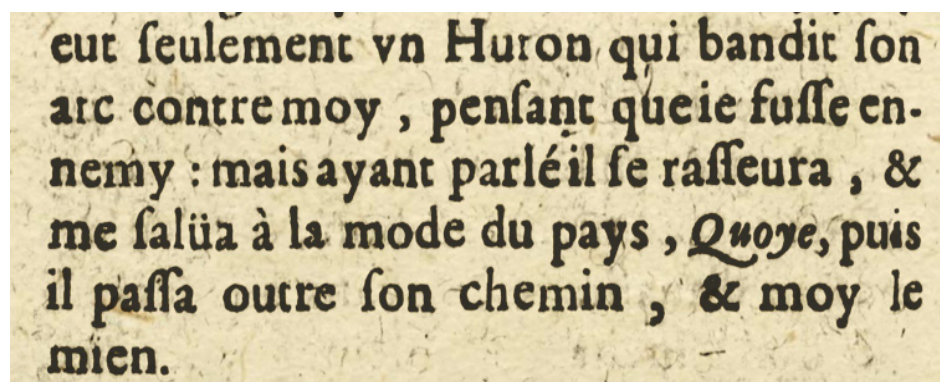
Gabriel Martin, linguiste

Durant les dernières années, la formule de salutation *kwé* s'est progressivement implantée dans l'espace médiatique québécois. Il arrive désormais de temps à autre que des personnalités artistiques et politiques ouvrent leurs discours ou leurs interventions à la radio et à la télévision avec des énoncés comme *kwé, tout le monde* ou *bonjour, kwé*. On m'a questionné à quelques reprises sur le sens, l'orthographe, les origines et la validité de ce fait de langue nouveau aux oreilles de plusieurs. Faisons donc un premier déblayage ici.

D'abord, que signifie *kwé*? Il s'agit essentiellement d'une formule de salutation autochtone qui sert à amorcer un contact interpersonnel cordial. Ainsi, *kwé* se compare à *bonjour* et *bonsoir*. Dans certains contextes néanmoins, cette interjection représente un signe d'ouverture fort qui va au-delà de la banale salutation. Au Québec, son usage dans l'espace public francophone symbolise d'ailleurs pour nombre de gens la visibilisation et l'affirmation respectueuse d'identités autochtones. Généralement réservés aux conversations impliquant au moins un membre des Premiers Peuples, *kwé* et son redoublement *kwé kwé* peuvent donc servir d'amorce positive aux dialogues interculturels autochtones-allochtones.

Différentes graphies sont en usage. La forme *kwé*, dotée d'un accent, reflète la prononciation usuelle du mot en français. Elle coexiste avec plusieurs variantes modelées par les normes ou préférences propres aux différentes langues autochtones en usage sur le territoire : le français québécois utilise donc parfois aussi *kwei* d'après l'innu (montagnais), *kwei* d'après l'atikamekw, *kwey* d'après l'anishinabe (algonquin) et *kwe* d'après le wendat (huron) — ces langues admettant elles-mêmes une certaine variation graphique et partageant certaines variantes. Notons en outre que l'interjection dont il est question n'est pas utilisée de manière systématique et préférentielle par toutes les langues autochtones du Québec. Par exemple, en anishinabe, on lui préfère parfois *boozhoo*, une adaptation du français *bonjour*, tandis qu'en eeyou (cri) et en naskapi, on utilise plus volontiers les formes *waachiyaa* et *waachiyaa*, créées d'après l'ancienne salutation anglaise *what cheer?*

Aucun linguiste n'ayant encore étudié en profondeur l'histoire de *kwé*, le secret de ses origines exactes demeure



Extrait du *Grand voyage du pays des Hurons* (1632, p. 90), où apparaît l'interjection *quoye*. Le passage se retranscrit ainsi avec une orthographe modernisée : « un Huron [Wendat] [...] band[a] son arc contre moi, pensant que je fusse ennemi : mais ayant parlé il se rassura, et me salua à la mode du pays, "Quoye", puis il passa outre son chemin, et moi le mien. »

entier. Tout au plus, un dépouillement préliminaire des sources révèle qu'une variante de cette formule de salutation existait déjà durant le premier quart du 17^e siècle. Dans *Le grand voyage du pays des Hurons*, publié en 1632, le missionnaire Gabriel Sagard témoigne en effet de sa rencontre inopinée avec un Wendat d'abord méfiant qui pointa son arc vers lui, puis se ravisa et finit par le saluer avec l'interjection *quoye* avant de reprendre paisiblement son chemin (voir l'image). Cette anecdote, située dans la région des Grands Lacs en 1623-1624, atteste de l'utilisation d'une variante de *kwé* dans une langue iroquoienne, il y a quatre siècles. Il reste maintenant à déterminer si les langues algonquiennes, telles que l'innu, l'atikamekw et l'anishinabe, utilisaient déjà des formes linguistiques apparentées à l'époque. Il faudra attendre des études plus approfondies pour le savoir.

Absent de tous les dictionnaires professionnels du français contemporain et n'ayant fait à ce jour l'objet d'aucun commentaire visible de la part des spécialistes, *kwé* est présentement un autochtonisme sans statut officiel dans notre langue. Toutefois, contrairement à d'autres formules de salutations plus

controversées comme *bonjour, hi* ou *bon matin*, cet emprunt est reçu assez favorablement par le grand public. Un coup d'œil sur les médias sociaux permet en effet de voir qu'on utilise *kwé* sans provoquer d'esclandre généralisé; en fait, son usage suscite même quelques commentaires positifs, les réactions disgracieuses étant l'exception plus que la règle. On peut donc considérer que *kwé* et ses variantes sont implicitement admis dans la norme sociolinguistique du

L'ALCOOL EST-IL UN
PROBLÈME POUR
VOUS ?

AA

ALCOOLIKES ANONYMES
PEUT VOUS AIDER

Aide téléphonique
819 564-0070

region88@aa-quebec.org

www.aa-quebec.org

français québécois. Cette interjection contribue symboliquement à la valorisation des cultures autochtones dans l'espace français et, à moins d'avoir une conception particulièrement étriquée de la norme de notre langue, on saurait difficilement s'opposer à son usage.

Un autochtonisme célébré

Dans un message publié sur Twitter le 13 janvier 2022, l'animateur et écrivain innu Michel Jean livre ce témoignage éloquent :

Si vous regardez le bulletin de nouvelles que j'anime tous les jours [à la chaîne de télévision LCN], vous avez peut-être remarqué que je l'ouvre en disant : « Kwei tout le monde. Bienvenue au TVA Midi », un mot de politesse en langue autochtone avant de se lancer dans l'actualité.

Cette semaine, un père de famille anishinabe m'a écrit ceci : « Kwei monsieur Jean! J'ai remarqué que vous avez débuté le journal télévisé par ce mot de bienvenue : "Kwei". C'est la première fois que moi je l'entends. C'est peut-être banal pour les auditeurs, mais pour mes filles natives de Kitcisakik c'est un petit rappel à leur culture, un petit regain de fierté qui fait du bien. C'est important! »

Ce message me réchauffe le cœur et m'émeut beaucoup [parce que] je pense en effet que c'est important. S'entendre, se voir. Exister dans l'espace public. Tshinishkumitin! [Merci!]

Des milliers de réactions positives, qui représentent bien l'accueil généralement donné par la population à l'usage de *kwé* en français, s'en sont suivies.

T.a.f.i. & Cie, bien plus qu'une boutique!

Émilie Zenere, Coordonnatrice marketing et R.H. chez Récupex

T.a.f.i. & Cie, bien plus qu'une boutique ! Connaissez-vous vraiment la boutique t.a.f.i. & Cie ? Située au cœur de notre centre-ville, sur la rue Wellington Nord, la boutique t.a.f.i. a pour mission de sensibiliser les citoyens à la consommation responsable et à une mode plus durable. Il s'agit cependant avant tout d'une entreprise d'insertion !

L'équipe de la boutique t.a.f.i. accueille tout au long de l'année des participants en parcours d'insertion socioprofessionnelle, de tous horizons et parcours de vie, pour les former au service à la clientèle et les insérer de façon durable sur le marché de l'emploi. Durant les six mois de leur parcours, ils apprennent dans un climat de bienveillance les différentes facettes du service à la clientèle ainsi que des compétences en employabilité.

C'est le cas de Nadir, participant à la boutique, tout droit venu d'Algérie. Cela fait un peu moins d'un an que Nadir est arrivé au Québec. D'abord accueilli par le SANC, le Service d'aide aux Néo-Canadiens, il a remarqué que les employeurs pouvaient être frileux face à l'embauche d'un immigrant n'ayant pas d'expérience de travail sur le territoire québécois. Son parcours l'a mené chez Récupex, dans le département de la boutique t.a.f.i., pour se familiariser avec la culture locale dans un cadre bienveillant et propice à l'apprentissage.

En plus de mettre en lumière des artisans et créateurs de l'Estrie, la boutique offre une grande variété de créations en cuir et tissus recyclés : sacoches, coffres à crayons, sacs à dos, napperons, etc. Toutes sont conçues ici-même, à Sherbrooke, à partir de matières recyclées telles que des rideaux, des pantalons et manteaux en cuir, et de la fourrure revalorisée. Chaque création porte fièrement le nom de son créateur sur son étiquette. Il s'agit des participants de l'atelier de confection de Récupex.

La grande nouveauté cette année ? La toute dernière collection de sacoches estivales et pratiques qui comprend les sacs bananes, les sacs t.a.f.i.gami, les sacs de plage, etc. Le coup de cœur de Bryan Fitzback, gérant et formateur de la boutique, reste le sac t.a.f.i.idée, un sac à bandoulière unisexe avec beaucoup de rangement.

Finalement, la boutique offre un vaste choix de vêtements, souliers et accessoires pour hommes, femmes et



De gauche à droite : Jeanne, intervenante en employabilité; Bryan, gérant de la boutique; Isil, assistante gérante et Nadir, participant au service à la clientèle
© Récupex

enfants, renouvelé chaque semaine. Encore une fois, c'est l'équipe au tri de Récupex qui s'assure de sélectionner les plus beaux morceaux pour la boutique.

Rappelons que la boutique t.a.f.i. & Cie, l'atelier d'ébénisterie Au Pont de Bois, le centre de tri et l'atelier de confection sont tous des entités de Récupex, entreprise d'insertion socioprofessionnelle.

RÉCUPEX

ENTREPRISE D'INSERTION

t.a.f.i. & Cie

104, rue Wellington Nord Sherbrooke

Heures d'ouverture

Lundi au mercredi : 10 h à 17 h

Jeudi et vendredi : 10 h à 19 h

Samedi : 10 h à 17 h

Dimanche : 11 h à 17 h

CISEAUX

Grande soirée de théâtre pour Fière la Fête 2024

L'équipe du GRIS Estrie

Le GRIS Estrie (Groupe régional d'intervention sociale) est fier d'annoncer la première sherbrookoise du spectacle CISEAUX le 13 septembre au Théâtre Léonard St-Laurent. Ce spectacle est présenté dans le cadre de Fière la fête/Fierté Sherbrooke 2024 qui se tient du 9 au 15 septembre.

Cabaret documentaire festif et décomplexé, CISEAUX ravive la mémoire queer d'un point de vue féministe. Avec ce spectacle rempli d'humour, les autrices et comédiennes Geneviève Labelle et Mélodie Noël Rousseau se réapproprient les clichés lesbophobes afin de renverser les dynamiques de pouvoir. CISEAUX est un récit surprenant et rempli d'amour

qui met en scène des archives inédites, des performances surjouées, des numéros de drag king et des prises de parole de personnalités telles que Manon Massé, Safia Nolin, Judith Lussier et Monique Giroux.

« C'est un honneur de présenter ce show qui a été conçu au Centre des arts Jean-Besré. CISEAUX a tourné ailleurs

au Québec, au Canada et même en Belgique, mais jamais en Estrie. C'est un objet culturel brillant, drôle et unique. Vous allez adorer! » – Myriam Pelletier-Gilbert, chargée de projet au GRIS Estrie et membre du comité organisateur de Fière la Fête 2024.

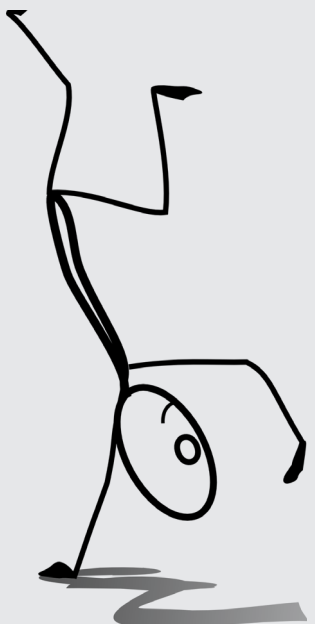



Au Théâtre Léonard St-Laurent du Séminaire de Sherbrooke, le vendredi 13 septembre, à 19h30. Ouverture des portes pour l'événement dès 18h30. Billets et renseignements : fierelafete.com
© Katya Konioukhova, GRIS Estrie



SUDOKU

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

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

La chasse aux fautes

Écrire dans la colonne de droite les 10 mots corrigés.

Mon père. Hier encore je lui ai rendu visite dans sa chambrette du Monastère. Chaque fois, je le retrouve à la fenêtre, bien calé dans le fauteuil bleu marin que maman lui avait achetée autrefois pour la Fête des pères. Je l’embrasse, m’assoie sur le bras du fauteuil et nous regardons la vie s’écouler sous sa fenêtre. Dans la cour de l’école voisine, septembre est là. Des enfants courent à en perdre le souffle, se lancent le ballon, jouent à la tague glacée; d’autres chantent à tue-tête ou sautent à la corde à danser. Sauf une fillette, qui est restée à l’écart et que son enseignante est venue retrouver. Ensemble dans leur bulle de silence. La petite, adossée à la clotûre, gardait la tête dans ses mains. Elle pleurait à gros sanglot, ça se voyait dans ses épaules. Mon père qui ne parle plus depuis qu’il est malade a essuyé quelque larmes. J’ai cru apercevoir des bouts d’enfance dans ses yeux. Puis, la cloche a sonné la fin de la récréation, la cour est redevenue déserte et mon cœur aussi.

Pierrette Denault

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Solution en page 23

Reportage sur le Journal de rue

Une capsule vidéo sur le Journal de rue de l'Estrie sera diffusée sur les ondes de TVME aux canaux 105 et 805 de COOPTEL, le lundi 5 août à 19 h. La directrice, Nancy Mongeau, présente les services et la mission du JRE.

Festival des traditions du monde

Du 14 au 18 août

L'événement se tient au parc Quintal. Plus de 100 spectacles et activités pour tous durant cette 27^e édition. Stimulez vos sens au rythme des cultures, de la musique, de la danse et de la gastronomie.

Programmation au ftms.ca

Grande nuit de la poésie de Saint-Venant-de-Paquette

Nuit du 17 au 18 août, de 15 h à 3 h

Sous la direction artistique de David Goudreault, l'événement réunit sur trois sites au cœur du village plus de quarante artistes, dont Jean-Paul Daoust, Hélène Dorion, Jean-Christophe Réhel, Salomé Leclerc, Francis Ouellette, Luce Dufault et Michel X Côté. Lectures, ateliers de création, micros ouverts, visites du sentier poétique, conférences, karaoké de poèmes, slam et spectacles de musique, dont celui de Richard Séguin et ses acolytes.

L'accès au site est gratuit et il est possible de camper sur place (contribution volontaire). www.nuitstvenant.org

Chaudronnée de l'Estrie

470, Bowen Sud, Sherbrooke

Même si bien des choses ont changé depuis ses tout débuts, La Chaudronnée de l'Estrie est toujours présente et aussi active dans la lutte contre la pauvreté.

Service de repas à faible coût, service de fiduciaire volontaire et bien plus.

En soutien aux personnes démunies depuis plus de 40 ans.

Consultez le chaudronweb.org.

Solution de La chasse aux fautes :

fauteuil, acheter, embrasser, m'assois, courent, soufflé, écart, clôture, sanglots, quelques

Bibliothèque Éva-Senéal

Avec enfants ou pas...

Du mardi 2 juillet au vendredi 23 août : Jeu d'énigmes Alice au pays des merveilles

Samedi 17 août : 13 h 30 à 15 h 30 Imagiréalise l'art de récupérer

Judi 22 août : 13 h 30 à 15 h 30 Après-midi ludique jeux de tables

Mardi 13 août : 13 h 30 à 14 h 30 Yoga sur chaise

Marais Réal-D.-Carbonneau

Rue Lévesque, Sherbrooke

Aimez-vous marcher, vous promener et peut-être gazouiller avec les oiseaux?

À 5 minutes du centre-ville de Sherbrooke, en suivant la rue Saint-François, le Marais Réal-D.-Carbonneau vous propose de découvrir sa faune et sa flore grâce à ses nombreux aménagements. Ses tours d'observation et ses sentiers sur pilotis vous permettront d'aller où habituellement vous n'avez pas accès.

La brise culturelle

Voici quelques suggestions. Consultez la programmation pour connaître toutes les activités : cacjc.ca/programmation. Gratuit.

Le petit ensemble populaire

Mercredi 7 août, 18 h 15 - 19 h 15
Parc Marquis-de-Montcalm (derrière l'école Montcalm)
Répertoire diversifié allant du tango au jazz

Duo Bob et Trini

Judi 8 août 18h-19h
Parc du Petit-Canada (rue Alexandre)
Répertoire francophone sur guitare, harmonica, mandoline, voix puissantes colorées d'humour

Les Sherboys

Judi 15 août 18h-19h
Parc Racine (rue Ball)
Revue musicale des plus grands artistes québécois, en passant par Félix Leclerc jusqu'aux Cowboys fringants

Mathieu Kazadi

Judi 22 août 18h-19h
Parc Jude-O-Camirand
Musique fusion afro, pop, rock, reggae, paroles en français, lingala et swahili

Animation Wellington

Voici quelques activités, mais il y en a d'autres. Consultez le : cacjc.ca/programmation. Gratuit.

Journée cirque

17 août, 13h-17h
Centre-Ville, place Kassiwi
Place au Cirque! Découvrez un univers féérique où les marionnettes géantes prennent vie.

Ruchette d'art

Samedi 10 août de 17h-19h
Carré Strathcona
Différents matériaux artistiques sont à la disposition de tous dans une ambiance décontractée et festive.

Visite guidée, direction Hôtel de Ville

9 août 13 h 15- 15 h
Départ Musée d'histoire de Sherbrooke
Balade proposée vers le carré Strathcona, mais aussi une incursion dans l'hôtel de ville.

Les arts vivants Conte et mythologie

Judi 22 août 19h-19h45
Parc Ma Villa : 166, rue des Colibris, Sherbrooke

Laissez-vous enchanter par la voix douce de conteuses qui fait revivre les cœurs d'enfants.

Musée des beaux-arts de Sherbrooke

Un dimanche avec... Zada Hadid

Dimanche 25 août, 13 h à 16 h
241, rue Dufferin, Sherbrooke
Activité familiale pour les enfants âgés de 4 et 7 ans (mais appréciée de tous!)

Laissez-vous porter par la lecture expressive d'une histoire évoquant les péripéties de vie d'un ou d'une artiste importante dans l'histoire de l'art. L'activité familiale est complétée par un atelier de création en lien avec la pratique de l'artiste.

La ruche d'art

Dimanche 6 octobre, 10 h 30 à 11 h 45
241, rue Dufferin, Sherbrooke
Réaliser le portrait de quelqu'un peut être intimidant. Pour cette ruche d'art, nous vous invitons à vous interroger sur l'art du portrait en vous inspirant de la toile « Dans les yeux de mon modèle » de Frédéric Coburn.

L'Office municipal d'habitation de Sherbrooke peut vous aider à vous trouver un logement !

Communiquez avec nous au 819 566-7868, p. 255

Nos bureaux sont situés au 471, rue Galt Ouest à Sherbrooke.



Vendredis Café-rencontre

Tous les vendredis 9 h (il est conseillé de confirmer au 819 821-5601)

Centre Multi-Loisirs Sherbrooke, 1010 rue Fairmount, Sherbrooke

Rencontres au local Vie de Quartier avec un bon café pour une matinée d'activités ensemble!

2 août : ornithologie au parc Blanchard

9 août : tissage avec végétaux

30 août : promenade au marais de la Rivière aux cerises

13 septembre : Poches-Baseball et jeu de dard

20 septembre : Conférence : Parcours de vie de Liüna « De l'enfer au paradis »

Marche pour le climat

27 septembre

Manifestation pour le climat à Sherbrooke organisée par Solidarité populaire Estrie et la Table ronde des organismes volontaires d'Éducation populaire (TROVEP) de l'Estrie. Pour connaître tous les détails, cherchez l'événement « Manifestation pour le Climat » ou visitez la plateforme numérique : jdretrie.ca.

Concerts de la cité

Gratuits
En voici quelques-uns, mais il y en a d'autres. Programmation complète : concertsdelacite.ca

Théâtre Granada*, samedi, le 3 août à 21 h : Shawn Phillips

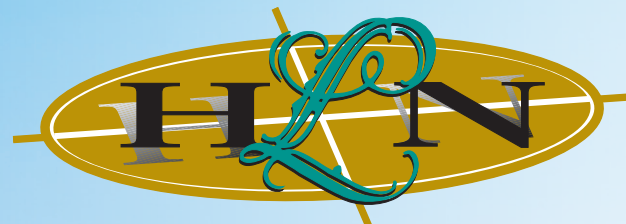
Théâtre Granada*, samedi, le 10 août à 21 h : Waahli

Place Kaassiwi, vendredi, le 23 août, à 17 h : Claudie Létourneau

*Aucun billet nécessaire. Nous vous invitons toutefois à arriver tôt afin de vous assurer une place en salle. L'accessibilité est limitée par la capacité du Théâtre Granada.

Heureux d'encourager
le Journal de rue!

I M P R I M E R I E



L I T H O G R A P H E S



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

PAR NOTRE **ENGAGEMENT SOCIAL**, NOUS CRÉONS DES
EMPLOIS DE QUALITÉ POUR DES PERSONNES VIVANT AVEC DES
LIMITATIONS FONCTIONNELLES AFIN D'AMÉLIORER LEUR **QUALITÉ DE VIE**.

PAR NOS **COMPÉTENCES**, NOUS OFFRONS UN SERVICE DE
SOUS-TRAITANCE INDUSTRIELLE AUX ENTREPRISES DU QUÉBEC.

Tu vis avec certaines limitations et
TU CHERCHES UN EMPLOI?
ON RECRUTE!

POUR POSTULER :
sgauthier@defipolyteck.com
819-563-6636, poste 119



DÉFI POLYTECK,
c'est plus qu'un milieu de travail,
c'est un milieu de vie!


DÉFI Polyteck
Une Force adaptée

SHERBROOKE
1255, boul. Queen-Victoria
Sherbrooke (QC) J1J 4N6

MAGOG
2201, rue Tanguay
Magog (QC) J1X 7K3

COATICOOK
271, rue St-Jacques Sud
Coaticook (QC) J1A 2P3

defipolyteck.com

