



regards

Les larmes qui coulent son
amères, mais plus amères
encore sont les larmes qui ne
coulent pas.
— Proverbe irlandais

VOLUME 7, N°6 - MARS 2012

GRATUIT!

JOURNAL COMMUNAUTAIRE D'ASCOT



Échos de l'assemblée de quartier du 24 janvier
Entre l'action et la patience

pages 6 & 7



**Des
nouvelles
de
l'Accorderie**
page 5



Assemblée générale annuelle

Mardi 24 avril 2012
au Théâtre Granada à 18 h 30

*Vous avez entre 12 et 30 ans...
Participez à notre programme
de bourses d'études.*

Détails au verso du journal



Desjardins
Caisse du Mont-Bellevue
de Sherbrooke

www.desjardins.com/caissemontbellevuedeshbrooke
819 566-4363

Prochaine date de tombée
des textes et des publicités

15 MARS 2012

Prochaine date
de parution

3 AVRIL 2012

RÉDACTION

Daniel St-Onge
C.P. 22002
Sherbrooke QC J1E 4B4

Tél. : 819 821-2548
journalregards@yahoo.ca

PUBLICITÉ

Florent Rousseau
819 822-3299 / 819 993-2505

ABONNEMENT

Individu : 20 \$ / année
Organisme : 20 \$ / année



Daniel ST-ONGE
Coordonnateur
du journal *Regards*

La vie qui bat...

Mars, avec ses journées plus longues et son climat moins rude est gage de l'imminence du printemps. Avec lui, nous sommes habités d'un regain de vie et d'énergie. Plusieurs avons envie de relever de nouveaux défis ou de redoubler d'ardeur dans ceux déjà en marche : c'est la vie qui bat. À cet égard, la présente édition de votre journal communautaire *Regards* n'est pas en reste car, vous en jugerez, la vie bat aussi entre ses pages.

D'abord, elle bat à travers nos éditoriaux, notamment celui de notre collègue Henry Mbatika, dont le cri du cœur sur « l'urgence sociale qu'est la pauvreté » ne laisse guère indifférent. De même que son vibrant appel, en page 7 pour que se concrétise enfin l'embauche d'un agent de développement pour Ascot en Santé. Et la vie bat via le bref et pertinent billet de notre président, comme elle bat dans le coup de crayon habile de notre caricaturiste : toujours rigolo mais jamais méchant.

La vie bat aussi lorsqu'on lit que le projet d'échange de services non monétaire L'Accorderie est en voie de se concrétiser, et ce, à peine un an après que l'idée fut lancée. Comme elle bat lorsqu'on apprend que l'APPUI Estrie, entrera bientôt en fonction pour appuyer justement les aidants d'ânés, qui trop souvent sont laissés à eux-mêmes pour s'occuper de leurs proches malades ou en perte d'autonomie. De même, la vie bat lorsque *Regards* annonce l'agrandissement du Jardin communautaire Marcel-Talbot; la naissance d'un service de pédiatrie sociale dans le quartier; et les démarches entreprises en vue de la réalisation éventuelle d'une coopérative d'habitation dans le quartier. Autant d'initiatives issues d'un investissement assidu, constant et déterminé de gens engagés dans leur communauté. Cette vie qui bat par le don de soi exemplaire de l'intervenante de quartier Marie-Pier Bégin-Léveillé, dont nous traçons le portrait.

Vie qui bat dans *Regards* en découvrant les passions musicales et automobiles qui allument M. Jutras, un citoyen du quartier. Tout comme elle bat à travers la place accordée à nos concitoyens issus de l'immigration, comme en fait foi le compte-rendu sur la rencontre entre la Fédération des communautés culturelles de l'Estrie et les jeunes d'Ascot. Vie qui bat grâce à la richesse éducative de nos chroniques traitant de l'éveil à la lecture et l'écriture, du monde merveilleux du conte, des secrets dévoilés de la toponymie de nos rues ou de la mission rafraîchissante et créative de Jeunes musiciens du monde. Et mission de prise de conscience de la sécurité du milieu; de la santé du corps par la saine alimentation, les bonnes habitudes de conditionnement et l'activité physique.

Enfin, la vie bat en parcourant le babillard communautaire : bazar d'activités sociales et éducatives pour citoyens avides de participation, d'acquisition de connaissances ou de partage d'expériences. Oui, comme l'éveil printanier, la vie qui bat entre les lignes de *Regards*, c'est la vie qui bat dans le quartier Ascot...

En partenariat
avec :



Corporation Ascot en Santé
corpoaes@alinto.com
819 822-5455 poste 14876

Regards est réalisé grâce à la participation financière du ministère de la Culture, des Communications et de la Condition féminine, de l'Arrondissement du Mont-Bellevue et de la Caisse Desjardins du Mont-Bellevue de Sherbrooke.

Culture,
Communications et
Condition féminine



Dépôts légaux : Bibliothèques nationales du Québec et du Canada

Tirage : 4 750 exemplaires

Distribution : Publisac

Graphisme et couverture journalistique : Daniel St-Onge

Révision et correction : Gaétane Thibeault.

Conseil d'administration :

Jn-Guy Saint-Gelais, président; Gaétane Thibeault, vice-présidente; Gérard Pierre Ti-I-Taming, trésorier; Julie Falardeau, secrétaire; Maude-Émilie Béliveau, membre cooptée (École internationale du Phare); Bruno Léger, membre coopté (Arrondissement du Mont-Bellevue).

Regards est un journal communautaire dont la mission est de participer à la mobilisation des citoyens, des organismes et des institutions du quartier Ascot. Son contenu rédactionnel contribue à mettre en valeur la richesse du tissu social et culturel local.

Les opinions émises dans les textes publiés dans ce journal n'engagent que leurs auteurs. *Regards* ne s'en tient pas responsable.

Ne jetez pas ce numéro de *Regards* : recyclez son papier!

Regards est imprimé par :



L'imprimerie à bon prix.

- Impressions de tous genres
 - En-tête, enveloppe, dépliants, brochures
- 975-1, chemin Hamel
Sherbrooke (Québec) J1R 0P7
Tél. : 819.569.0219 - Téléc. : 819.569.8094
econolitho@cooptel.qc.ca



Henry MBATIKA
Président du c.a.
d'Ascot en Santé

Au-delà de l'argent, la volonté d'agir

Depuis quelques années déjà, Ascot en Santé a entrepris des démarches pour se doter d'une ressource qui accompagne notre table de concertation, entre autre, dans la mise en œuvre du plan d'action.

Pour dire vrai, le plan d'action de notre table de concertation est un ensemble de projets des citoyens et citoyennes du quartier d'Ascot pour les prochaines années. Le portrait de ce quartier change par la volonté d'un côté de la population à se prendre en charge et de l'autre de l'aide de l'arrondissement à laquelle s'ajoute l'accompagnement des partenaires et des organisateurs communautaires.

Nous croyons en ce que nous faisons ensemble. Loin de moi l'idée de cultiver l'autosatisfaction, mais il n'en demeure pas moins que les valeurs qui suscitent l'adhésion de la communauté aux objectifs et à la mission de l'organisme risquent de s'effriter si nous ne nous contentons que des résultats d'un passé récent.

Clin d'oeil à : Stephan Cyr  Maison de jeunes



Illustration: Sylvain Grimard 03/2012

Je lance un appel plus que solennel à tous ceux et celles qui ont le devoir et surtout le pouvoir de décider de prendre en compte que **LA PAUVRETÉ EST UNE URGENCE SOCIALE!** Agir autrement, ce serait nier l'évidence. Notre pouvoir d'agir ne doit pas être mis à rude épreuve juste pour une question de convenance.

Notre action comme citoyen et citoyenne répond à une seule exigence : l'intérêt commun! La paix sociale n'a pas de prix et nous y travaillons depuis plus de vingt ans. Nous l'avons compris et nous tenons à être le moteur du changement dans le quartier d'Ascot. Pour paraphraser un penseur, « Chasser le naturel, il reviendra au galop ». D'où l'importance pour Ascot en Santé de nous engager dans la voie de la pérennité des moyens, des projets, des ressources et contribuer modestement à l'émergence d'une citoyenneté active.



Jn-Guy SAINT-GELAIS
Président du c.a.
du journal *Regards*

L'avenir sera beau

Notre quartier risque de prendre un nouvel envol au cours des prochaines années. Le parachèvement de l'autoroute 410 va créer une dynamique toute nouvelle à Ascot. Déjà, les promoteurs s'activent pour développer de nouvelles rues domiciliaires.

Cette revitalisation devrait stimuler les projets communautaires. Il n'est pas fou de rêver à la mise en place de notre maison de quartier. La Corporation Ascot en santé va redoubler d'efforts pour concrétiser ce projet. Nos organismes du milieu devront composer avec cette nouvelle réalité.

La population du quartier va exploser et les besoins seront plus grands. Concertons-nous pour bien se préparer à «affronter» ce joli problème. Faisons des plans pour que nos rêves deviennent réalité. Nous avons besoin de vous toutes et tous. Au travail !

À la prochaine!

Mars : quelques dates à retenir

- 8 mars : Journée internationale de la femme
- 11 mars : On avance l'heure
- 17 mars : Fête de La St-Patrick
- 20 mars : Journée internationale de la francophonie
Journée mondiale du conte
- 22 mars : Journée mondiale de l'eau



Arrondissement
du Mont-Bellevue

**Un emploi enrichissant,
un été stimulant!**

Tu es aux études et tu veux un emploi cet été?
Remplis le formulaire en ligne avant le 31 mars.
sherbrooke.ca/emploisetudiants



Vous n'avez pas de travail de 2011-12?
Une bonne saison estivale vous attend!



EMPLOIS ÉTUDIANTS

Tu dois soumettre ta candidature avant le 31 mars 2012

Tu résides dans l'un des six arrondissements de la ville de Sherbrooke ?

Tu auras terminé un secondaire 5 à l'été ?

Tu es inscrit à temps complet à un programme régulier d'études ?

L'arrondissement du Mont-Bellevue recrute actuellement des étudiants afin de combler 25 emplois pour la période estivale.

- 1 poste de coordonnateur (trice) de camp de jour.
- 15 postes d'animateurs (trices) de camp de jour.
- 10 postes de préposés (es) aux parcs.
- 2 postes de préposés (es) à la présence préventive dans les parcs.

Tu dois soumettre ta candidature en ligne au www.sherbrooke.ca/emploisetudiants au plus tard le **31 mars 2012**. Aucune demande d'emploi ou curriculum vitae transmis en format papier au Service des ressources humaines ne seront acceptés.

RAPPEL

Paiement des taxes municipales et des factures d'électricité

Nous vous rappelons que depuis le 28 février 2011, la Ville de Sherbrooke a procédé à une actualisation de ses modes de perception. Cette restructuration fait en sorte que le paiement des taxes municipales et des factures d'Hydro-Sherbrooke ne peut désormais plus être effectué au comptoir du bureau d'arrondissement du Mont-Bellevue. Afin d'acquitter vos factures, vous devez procéder selon les modalités suivantes :

Auprès des institutions financières :

- par Internet
- par service téléphonique
- au guichet automatique
- au comptoir

Auprès de la Ville de Sherbrooke :

- par paiement préautorisé
- par chèque envoyé par courrier

Si vous avez des questions concernant votre compte de taxes municipales, contactez le Service des finances au 819 821-5626. Pour information sur votre compte d'électricité, joignez le Service à la clientèle d'Hydro-Sherbrooke au 819 821-5622. Vous pouvez également visiter le www.sherbrooke.ca pour obtenir des renseignements.

Stationnement dans les rues

Malgré le fait que l'hiver semble tirer à sa fin avec ses périodes de redoux, l'interdiction de stationner dans les rues, entre minuit et 7 h du matin, demeure en vigueur jusqu'au 31 mars. Donc, afin d'éviter une fâcheuse contravention, ne laissez pas votre véhicule en bordure de rue la nuit même si on ne prévoit pas de neige ou d'activités de déneigement.

À SURVEILLER

5 au 12 mars - Carnaval de la relâche scolaire de la station de ski du mont Bellevue

Afin de profiter pleinement de la semaine de relâche, l'équipe de la station de ski vous offre forfaits, promotions et activités diverses. Voici un bref aperçu de la programmation :

Mercredi 7 mars	Compétition de ski alpin et de planche à neige organisée par l'école de ski, de 13 h à 15 h.
Jeudi 8 mars	Présence de l'équipe de NRJ 106,1, entre 11 h et 15 h (animation, jeux, musique) 15 h : Tirage d'une planche à neige et d'une paire de skis alpins paraboliques (gracieuseté de Ski Mode Claude Adam).
Vendredi 9 mars	Journée Ski Mode Claude Adam : forfait spécial à 35 \$ (sur réservation seulement avant le jeudi 8 mars, à 22 h) comprenant 1 heure de cours en petit groupe, l'équipement et un billet de remontée mécanique valable jusqu'à 17 h.
Dimanche 11 mars	Journée cabane à sucre : présence de l'équipe de Rouge FM (animation et musique), entre 11 h et 15 h. Kiosque de produits de l'érable. Sucrez-vous le bec avec de la tirs sur la neige entre 13 h et 16 h.

Pour connaître la programmation complète, visitez le www.sherbrooke.ca/skimontbellevue ou contactez la billetterie au **819 821-5872**

VIE DÉMOCRATIQUE Calendrier – MARS 2012

Date	Heure	Séance	Lieu
5 mars	19 h	Conseil municipal	Hôtel de ville (191, rue du Palais)
19 mars	19 h	Conseil municipal	Hôtel de ville (191, rue du Palais)
26 mars	19 h	Conseil d'arrondissement du Mont Bellevue	Bureau d'arrondissement du Mont Bellevue (600, rue Thibault)

Les ordres du jour du conseil municipal et du conseil d'arrondissement sont disponibles, le matin même de la séance, au : www.sherbrooke.ca .

Bureau de l'Arrondissement : 819 563-3993



Texte et photo : Françoise Houle

Des nouvelles de l'Accorderie...

Il y a plus d'un an déjà, lors de l'assemblée de quartier d'Ascot en Santé de janvier 2011, Madeleine Provencher & Véronica Rioux de l'Accorderie de Québec nous présentaient le concept et le fonctionnement des Accorderies.

L'Accorderie, c'est un système d'échange de services non monétaire qui permet aux personnes intéressées d'échanger entre elles et d'exprimer ainsi compétence et savoir faire.

Un comité promoteur a donc vu le jour, composé surtout de personnes issues du milieu communautaire et coopératif. Fort de l'intérêt manifesté par Ascot en Santé et les gens du quartier d'Ascot, l'implantation de l'Accorderie de Sherbrooke se dessine naturellement dans le quartier. Un kiosque au « Souk » n'a fait que confirmer cet intérêt.

La formation d'une coopérative d'échange de services demande des connaissances et une préparation rigoureuse. Ainsi, à chaque mois, le comité promoteur se réunit pour faire avancer le projet. L'élaboration des documents de constitution va bon train et il est venu le temps de passer à une autre étape.

Deux sous-comités ont donc vu le jour : financement et mobilisation. La recherche de financement est l'étape cruciale qui nous permettra de démarrer l'Accorderie.

Parallèlement, le comité de mobilisation s'active. Il nous fera plaisir de présenter le projet aux associations intéressées. Individuellement, vous pouvez nous faire part de votre intérêt et nous envoyer vos coordonnées à accorderiesherbrooke@gmail.com.



Kiosque de l'Accorderie lors du Souk 2011.

Vous pouvez aussi en savoir plus sur les Accorderies en consultant le site Internet du Réseau Accorderie au www.accorderie.ca.

Bienvenue à tous les futurs Accordeurs et Accordeuses du quartier et au plaisir....

Sources : L'APPUI Estrie

L'APPUI Estrie : bientôt fonctionnel

L'APPUI Estrie est un service de référencement téléphonique des proches aidants d'âinés vers les services requis de même que pour le développement de services visant à améliorer la qualité de vie des proches aidants d'âinés. Lorsque l'APPUI Estrie entrera en fonction, le proche aidant sera placé au cœur de ses actions, car pour qu'il utilise les ressources d'aide disponibles de son milieu, il doit les connaître.

Entre temps, une tournée d'information auprès des Tables de concertation des âinés est prévue en mars et avril. Le 9 mai prochain, on tiendra aussi la Journée régionale

d'information destinée aux organismes et aux proches aidants. Quant au premier appel de projets, il devrait se faire vers la fin du printemps.

Rappelons que des milliers de proches aidants fournissent sans rémunération leur soutien aux personnes âinées, permettant à celles-ci de demeurer chez elles le plus longtemps possible et de maintenir leur qualité de vie. Ces proches aidants éprouvent beaucoup de difficultés dans la réalisation de leurs exigeantes tâches, car ils ont peine à parvenir à concilier travail, responsabilités personnelles et familiales, ainsi que responsabilités d'aidants.

Cela amène trop souvent du stress et de l'épuisement, au point où leur propre santé s'en trouve affectée. Or, en 2009 que le gouvernement du Québec, en partenariat avec la Famille Chagnon, a instauré le Fonds de soutien aux proches aidants des âinés destiné au soutien de ces personnes qui contribuent au maintien de leurs proches souffrant d'une incapacité significative ou persistante pouvant compromettre leur maintien à domicile.

Pour toute information supplémentaire concernant l'APPUI Estrie, contactez Madame Geneviève Côté au 819 791-7771 ou par courriel : gcote@lappuiestrie.org



- Lit de bronzage haute qualité
- Coiffure pour hommes & femmes
- Pose d'ongles
- Traitement blanchissant pour les dents
- Produits naturels de beauté en vente

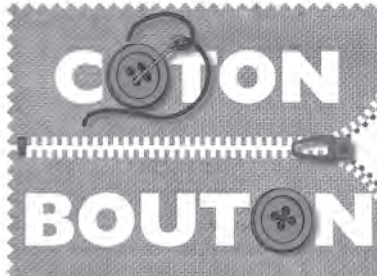
Avec ce coupon

1^{ère} séance GRATUITE!

1326, BELVEDERE SUD
SHERBROOKE, J1H 4E4

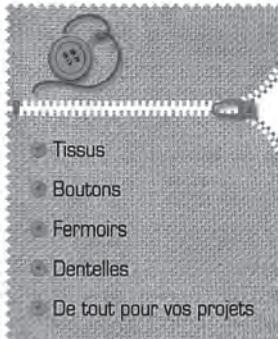
819.812.7657





Coton Bouton

740 rue Conseil
(coin 10^e avenue, porte sur le côté)
Sherbrooke (Qc) J1G 1K9



t. 819.446.4263
info@cotonbouton.com
www.cotonbouton.com



Texte et photos : Daniel St-Onge

Échos de l'assemblée de quartier du 24 janvier... Entre l'action et...

Vers une coopérative d'habitation à Ascot?

Guillaume Brien, directeur général de la Fédération des coopératives d'habitation de l'Estrie avait été invité pour expliquer en long, en large et en travers les différentes étapes de création d'une coopérative d'habitation. Son intervention s'inscrivait dans le cadre du Forum citoyens 2011 et du projet de logements sociaux issus de l'atelier Qualité et Cadre de vie (Axe 2).

En gros, M. Brien a aussi parlé des avantages individuels et collectifs que permet une coopérative d'habitation, tout en traçant les responsabilités et obligation de la part des membres. Il a aussi fait un survol statistique du nombre de ce type de coop au Québec, autant que l'âge, le statut social et professionnel de ses adhérents.

Enfin, le conférencier invité a étalé les six étapes nécessaires pour la concrétisation d'un projet de coopérative d'habitation.

Celles-ci sont :

1. L'étude de pré faisabilité;
2. L'étude de faisabilité;
3. La pré construction;
4. La construction;
5. La prise de possession;
6. La gestion de la coopérative.

Ainsi, après avoir détaillé chacune des étapes, M. Brien a précisé qu'il fallait prévoir de deux à trois ans pour combler les six étapes d'un projet de coopérative d'habitation, et que celui-ci voit enfin le jour.



Guillaume Brien



Richard Schambier

Le jardin communautaire s'agrandit

Pour sa part, le vice-président et trésorier du Jardin communautaire Marcel-Talbot, M. Richard Schambier était fier d'annoncer l'agrandissement du populaire espace vert. En effet, grâce au support financier et technique de l'Arrondissement du Mont-Bellevue, le nombre de lots disponibles passera cette année de 52 à 61. Une très bonne nouvelle compte tenu de l'importance du jardin dans notre milieu. La nouvelle saison s'annonce donc prometteuse pour le jardin communautaire Marcel-Talbot avec l'attribution des parcelles qui débute justement ce mois-ci (voir détails dans notre babillard communautaire. L'ajout des neuf nouveaux lots en question est une excellente nouvelle, compte tenu de la popularité de plus en plus grandissante du jardin communautaire chez nos concitoyens. Hormis la possibilité de ses membres d'y aménager un potager, le jardin communautaire est un lieu d'intégration sociale, par son caractère multiethnique et intergénérationnel.

Un service de pédiatrie sociale voit le jour

Francis Livernoche, médecin résident en pédiatrie et Emmanuelle Jasmin, ergothérapeute, travaillent depuis le printemps 2010 à mettre sur pied le premier service de pédiatrie sociale à Ascot, et ce, « dans une démarche citoyenne », comme ils le disent eux-mêmes.

Ce service s'adresse spécifiquement aux enfants dits « en grande vulnérabilité », comprenons les plus défavorisés, âgés de 0 à 18 ans. Le principal objectif d'un tel service est d'assurer à ces enfants la qualité des services interdisciplinaires dans une perspective de santé globale.

L'assemblée de quartier fut donc l'occasion pour eux de venir présenter le processus qui a conduit à la concrétisation prochaine de leur projet et donner les détails d'un tel service pédiatrique. D'ailleurs, les deux collègues étaient fiers d'annoncer qu'à partir de ce printemps, ils pourraient dispenser les consultations. Une initiative chaudement accueillie par les citoyens présents, vu l'ampleur des besoins en ce sens dans notre quartier.



Les instigateurs du projet : Emmanuelle Jasmin et Francis Livernoche.



Texte et photos : Daniel St-Onge

... et de la sempiternelle quête d'une permanence ...la patience

À nouveau, le thème d'une permanence pour Ascot en Santé a fait l'objet de déblatérations houleuses. Et pour cause, on apprenait l'échec des représentants de la Table de concertation et d'action à convaincre la Ville de Sherbrooke de se joindre aux deux autres partenaires (CSSS-IUGS et CSRS) dans la création d'un poste d'agent de développement pour Ascot en Santé. En effet, suite à la rencontre de cette dernière avec le comité développement social et communautaire de la Ville, la requête en ce sens fut jugée « irrecevable à l'intérieur du cadre actuel » par les administrateurs municipaux, lesquels annoncèrent la suspension des travaux concernant le projet, alléguant qu'il fallait « définir les assises; définir la cible »...



Henry Mbatika

Rarement a-t-on vu le président Henry Mbatika au bord de perdre le flegme élégamment africain qu'on lui connaît au moment d'annoncer la nouvelle à l'assistance. La même exaspération était palpable aussi chez plusieurs citoyens et représentants d'organismes proches d'Ascot en Santé. La présence du conseiller municipal Robert « Bob »

Pouliot tombait à point, car ce dernier est intervenu pour rappeler que dans un cas semblable, il ne faut pas uniquement s'adresser à « l'administratif », mais aussi s'allier l'appui du « politique ». Aussi a-t-il donné l'assurance de l'appui indéfectible des élus du quartier, lui en tête, lorsque Ascot en Santé jugera opportun de réitérer sa demande à la Ville. M. Pouliot s'est dit d'autant plus concerné sachant l'excellent travail qu'Ascot en Santé accomplit dans le quartier depuis plus de 20 ans. Une proposition d'alliance qui n'a pas manqué de plaire.

Comme la Corporation Ascot en Santé n'a pas l'habitude de baisser les bras et, malgré la frustration montante du moment, elle compte bien revenir à la charge auprès de la Ville dans les plus brefs délais. Aussi, une des représentantes de groupe, Mélissa Saint-Cyr Morin, a présenté une nouvelle proposition pour demander aux instances municipales d'aller de l'avant une fois pour toute avec son partenariat. Laquelle proposition fut lue, votée à mains levées et adoptée à l'unanimité par l'assemblée sous un tonnerre d'applaudissements.

Visite des représentants du R.Q.R.I

Le 6 février dernier, un groupe d'intervenants et intervenantes de l'action communautaire accueillait des représentants du R.Q.R.I. : le réseau québécois de revitalisation intégrée, dont le siège social est situé à Trois-Rivières. Son président, Jean-François Aubin (photo) et d'autres membres du c.a. du R.Q.R.I. ont expliqué la raison d'être de celui-ci, soit de regrouper les démarches de différents types d'organisations, de rassembler des partenaires variés, incluant des citoyens, dans le but de développer un territoire



ciblé et d'en améliorer la qualité de vie dans une perspective de développement durable et de lutte contre la pauvreté. Les objectifs recherchés par le R.Q.R.I. sont : échanger sur les expertises mutuelles; ten-

ter d'influencer les pouvoirs publics pour faire reconnaître l'approche; développer des partenariats avec les autres réseaux existants. Les démarches entreprises se caractérisent par l'intervention territoriale; le sentiment d'appartenance; les rapports intersectoriels; l'analyse du territoire et son plan d'action.

Le R.Q.R.I. regroupe présentement une vingtaine de membres, œuvrant dans six régions du Québec, dont la Corporation Ascot en Santé.

AGENCE DE VOYAGES

LE CLUB STAN-BUY

(819) 566-5595
 1 888 236-5595

« On a plein d'idées pour bien planifier vos vacances »

219, rue Wellington Sud, Sherbrooke
 (Québec) Canada J1H 5E1

Détenteur d'un permis du Québec

kinéa L'équilibre au service du bien-être

Services de :
 Kinésiologie
 Kinésithérapie
 Orthothérapie
 Massothérapie

Si vous avez des :
 Problèmes de posture; Limitations articulaires;
 Douleurs articulaires; Maux de tête; Tendinites;
 Tensions et/ou Douleurs musculaires;
 Sciatalgies; Syndromes myofasciaux.

Nadia Savard
 B. Sc. Kinésiologie et D.E.S.S. exercices thérapeutiques

www.cliniquekina.com

2095, rue Ludger
 Sherbrooke, Qc J1H 5Z9
 819 580-2612

30, rue Salls (1520, rue King O. face à la Librairie GGC)
 Sherbrooke, Qc J1J 4P7
 819 580-2612



MARIE-PIER BÉGIN-LÉVEILLÉ : femme de terrain!

Ce mois-ci, *Regards* rencontre une travailleuse sociale connue pour sa grande implication dans Ascot : Marie-Pier Bégin-Léveillé. Depuis trois ans, elle agit comme intervenante de quartier mandatée par le CSSS-IUGS pour répondre à diverses problématiques sociales spécifiques. L'affectation de Marie-Pier a d'abord fait partie d'un projet pilote entrepris par l'institution dans le cadre d'une restructuration du volet « recherche sociale » du centre affilié universitaire (mission CLSC). On voulait ainsi bonifier l'aide aux citoyens; rejoindre les plus vulnérables d'entre eux; développer une intervention complémentaire aux programmes existants, adaptée à la réalité locale; et prévenir les problèmes sociaux en promouvant la santé globale. Grâce, notamment, à la détermination et au travail acharné de Marie-Pier sur le terrain, le projet pilote du début est désormais un programme officiel du CSSS-IUGS.

Regards : *Et qu'est-ce qui a motivé votre choix de carrière?*

Marie-Pier Bégin-Léveillé : Je crois que le « déclic » s'est fait durant mes études collégiales. Je ne me destinais pourtant pas au travail social, mais aux arts et lettres. Or, à la même époque j'œuvrais comme animatrice au Centre communautaire de loisir de Sherbrooke. J'étais aussi interprète en espagnol au Service d'aide aux Néo-Canadiens. Deux expériences humaines qui m'ont convaincue que j'étais faite pour le travail social! J'ai donc entrepris mes études universitaires dans ce domaine. En 2004, mon bac en poche, je devenais coordonnatrice à une maison de jeunes. Puis, je travaillai à l'accueil psychoso-



cial au CSSS-IUGS. Lorsque j'ai vu affiché l'actuel poste d'intervenante de quartier, j'ai eu le sentiment qu'il était fait pour moi. J'ai postulé, mais sans me faire d'illusion, faute d'ancienneté. Mais, lorsqu'on me l'a offert, j'étais comblée. Et je le suis toujours!

Regards : *En quoi consiste votre travail d'intervenante de quartier dans Ascot?*

Marie-Pier Bégin-Léveillé : D'abord, je travaille à partir d'un local situé en plein cœur du quartier. J'y fais encore de l'accueil psychosocial, mais beaucoup plus près des gens! Quiconque nécessite des services peut passer directement par moi. Selon ses besoins, je dirige la personne vers les ressources disponibles, via le CSSS-IUGS ou les organismes communautaires locaux, avec qui je suis en étroite collaboration. La proximité de mon type d'intervention amène des « jumelages ». Ainsi, des gens que nous avons aidés vont accepter d'en aider d'autres. Avec

eux, je crée un réseau de ressources humaines : « soutenir ceux qui soutiennent »! Notre local est un lieu ouvert! Nous y encourageons les échanges informels. Nous avons donc développé des interventions de groupes d'animation où les gens du quartier peuvent se retrouver, échanger, s'entraider, briser l'isolement. Des groupes de mères monoparentales, de réduction du stress, d'entraide, d'échange avec la communauté africaine, de marche, entre autres.

Regards : *Croyez-vous votre rôle important dans le mouvement de lutte à la pauvreté?*

Marie-Pier Bégin-Léveillé : Dans une certaine mesure, oui, mais notre intervention met avant tout un baume sur la plaie sociale qu'est la pauvreté : renforcer les ressources pour les gens, les conseiller, les aider à faire valoir leurs droits. Je suis toujours stupéfaite de constater le niveau de pauvreté dans notre société. Selon moi, lutter efficacement contre la pauvreté relève d'abord d'une volonté politique sérieuse de nos décideurs et de gestes concrets de leur part.

Regards : *Quelles sont vos meilleures réussites depuis que vous œuvrez ici?*

Marie-Pier Bégin-Léveillé : Sans contredit, d'avoir contribué à rendre « programme officiel du CSSS-IUGS » ce qui fut un simple projet pilote dont nous ignorions l'issue! Il y a 2 ans, j'ai aussi formé le « comité clinique de quartier d'Ascot » : un groupe de codéveloppement composé d'intervenants d'organismes du milieu, tels que Famille Espoir, La Maison de jeunes Flash, etc. Lorsqu'il se réunit, le comité se penche sur une problématique spécifique et cherche des solutions. Enfin, je suis très fière que notre intervention de quartier ait pu rejoindre une grande clientèle immigrante, qui découvre des formes d'aides auxquelles elle croit souvent ne pas avoir accès.

Regards : *Comment entrevoyez-vous le futur d'Ascot, socialement parlant?*

Marie-Pier Bégin-Léveillé : On le sait, à Sherbrooke, il y a beaucoup de préjugés à l'égard du quartier Ascot. Moi, j'aime ce quartier! S'y trouvent un dynamisme humain et un esprit de concertation rares. Mon souhait serait qu'à mon programme d'intervention de quartier se joigne une véritable équipe d'intervention multidisciplinaire en lien avec le soutien aux citoyens du quartier, que j'adore... Je les invite donc à me visiter au 1945 de la rue des Grands-Monts #10 ou à me contacter au 819 570-4000.

Quincaillerie PARENT

1237, rue Belvédère Sud Sherbrooke
Téléphone : 819 346-6944



Service de peinture

SICO

Beauti-Tone
PAINT • PEINTURE

Peinture de très grande qualité
à prix très abordable

Service de vitrerie



Réparation
de moustiquaires,
fenêtres et portes
(même en bois)
Coupe de vitres
et miroirs

On aime rendre service depuis plus de **50** ans dans le quartier!



Pierre Jutras : Disc-jockey et collectionneur d'autos anciennes



Denyse TREMBLAY
dtremb7@videotron.ca

Malgré ses 2 grandes passions, M. Jutras a fait du théâtre avec Lionel Racine de 1982 à 1984. Son choix ne s'arrêtait pas là. Sa passion de disc-jockey a marqué sa vie malgré son apprentissage en tant « qu'auto-didacte » duquel métier il a su jouer avec tous les rouages. De 1973 à 1975, il a fait son entrée disco à Sherbrooke, au club Tobid, un lieu fréquenté par des gens plus fortunés. Il a fréquenté tous les clubs de Sherbrooke et son parcours s'est même étendu jusqu'à l'hôtel Albatros d'Asbestos et dans la région de Québec. Depuis 1973, et jusqu'à ce jour, il est toujours DJ. Il me confie en riant qu'en 2011, les clubs engageaient des plus jeunes vu leur clientèle, mais cela ne l'empêche pas d'exercer son métier. Il possède tout un éventail de musique qui va du disco au country, en faisant un clin d'œil au rétro qui est toujours en demande. Il peut même vous présenter une brochette de musique des années 1980. Il possède 3 ordinateurs, et son inventaire renferme plus de 50 000 chansons depuis les 1950 à aujourd'hui. Il me confie, qu'il défie n'importe qui de lui demander une chanson qu'il n'aura pas dans son répertoire : impossible qu'il ne l'ait pas! De 1979 à 1981, il a travaillé à Québec au Disco bar Vendredi 13. Il a aussi fait la mise en onde de la musique pour CJRS de 1988 à 1990 et Chez Maurice, un club branché de Sherbrooke.

Aucun endroit, aucun défi ne lui échappaient. Mais ce qui fascine par-dessus tout M. Jutras,



Pierre Jutras posant devant sa Mercury blanche, marauder 1969 qui a été la vedette dans le film Crazy.

c'est de collectionner les autos anciennes. Il possède à son actif 8 autos de collection de grandes valeurs, dont l'une a été la vedette du film Crazy, conduit par le comédien Michel Côté. Il me dit que celle qui le charme le plus dans sa collection, c'est une Riviera 1971 de couleur verte. Je lui ai demandé pourquoi celle-là? En éclatant de rire, il me dit : « Pour son look, sa performance, son histoire, sa tenue de route! Lorsque je la conduis, les gens tournent la tête pour la regarder ». J'ai fait les parades de la St-Jean Baptiste, de l'hôpital Youville (CSSS-IUGS) avec mes autos de collection.

Mais dites-moi, d'où vient cette passion? « J'avais 6 ou 7 ans et au lieu de jouer avec mes amis, je m'asseyais sur le bord du trottoir et je regardais passer les autos. J'ai toujours été un solitaire, même aujourd'hui. » Vous avez des amis? « Non, mais des connaissances. » C'est alors qu'il me confia un secret intime! « Ma mère est décédée en 2002 d'un cancer. Quand elle me voyait arriver avec de nouvelles autos, elle me disait toujours de ne pas dépenser

mon argent. Elle ne comprenait pas pourquoi j'avais ce désir si fort! » Mais est-ce qu'on peut dire que ce sont vos maitresses? En éclatant de rire, il me dit : « Bien sur! »

M. Pierre Jutras est un homme dont les passions de la musique et des autos anciennes font un heureux mariage avec lui. Il a cette complicité et le goût de parcourir les routes sans jamais se lasser ! Sur des notes de musique, je lui lève mon chapeau. En terminant, je vous confie un autre petit secret de M. Jutras, sur ce qui le rend heureux : c'est la saison de l'été et même les périodes de canicule, car l'hiver est son ennemi et vous savez pourquoi? Simplement parce qu'il ne peut pas sortir ses autos de collection! Chaque personne a une passion cachée en elle, l'ambition de réaliser des rêves... Il suffit d'y croire, comme M. Pierre Jutras.

Précisions de Mme Rollande St-Amant suite à mon article du mois dernier

1. Soirée VIP Challenge sur glace... C'était un événement de 3 jours et le Palais des Sports servait de Salon VIP. Moi j'étais la maître d'œuvre de la décoration ..mais pas l'organisatrice de la Soirée VIP..c'était Micheline Binette
2. Et les 35,000 Ballons étaient seulement pour le Tournoi Yvon Pif Dépatie ,au Challenge je décorais le plafond en Glacier avec 40,000 lumières.
3. La pétition pour les animaux...n'est pas pour que les animalerie les vermifuges, mais plutôt pour qu'elles les stérilise avant de les vendre afin d'avoir moins d'animaux errants ou abandonnés.

D. Tremblay



Vente de vêtements neufs et usagés
Service de couture
Location de jeux de casino

Heures d'ouvertures :
Mardi & Mercredi : 16 h à 18 h
Lundi & Vendredi : 16 h à 21 h
Samedi : 10 h à 17 h
Dimanche : 13 h à 17 h

Vous avez des vêtements à donner?
Venez nous voir ou communiquez avec nous

1798, chemin Galvin Sherbrooke QC J1G 3E9
819 562-0606



Place Belvédère **819-563-5663**



Texte et photo : Peter Muya

La Fédération des Communautés Culturelles de l'Estrie (FCCE) et les jeunes d'Ascot, main dans la main

Dans le cadre de leurs activités hebdomadaires de soccer (vendredi) à l'École Internationale du Phare, les jeunes d'Ascot ont reçu la visite inopinée des responsables de la Fédération des Communautés Culturelles de l'Estrie (FCCE).

À la fin de la séance de soccer, Peter Muya, représentant la Fédération des Communautés Culturelles de l'Estrie (FCCE) s'est entretenu avec les jeunes d'Ascot. Il leur a présenté le comité « jeunes » de la Fédération des Communautés Culturelles de l'Estrie. Profitant de cette occasion, Peter Muya a exhorté à participer aux activités du Mois de l'Histoire des Noirs, notamment au tournoi de la fraternité le 12 février 2012 au Séminaire de Sherbrooke de 10 h à 17 heures moyennant une participation de 5 \$. La trentaine de jeunes ayant pris part à cette activité a été invitée à initier d'autres projets qui seront étudiés par la Fédération des Communautés (FCCE).

Sous la houlette de Québec en forme et le soutien de Carrefour Accès Loisirs, les jeunes des communautés culturelles se retrouvent tous les vendredis de 20 h à 21 h 30 pour jouer au soccer. Au-delà de l'objectif visé, on veut faire participer les jeunes aux activités sportives, le second objectif est de permettre aux jeunes québécois de mieux se connaître et de s'apprécier. Enfin, ces activités de soccer visent à offrir aux jeunes des communautés culturelles qui n'ont pas la possibilité de pratiquer le soccer l'été, de le faire en salle pendant douze semaines.

La famille Temguia : un modèle

L'enthousiasme des jeunes des communautés culturelles de l'Estrie est rehaussé par la sélection de 2 sur 3 jeunes de Sherbrooke à l'Académie de l'impact.

Le Club de soccer Les Verts de Sherbrooke a annoncé qu'un autre jeune des communautés culturelles, Gino Temguia rejoindra bientôt son Mélé Temguia. Gino Temguia : « jouait pour l'équipe U-14 masculine AA du Club Les Verts ». La sélection de ces deux jeunes des communautés culturelles envoie un message aux autres jeunes : persévérer dans l'effort. Autre source de motivation : si les jeunes des communautés culturelles continuent de progresser, ils pourront rejoindre



la mythique équipe française de l'Olympique de Marseille, club avec lequel Les Verts de Sherbrooke ont conclu une entente de partenariat qui profitera aux jeunes de Sherbrooke de 8-12 ans..

Soirée de sensibilisation au racisme

présentée par l'Association des locataires de Sherbrooke

**Formation d'une heure suivie d'un souper africain
le 27 mars à 17 h au Tremplin, 95, Wellington sud**

Témoignages, présentation d'un document d'information réalisé par le FRAPRU et quelques sketch présentant la réalité des personnes immigrantes par rapport au logement.

**C'est GRATUIT ! Réservation 819 791-1541
Faites vite les places sont limitées**



LOCAL OUVERT

**1945, rue Des Grands-Monts, # 10
Tous les MARDI entre 16 h et 19 h**



**Collations et Breuvages GRATUITS - Échange et loisir
Pour informations : 819-570-4000 ou 819-212-1997**

La Virtuose des Tresses

MARIE THÉRÈSE

Plus de 20 ans d'expérience

*Pour tous vos besoins particuliers en coiffure
faites appel à une professionnelle!*

**Tresses et greffes de tous genres
Travail rapide et soigné**



Pour rendez-vous :

Tél. : 819 542-1179 / Cell : 819 345-6371

Rue Bertrand à Sherbrooke

Massage

thérapeutique, californien, amma ou détente
corps, âme, esprit

Lynda Blais
massothérapeute

585, rue Riel
Sherbrooke J1H 5V7

819 562-1738

un rendez-vous avec soi-même...



Millefeuille irrésistible

Une recette infallible pour vivre un beau moment de lecture

Par Sophie Caron, Famille Espoir

Vous voulez offrir à votre enfant un passe-temps fabuleux pour l'aider à mieux réussir à l'école et à améliorer son estime de soi? En suivant cette recette, savourez avec lui de bons petits moments tous les jours! Choisissez des ingrédients variés et diversifiés : après tout, on n'aime pas tous les mêmes aliments!

Ingrédients

- Une pile de livres : contes, romans, bandes dessinées, etc.
- Une bonne dose de complicité partagée.
- Un endroit de la maison transformé en coin de lecture agréable.

Préparation

- Installez-vous confortablement dans le coin lecture.
- Laissez votre enfant choisir l'ingrédient principal parmi ses livres préférés.
- Incorporez une pincée de curiosité en feuilletant le livre avec lui.
- Épluchez ensemble la couverture, les illustrations; élaborer des hypothèses sur l'histoire.

Pendant la cuisson

- Pimentez l'histoire en imitant la voix des différents personnages.
- Suivez le texte du doigt; invitez votre enfant à tourner les pages.
- Surveillez attentivement ses réactions. Il a peut-être des questions, des intuitions quant à la fin de l'histoire.

La cuisson est terminée?

- Savourez les réactions de votre apprenti cuisinier : le texte est drôle, les images font peur...
Ça lui rappelle quelque chose qu'il a déjà vécu ou une histoire similaire? S'il a aimé, il est possible qu'il redemande ce même plat de nombreuses fois!



il était une fois...

LA JOURNÉE MONDIALE DU CONTE



Petronella VAN DIJK
Directrice
Productions Littorale
www.productionslittorale.com

Le 20 mars, c'est la Journée mondiale du conte. C'est aussi la Journée mondiale de la francophonie, ce qui n'est pas anodin, bien sûr ; la première langue que notre parole porte vers les autres, c'est notre trésor intérieur, celui que nous sommes en pouvoir faire briller. Et quand il brille, quel éclat, quelle lumière et quelle beauté!

Cette langue, c'est par le conte que nous la partageons, avec des mots qui sortent de l'ordinaire, des mots qui donnent le sens le plus précis possible à nos émotions, à nos imaginaires, à nos rêves et à nos espoirs.

Les mots portent. Pendant des siècles, « un homme de parole » était « un homme de confiance ». Un mot peut nous faire vivre,

rire, espérer, tout comme un mot peut aussi nous atterrir, nous rendre muets, nous anéantir...

Par les contes, nous retraçons inlassablement ces différentes émotions inhérentes aux humains de toutes provenances, de toutes conditions. Les contes disent l'histoire de l'humanité, parfois simplement, parfois de manière très complexe et délicate, et violente. Les contes sont un miroir qui nous renvoie nos propres images, des plus sombres aux plus lumineuses.

Le 20 mars, *ad mare usque ad mare*, nous célébrerons le conte. En français, et dans les différentes langues qui nous entourent, non pas pour souligner ce qui nous sépare, mais plutôt ce qui nous fait tous semblables.

En Estrie, depuis des années, nous fêtons l'arrivée du printemps en faisant la promotion de cette parole conteuse avec enthousiasme, à Sherbrooke et dans différents

villages ou villes des alentours qui accueilleront des porteurs d'imaginaires pour les petits comme pour les grands.

Et puis bien sûr, en octobre, nous fêterons entre autres les 20 ans de notre festival **LES JOURS SONT CONTÉS... en Estrie !**

Pour informations :
www.productionslittorale.com
ou 819.566.6996

**solution
du
sudoku
de la
page 19**

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



Des mots et du chocolat chaud

Pour motiver de jeunes écrivains, rien de mieux qu'une journée de rassemblement où on peut partager l'avancement de notre oeuvre, s'amuser et apprendre. Le concours d'écriture *Sors de ta bulle* compte cette année encore une belle troupe de jeunes passionnés s'est d'ailleurs réunie le 10 février dernier pour une troisième et dernière journée inter-écoles, qui a cette fois eu lieu à l'école du Triolet. Au menu : des ateliers concoctés par chacune des écoles, un rallye mouvementé et récompensé d'un délicieux chocolat chaud et enfin un bon vieux micro libre pour terminer la journée en beauté.

Par : Gabrielle Ricard

Seize chanceux parmi tous les jeunes ont aussi eu la chance de passer une heure en privé avec un ou une écrivain(e) qui les aura certainement bien aidés dans leur processus de création. Un gros merci, donc, aux écrivains Lise Blouin, Patrick Nicol, Michel Gosselin et Éric Gauthier. Merci également aux animateurs pour l'organisation de cette journée et bonne chance à tous les participants!



Gabrielle Ricard est candidate au concours *Sors de ta bulle*.



RUE D'ORLÉANS : Un clin d'œil à la France



Jean-Marie DUBOIS et Gérard COTÉ
membres du Comité
de toponymie de la
Ville de Sherbrooke



Photo : Blason d'Orléans
: http://fr.wikipedia.org/wiki/Fichier:Blason_Orl%C3%A9ans.svg

Cette rue est ouverte en 1988, le nom est attribué par la municipalité d'Ascot et officialisé par la Commission de toponymie du Québec en 1990. La rue de Ville-Marie, ouverte en 1989, porte alors également le nom d'Orléans. Comme cette partie n'étant pas reliée à la rue Thibault, elle prend son nom actuel suite à une décision du conseil municipal de Sherbrooke lors de sa réunion du le 21 mars 2005 et le changement entre en vigueur en 2006.

Le nom rappelle celui de la ville d'Orléans en France, chef-lieu du département du Loiret situé dans la vallée de la Loire, dans la région du Centre, à 115 km à peine au sud de Paris. C'est une ville universitaire, industrielle et commerciale de 113 000 habitants, spécialisée dans les domaines des technologies de pointe, du transport et de la logistique. Orléans poursuit une longue tradition marchande qui commence dès le VI^e siècle av. J.-C. En effet, c'est d'abord une place

forte gauloise, nommée Cenabum, sur une voie d'eau navigable stratégique : la Loire, dont le parcours s'étend de Saint-Nazaire sur l'Atlantique, vers l'intérieur du pays. La ville est conquise et détruite en 52 av. J.-C. par l'empereur César qui la reconstruit sur le plan en croix des célèbres camps romains. Son successeur, Aurélien, en fait une capitale et lui donne son nom, Aurelianum. Avec le temps, le nom romain se transforme en celui d'Orléans. Au milieu du Ve siècle, la cité est assiégée par Attila. Elle est prise en 498 par Clovis, roi des Francs. Au Moyen-Âge, avec Paris et Rouen, Orléans est l'une des trois villes les plus riches de France, toujours à cause de sa proximité de Paris. En 1429, Jeanne d'Arc la délivre des Anglais pendant la Guerre de Cent Ans.

Pierre Lavoie
Courtier immobilier

Tél. : 819 578-7872
Tél. adj. : 819 679.5639
info@pierrelavoie.net

Agence immobilière viacapitale

www.pierrelavoie.net

St Marc Ordinateur

Conseil Informatique
Formatage
Mise à niveau
Formation personnalisée
Réparation d'ordinateur
Réseau résidentiel

Téléphone : 819.823.9110
Messagerie : labroi2006@yahoo.fr

Marc Labrecque

Sur Rendez-vous Seulement



Jeunes musiciens du monde-Sherbrooke en collaboration avec Le Café The Singing Goat présentent : *Les samedis « trad » des profs de JMM!*

Quoi ? Une série de concerts présentés par les profs de JMM-Sherbrooke suivis d'une « session » de musique traditionnelle à la façon des pubs irlandais !

Quand ? Un samedi par mois, les 25 février, 31 mars, 21 avril et 26 mai 2012 dès 15h30

Où ? Au CAFÉ THE SINGING GOAT 287 rue Galt Ouest, Sherbrooke
Téléphone : 819-820-1118
www.thesinginggoat.com

Qui ? Ce mois-ci, le 25 février nous avons le plaisir de présenter :

Alex Kehler, professeur de violon chez JMM et son groupe Soulwood avec ; Alex Kehler : violon, mandoline octave, nyckelharpa.

*Daniel Haché : percussions, dijeridoo, violon
Willy LeMaistre : guitare, flûte, banjo.*

Pourquoi ? Pour le plaisir de la musique traditionnelle, pour rencontrer nos profs et nos élèves, et pour la cause ! Contribution volontaire ! Tous les profits seront remis à Jeunes musiciens du monde-Sherbrooke. Bienvenue à tous !



Infos ? Pour tout savoir sur Jeunes musiciens du monde-Sherbrooke et sur cette série de concerts, vous pouvez nous suivre sur FACEBOOK ! <https://www.facebook.com/Jeunesmusiciensdumondesherbrooke>



Christine Fortin et Nicholas Williams

Jeunes musiciens du monde-Sherbrooke

**Tél : 819 791-1578
christine@jeunemusiciensdumonde.org**

1520 rue Dunant (chez Famille Espoir), Sherbrooke

Jeunes musiciens du monde-Sherbrooke est un projet créé en partenariat avec Famille Espoir et Jeunes musiciens du monde siège social (Québec)

*Jeunes musiciens du monde...
Quand la musique peut changer les destins!*

Je viens d'avoir un nouvel emploi. Il était mon mentor.

Participez au programme de mentorat professionnel pour immigrants.

Avec la participation financière de :

QUÉBEC RURIEL La diversité en action

Emploi Québec Estrie

Carrefour jeunesse-emploi de Sherbrooke

Contactez **Patricia Gardner**
819 565-2722, poste 103
patriciag@cje-sherbrooke.qc.ca
20, rue Wellington Nord, Sherbrooke (Québec) J1H 5B7



La relâche...



Jn-Guy SAINT-GELAIS
Surveillant de quartier
Arr. du Mont-Bellevue

La relâche scolaire nous revient en mars. C'est l'occasion de s'occuper et de partager avec les enfants. Notre rôle de parent (et de grand-parent) prend tout son sens. Nous devons continuer d'éduquer. Et ça veut dire de ne pas relâcher la sécurité.

Les sorties en famille génèrent de la joie, du plaisir et du bonheur. Ne gâchons pas ces bons moments en RELÂCHANT les règles et les normes. Les voleurs n'attendent que ces occasions pour s'emparer de vos biens. Les membres de la Surveillance de quartier peuvent vous aider dans la mise en place de moyens de protection qui vous assureront la paix de l'esprit.

Vous pouvez participer à la sérénité de votre milieu en ayant les yeux et oreilles aux aguets. Si vous observez des comportements suspects ou des visiteurs qui rôdent dans les parages, récoltez le plus d'informations possibles sur le véhicule ou sur leur personne. Vous pouvez rapporter ces renseignements à la Sécurité des milieux. Les policiers feront leur travail. Ce n'est pas à vous à faire la police.

La SQ, Sûreté du Québec en partenariat avec le SPS, Service de police de Sherbrooke, organisent une journée DÉCHIQUETAGE de documents personnels le 31 mars 2012. Suivez les médias pour connaître les coordonnées de cette activité.

Nous le répétons souvent : LA SÉCURITÉ EST L'AFFAIRE DE TOUS ET CHACUN. Seul, on ne peut pas faire «grand chose», mais ensemble, nous pouvons changer la dynamique de notre environnement. Bonne



RELÂCHE, mais seulement scolaire. Nous appuyons votre vigilance.

Joignez les rangs de la Surveillance de quartier. À bientôt.

Surveillance de quartier, Arrondissement du Mont-Bellevue
info@surveillancedequartier.org / www.surveillancedequartier.org



Jean Rousseau
Député
Compton—Stanstead



CHAMBRE DES COMMUNES

Circonscription
5142, boul Bourque
Sherbrooke (Québec)
J1N 2K7
Tél. : 819-347-2598
Télec. : 819-347-3583



au-delà des affaires



Regards

Florent ROUSSEAU
représentant publicitaire du journal *Regards*

ANNONCER DANS REGARDS ÇA RAPPORTE !

Annoncer dans le journal communautaire *Regards* vous offre une excellente visibilité, tout en vous permettant de participer au dynamisme du quartier.

Regards vous offre des prix très avantageux avec 4 700 copies distribuées dans autant de foyers.

Informez-vous de notre grille des formats et tarifs :

819 822-3299 ou 819 993-2505

*Amis lecteurs,
nos annonceurs aident notre journal :
ENCOURAGEZ-LES !*

20 ans d'expérience



Prix compétitifs

- Transport général
- Service courtois et rapide
- Assurances complètes
- Service d'emballage

Pierre Gauthier
819 679-8012

166, rue St-François, Sherbrooke, Qc J1M 0B3



nutrition

Assoc'oyer
On change le monde!

Le défi : Mangez plus de fruits et légumes. Prêt! Partez!



Anne-Marie FAVREAU
Technicienne en diététique

Des trucs, en voici :

Congeler des raisins et des tranches de bananes, c'est comme manger des bonbons. Miam! Vous pouvez vous en servir, également comme glace dans les cocktails.

Vous venez de retrouver des fruits qui ont mauvaise mine, servez-les comme croustade. Si vous préférez, faites-en un *smoothie*, ajoutez du lait, du jus, des fruits, du yogourt, du tofu mou dessert, miel, sirop d'érable, etc. Allez-y avec ce que vous avez sous la main et votre imagination. Que de délices vous attendent!

Préparez-vous des légumes que vous ferez cuire en papillote (dans du papier d'aluminium), avec un peu de sel, poivre, jus de citron, bouillon de poulet/ ou vinaigrette, épices au choix, 20 minutes à 350° F.

En plus d'être beau, avoir sur son comptoir un bol de fruit, nous incite à en manger!

Préparer des légumes que vous conserverez au réfrigérateur (bâtonnets de carottes, céleris, bouquets de choux-fleurs, brocolis) que vous garderez à portée de main.

Si vous avez de la difficulté à manger des légumes crus, utiliser des trempettes pour agrémente le tout. Mais faites attention, certaines sont meilleures que d'autres pour la santé. Les trempettes peuvent renfermer de grandes quantités de gras et de calories. Pour les alléger, choisissez des trempettes contenant moins de matières grasses comme la mayonnaise légère, le yogourt nature et la crème sure à 2 % ou moins de matières grasses.

Bon défi !

Le mois de mars est le mois de la nutrition et pourquoi ne pas le commencer avec un petit défi personnel comme incorporer à son alimentation plus de fruits et de légumes. Pourquoi ? Tout simplement parce que c'est bon! Bon au goût et pour la santé, car ils sont riches en fibres, en vitamines, en minéraux, en antioxydants, pauvres en matières grasses et en calories. Un adulte en moyenne devrait consommer entre 7 à 8 portions par jour de fruits et légumes selon le Guide alimentaire canadien.



consommation

Assoc'oyer
On change le monde!

Solutions aux dettes

Méfiez-vous des offres « trop belles pour être vraies »

Des publicités de plus en plus nombreuses offrent des moyens rapides et faciles de venir à bout de ses dettes. Questionnés par des consommateurs de la région, l'Association coopérative d'économie familiale de l'Estrie (ACEF Estrie) et Solutions Budget Plus (SBP) invitent les gens à la prudence.

Les deux organismes attirent l'attention de la population sur un récent avis de l'Agence de la consommation en matière financière du Canada (ACFC) mettant en garde contre les entreprises qui prétendent pouvoir négocier une entente visant à faire baisser le montant

de vos dettes. « Malheureusement, les consommateurs ne bénéficient pas toujours des avantages auxquels les entreprises de réduction de dette les amènent à s'attendre – et certains d'entre eux finissent par s'endetter encore plus, déclare la commissaire de l'ACFC Ursula Menke. Si une offre visant à réduire vos dettes semble trop belle pour être vraie, c'est sans doute le cas. »

L'ACEF et SBP invitent les consommateurs aux prises avec d'importantes dettes à examiner l'ensemble des options disponibles (consolidation de dette, dépôt

volontaire, proposition de consommateurs, etc.). Chaque cas étant différent, une consultation budgétaire auprès de Solutions Budget Plus peut vous aider à identifier la solution qui vous convient (563-0535). Si vous pensez opter pour une entreprise de réduction de dette ou un conseiller en insolvabilité, consultez le site de l'ACFC pour connaître les mesures de prudence. Parmi celles-ci : se méfier des frais perçus à l'avance, des allégations d'approbation gouvernementale et des suggestions de prendre en charge toutes vos communications avec vos créanciers.

Découvrez les services du CSSS-IUGS

Un seul numéro
pour nous joindre
819 780-2222



www.csss-iugs.ca

Hôpitaux et centres d'hébergement Argyll et D'Youville, centres d'hébergement St-Joseph et St-Vincent, CLSC 50, rue Camirand, CLSC 1200, rue King Est, CLSC 8, rue Speid et Centre de maternité de l'Estrie





Les douleurs à l'épaule



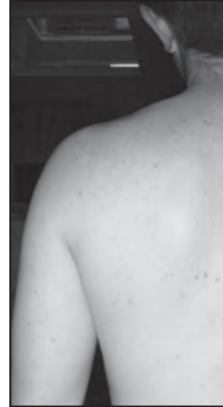
Dr Charles LAGACÉ
Chiropraticien

Chaque année, de nombreuses personnes souffrent de douleur à l'épaule. Les blessures à l'épaule se produisent généralement de deux façons : soit par un accident (chute, coup, mouvement très brusques...), soit par un mouvement répétitif. Les personnes les plus à risque de blessure par mouvements répétitifs sont les gens faisant des mouvements fréquents en haut des épaules : menuisiers, plâtriers, peintres, nageurs, joueurs de tennis, etc. L'âge augmente aussi le risque de blessures.

On fait souvent référence aux douleurs à l'épaule comme étant une tendinite (inflammation du tendon), mais le terme est mal

choisi, car on trouve assez rarement les tendons enflammés. On devrait plutôt parler de tendinose ou de tendinopathie (dégénérescence ou affection du tendon). Bien que les tendinoses soient très fréquentes, il existe plusieurs autres blessures possibles, avec des noms complexes : entorse acromio-claviculaire, déchirure du labrum, capsulite adhésive, etc.

On peut prévenir les blessures en faisant un bon échauffement avant de débiter le travail ou le sport et en prenant des pauses fréquentes. On doit aussi s'assurer d'avoir une bonne posture et une bonne technique de travail; les services d'un ergonome (au travail) ou d'un entraîneur (pour le sport) sont pertinents. On peut aussi prévenir les blessures à l'épaule en s'assurant de développer et d'entretenir une bonne musculature, en faisant des exercices variés.



Si une blessure survient malgré nos efforts préventifs, il est important de s'en occuper rapidement afin de réduire le risque de séquelles. D'abord, il est important de mettre de la glace (15 minutes par heure au maximum) afin de diminuer l'inflammation qui peut être présente dans les premiers jours. La chaleur est contre-indiquée car elle augmente l'inflammation. Le repos partiel est aussi nécessaire afin de ne pas aggraver la blessure.

Repos partiel veut dire de limiter les mouvements douloureux et de ne pas forcer. Cependant, il est important de bouger l'épaule quand même, afin d'éviter l'ankylose.

Il est aussi important de consulter votre professionnel de la santé rapidement car il vous guidera vers les bonnes étapes à suivre pour une guérison complète et rapide.



Jean Coutu

François Maltais

1363, rue Belvédère Sud, Sherbrooke
819 565-9595

Lundi au mercredi 8h30 à 21h00
Jeudi, vendredi 8h30 à 22h00
Samedi 8h30 à 20h00
Dimanche 9h00 à 20h00



AIR MILES Jean Coutu

Payez maintenant vos achats directement avec vos miles de récompense AIR MILES.

5\$ de rabais

Sur tout achat de 30\$ et plus en pharmacie

Pharmacie François Maltais Belvédère Sud SEULEMENT sur présentation de ce coupon-rabais.

Valide jusqu'au 31 mars 2012

* Sauf sur prescription

Rien de plus simple!
Ayez en main votre carte AIR MILES et votre NIP et le tour est joué.



La psycho... quoi?



**Par Evelyne Lapierre
coordonnatrice du
Comité d'Action
du Mont Bellevue**

Depuis déjà quelques années, les enfants de la maternelle dans les écoles du secteur du Mont Bellevue participent à des séances ludiques de psychomotricité avec leur enseignant et un intervenant spécialisé du Comité d'Action du Mont Bellevue (CAMB).

La psycho... quoi? La psychomotricité c'est le développement global des habiletés motrices (avec toutes les parties du corps) et aussi des habiletés mentales.

À quoi ça sert?

La psychomotricité permet à l'enfant de prendre conscience de différents éléments, tels l'équilibre, la sensibilité, la respiration, la relaxation, l'espace, le temps, etc. à travers le jeu. La psychomotricité favorise également l'interaction avec les amis, la patience, la persévérance ainsi que le plaisir de bouger.

À la maison ou au parc, il est facile de reprendre des exercices psychomoteurs, soit en demandant à votre enfant ce qu'il a fait aujourd'hui comme activité ou en consultant le bulletin psychomoteur remis aux élèves à quelques reprises durant l'année.

Pour les bébés et les parents aussi

Par ailleurs, la psychomotricité n'est pas favorable que pour les 4-5 ans. Les poupons et les parents peuvent également en retirer des bénéfices. Voici quelques exercices faciles à réaliser :

LABALADE ENTRACTEUR

(à partir de quatre mois)

1. Avancez une fesse une après l'autre en tournant la taille.
2. Même chose en reculant.



LE CRABE (à partir d'un an)

1. Marchez à quatre pattes en ne laissant pas vos fesses toucher le sol.
2. Assurez-vous que l'enfant se tient bien. Vous ne pourrez pas l'attraper s'il tombe. Ne faites pas cet exercice sur une surface trop dure.



* Prétendez être un crabe géant. Racontez à votre enfant des histoires sur l'océan où vous vivez.

LE TANDEM (de 2 à 5 ans)

1. Contractez les muscles du ventre.
2. Pédalez (flexion et extension alternative des jambes) en gardant toujours un contact entre vos pieds.





TÉL. : (819) 574-0278
TELEC. : (819) 563-8326
CLOUTIERVON@YAHOO.CA

2032, RUE ANNIE
SHERBROOKE QC J1H 6E3

SERVICE PMT

ANALYSTE
TEMPS · MOUVEMENTS · PVA.
POSTURE · MÉTHODE · TRAVAIL

DISTRIBUTEUR AUTORISÉ
PRODUITS ERGOMAT

YVON CLOUTIER

FORMATEUR AGRÉÉ

Projet BébéTrucs Ascot

**Infirmière, éducatrice et travailleuse sociale sur place.
Venez nous rencontrer et poser vos questions sur :**

- Croissance et développement de l'enfant
- Alimentation
- Allaitement
- Discipline
- Santé de la famille
- Langage
- Et bien plus...

De 13 h à 15 heures, tous les derniers jeudis du mois

2011 : 29 décembre

2012 : 26 janvier; 23 février; 29 mars, 26 avril etc.

1945, rue des Grands-Monts, # 10 (local de quartier) / Info : 819-570-4000

Réception 108

Une présentation qui a du goût!

- Service de banquets
- Buffet chaud, froid et méchoui
- Traiteur à domicile
- Cocktail, 5 à 7, Sushis

www.reception108.com

André Moreau
Télec. : (819) 562-3618
Cell. : (819) 678-2225

(819) 562-2223
1715, rue Dunant, Sherbrooke, Qc J1H 4A3





JARDIN COMMUNAUTAIRE MARCEL-TALBOT

Inscription aux Jardins communautaires Marcel-Talbot

Pour renouveler votre adhésion ou devenir membre en 2012 :

- **L'inscription pour les anciens membres aura lieu le mardi 20 mars 2012, à 19 h, à l'église du Précieux-Sang, salle Nazareth;**

- **L'inscription pour les nouveaux membres aura lieu le samedi 24 mars avril 2012, à 10 h, à l'église du Précieux-Sang, salle Béthanie. Cette année, nous avons neuf jardinets de plus à vous offrir, grâce à la précieuse collaboration de l'arrondissement du Mont Bellevue.**

Paiements en argent comptant uniquement (30 \$/petit jardin et 40 \$/grand jardin). Informations sur les inscriptions : Mme Marina Starman au 819 346-5706 ou M. Richard Schambier au 819 791-1414.

L'assemblée générale annuelle des Jardins Marcel-Talbot aura lieu le mercredi 28 mars à 19 h, à l'église du Précieux-Sang, salle Nazareth.

FAMILLE ESPOIR /

CARREFOUR COMMUNAUTAIRE D'ASCOT

1520, rue Dunant à Sherbrooke. 819 569-7923

Dîner-rencontre

À chaque 2 semaines une soupe est offerte et est suivie d'une conférence, une sortie ou une activité jusqu'à 15h. Jeudi le 8 mars de 11h à 15h : Sortie à la cabane à sucre (exclusivement pour les membres). Jeudi le 22 mars: ACEF Estrie présente «Pour consommation responsable en alimentation»

Atelier pour parent

À tous les mardis de 9h30 à 11h30, du 21 février au 27 mars (Relâche semaine du 5 mars).

Ateliers «Y'a personne de parfait !»

Une série de 5 rencontres portant sur la discipline, le développement et les besoins des parents.

Du mardi 17 avril au 15 mai de 9h30 à 11h30.

Matinée éveillée

Venez vivre une activité avec votre enfant. (Bricolage, petit cuisto, conte etc.). Tous les premiers jeudis de chaque mois de 9h à 11h

Café-causerie

Que ce soit pour faire du tricot, des projets créatifs, s'initier à la peinture ou simplement prendre un café pour jaser! À tous les jeudis matins dès 9h. Présentez-vous simplement !

Ateliers de communication en français

Du lundi au jeudi de 9h à 11h30. Inscription obligatoire.

Atelier de conversation anglaise

Séances pour les gens motivés ayant la capacité d'échanger. *Exigence

3/5 niveau anglais, inscription requise.

Les jeudis de 18h à 20h

Chorale : Harmonies des peuples

À tous les vendredis soirs de 18h30 à 20h30. L'activité a lieu à l'église Précieux-Sang.

Groupe d'achats économiques

Une alternative qui permet de sauver temps et argent! À tous les 2 jeudis, soit le 1, 15 et le 29 mars de 13h à 15h.

Soirée cinéma

Pour se divertir, rencontrer des gens et échanger sur le film visionné. Dernier mardi de chaque mois de 18h à 20h30.

Rendez-vous le 27 mars.

Soirée Interculturelle

Échanges animés sur les différentes réalités vécues par les communautés culturelles du quartier. Deuxième mardi de chaque mois de 17h30 à 20h, soit le mardi 13 mars.

Atelier de peinture et autres projets

Pour se divertir, rencontrer des gens et partager son intérêt pour les arts. À tous les 2 lundis de 12h30 à 15h, soit le 5, et le 19 mars.

Famille Espoir c'est aussi pour les enfants...

Aide aux devoirs et leçons

Offert du mardi au jeudi de 15h30 à 16h45 pour les enfants du primaire. Inscription requise.

Samedi Jeunesse

Ateliers de peinture à l'eau, sports, accès à Internet pour les enfants de 4 à 13 ans. Activités spéciales pour les jeunes de 9 à 13 ans (projets créatifs). À tous les samedis de 10h à 11h30 et de 13h à 14h45.

Une place pour moi !

Activités pour les jeunes de 9 à 13 ans.

À tous les mercredis de 18h à 20h.

Je m'occupe des mes congés

Activités spéciales lors de la semaine de relâche. Informez-vous et procurez-vous l'horaire.

Répét Parental**

Le mercredi de 9h à 16h pour les enfants de 3 à 5 ans.

Informez-vous !

PARLONS FRANÇAIS

Nous recherchons des personnes intéressées à venir à des rencontres de parler français. On veut aider des gens de tous âges à parler français. Ces rencontres seraient régulières mais non obligatoires, ces rencontres s'adressent à des femmes, à des hommes, à des enfants même. L'objectif est de fournir un milieu de parler français à des gens qui cherchent à parler français. Il est important de garder des liens avec des gens qui parlent français pour pouvoir se créer un réseau. Le lieu des rencontres et les dates sont à déterminer.

Pour prendre des informations, téléphonez au 819-823-1145, Monique.

MAISON DES GRANDS-PARENTS DE SHERBROOKE

La population est invitée à assister à un spectacle de danses et de chants avec des adolescents et des aînés, le jeudi 26 avril 2012 à 19h00 à l'école Du Phare, 405, rue Sara à Sherbrooke. Contribution volontaire.

Représentation d'une pièce de théâtre, interprétée par des grands-parents et des adolescentes de l'école Montcalm-Mitchell et intitulée « CLUE ». Six mystérieux invités sont accueillis et chacun d'entre eux se voit attribuer un pseudonyme pour la soirée. Invités par Madame Moore, une hôtesse mystérieuse, ils se retrouvent dans un bien étrange



**COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DE L'ESTRIE**

Sherbrooke :
505 rue Short
485, rue du 24-Juin

**72, rue du Curé-Larocque
(Brompton)**

Asbestos

East Angus

Weedon

Windsor

**Vous n'êtes pas seul.
Nous sommes là pour vous, 24 h/jour**

**819 565-7646
www.coopfuneraire.com**



babillard communautaire

*Assoc'oyer
On change le monde!*

Manoir des Collines, en compagnie d'un maître d'hôtel surexcité et d'une pulpeuse soubrette. Bien entendu, un meurtre a été commis et le coupable est parmi eux. Cette représentation aura lieu le jeudi 10 mai 2012 à 20h00 à la salle Le Parvis, 987 du Conseil à Sherbrooke. Bienvenue à tous. Prix d'entrée 5 \$. Pour info. 819 820-9803.

COMMUN'ACTION STE-JEANNE D'ARC INC.

Commun' Action Ste-Jeanne d'Arc Inc. est un organisme sans but lucratif qui œuvre depuis plus de 10 ans dans la communauté. Notre objectif : briser l'isolement et favoriser la prise en charge des besoins par la communauté. **Informations : 819 239-9444**

Activités et services proposés :

Repas-dépannage :

Repas complet pour aussi peu que 2 \$ / personne. Les mardis et jeudis entre 11h et 12 h. Réservation nécessaire

Partici-bouffe :

Pour préparer, cuisiner et manger en bonne compagnie, à coût modique. Les mardis de 13 h à 18 h. Inscription obligatoire 819 239-944

L'inter-génération:

Pour ceux qui aiment créer de leurs mains; tricot, artisanat, etc. Tous les lundis de 13 h à 16 h. Activité gratuite!

Dépannage vestimentaire :

Vêtements et accessoires à prix très modiques. Ouvert du lundi au jeudi de 13 h à 15 h

Marché aux puces :

Sous-sol de l'église Ste-Jeanne d'Arc au 1000, rue Galt Ouest, Sherbrooke

Vendredi 13 avril de 17 h à 21 h. Samedi 14 avril de 8 h à 16 h

Casse-croûte sur place. Venez nous encourager.

Informations : 819 239-9444

CLUB DES COPAINS DE L'ÂGE D'OR PRÉCIEUX-SANG

Programmation de mars 2012

1^{er} mars : Bingo à 10 h et Dîner de Cabane à sucre, Activités, Cartes-Dards, Dominos, Baseball-Poches, Crible.

Les 8, 15, 22 et 29 mars: Activités-Jeux.

Cordiale invitation à tous nos membres et à toutes personnes désireuses de se joindre à notre groupe et passer un bel après-midi. Claire Roy, présidente : **819 562-5930**

S.A.F.R.I.E.

Vous convie à son activité printanière multiculturelle sous le thème :

« Briser l'isolement des familles immigrantes par le rapprochement interculturel »

Joignez-vous à nous le samedi 24 mars prochain de 14 h à 18 h, à la salle Nazareth de l'église Précieux-Sang au 785, rue Thibault à Sherbrooke. Au programme : danse et musique folklorique; témoignages interculturels; repas multiethniques, et plus...

Pour plus d'informations : 819 345-6480 Venez nombreux!



petites annonces

Seulement 1 \$ / ligne

CONSEILS INFORMATIQUES

Réparation et mise à niveau d'ordinateurs. J'ai plus de 15 ans d'expérience et j'en suis un passionné. Faites-moi confiance, vous ne serez pas déçus! Vous cherchez l'honnêteté? Vous l'avez trouvée! Mes clients sont très satisfaits de mes services. Alors, au plaisir de vous aider. Pour me contacter (demandez Marc) : **819 823-9110 ou par courriel : labroi2006@yahoo.fr.**

GARDERIE LES YEUX DU CŒUR INC

Installation de 42 places à 7 \$ par jour. Située en face du parc Belvédère, au 505, rue Thibault. Linda ou Denis (propriétaires), au **819 346-2936. Bienvenue!**

DANSE, DANSE Tous les samedis soirs

Bonne musique; Ligne, Country, Groupe, Sociale. École de danse *J'AIME DANSER*. Sous-Sol de l'église Ste-Jeanne D'Arc au 1000, rue Galt Ouest, Sherbrooke. Petite danse du mois à 19 h 30. Suivi de la soirée dansante de 20 h à 23 h. Cours, les mardis Débutant; 14 h à 15 h. Intermédiaire; 19 h à 20.45 h. Info; Micheline 819 564-0413

Mes meilleurs voeux à votre équipe pour l'année 2012

SPÉCIAL

Petite table et 4 chaises : 75 \$ / Chaise vibromassante Niagara : 995 \$. **Informations : 819 822-3299**

TRANQUILLITÉ, CONFORT ET SERVICE ASSURÉS !

Vous désirez vivre dans la tranquillité? Vous rêvez d'un immeuble où les aires communes sont d'une propreté irréprochable? Vous appréciez des règles de fonctionnement strictes? Vous désirez du service lorsqu'il y a un bris? Ne cherchez plus, et réservez dès maintenant votre logement pour Juillet 2012! Immeubles situés sur une rue paisible, tous contrôlés par un seul et unique propriétaire. Approche personnalisée. Propriétaire attentionné. Aucun animal. Clientèle adulte et locataires de longues dates. Jamais plus vous n'aurez à redéménager tellement vous vous y plairez !

Pour plus d'info : **819 823-5453 / www.lesimmeublesrioux.com**



sudoku

Solution en page 11

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

Invitation



aux membres de la Caisse Desjardins du Mont-Bellevue de Sherbrooke à la 11^e assemblée générale annuelle (AGA)

DATE : mardi 24 avril 2012

HEURE : 18 h 30

LIEU : **Théâtre Granada**
53, Wellington Nord, Sherbrooke

S'il vous plaît, veuillez vous inscrire à votre AGA via l'adresse courriel suivante en mentionnant votre nom, adresse, numéro de téléphone et folio : andreanne.hamel@desjardins.com ou en composant le **819 566-4364** poste 2228. Nous vous ferons parvenir un laissez-passer dans la semaine du 16 avril.



À l'ordre du jour :

- Rapports aux membres
- Élections des dirigeants
- Projets de ristournes
- Tirage de bourses d'études

SOYEZ présents

à l'assemblée générale annuelle et participez à notre «**programme de bourses d'études**» totalisant **7 000 \$**



Vous avez entre **12 et 30 ans** et vous êtes **AUX ÉTUDES** à temps complet?

Inscrivez-vous via notre site Internet : www.desjardins.com/caissemontbellevuedeshersbrooke

L'inscription au programme de bourses d'études vous inscrit automatiquement à l'AGA. L'étudiant ou le représentant doit être présent dès l'ouverture de l'assemblée pour être éligible au tirage des bourses d'études.



Desjardins
Caisse du Mont-Bellevue de Sherbrooke

SIÈGE SOCIAL
1100, RUE GALT OUEST, SHERBROOKE
CENTRE DE SERVICES ST-ESPRIT
2370, RUE GALT OUEST, SHERBROOKE

Date limite pour l'inscription au programme de bourses d'études : vendredi 6 avril 2012