

regards



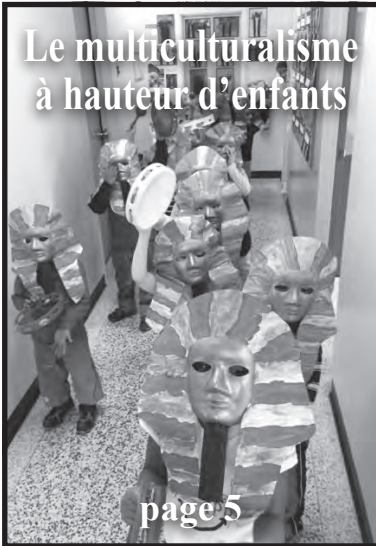
Pour que la branche
puisse pousser,
elle doit respecter
ses racines.

— Titinga Frédéric
Pacere

VOLUME 10, N°8 - MAI 2015

JOURNAL COMMUNAUTAIRE D'ASCOT

Le multiculturalisme
à hauteur d'enfants



page 5

 n fleurit
notre quartier!

avec
Famille Espoir

page 5



Randonnée de lecture
pour la famille

pages 10 et 11



Ascot
en Santé

Marylene
Tremblay
maman et
adjoindte
virtuelle



page 9

Photo : courtoisie

L'école comme
milieu de vie



page 7

Rapprochement interculturel du SAFRIE
« Nous sommes le Québec »



page 8

Contactez votre caisse
pour l'ensemble de vos projets;
plusieurs produits et services sont
disponibles selon vos besoins!

819 566-4363



Desjardins
Caisse du Mont-Bellevue
de Sherbrooke

Visitez notre site Internet :

www.desjardins.com/caissemontbellevuedeshbrooke

Prochaine date de tombée des textes et des publicités 15 MAI 2015	Prochaine date de parution 3 JUIN 2015
--	---

RÉDACTION
Daniel St-Onge
C. P. 22002
Sherbrooke QC J1E 4B4
Tél. : 819 821-2548
journalregards@yahoo.ca

PUBLICITÉ
Réal Blais :
819 563-1067

ABONNEMENT POSTAL
20 \$ / 10 numéros

En partenariat avec :

Corporation Ascot en Santé
819 822-5455 poste 14876
AscotEnSante@csrs.qc.ca
819 342-0996
TremblaySa@csrs.qc.ca

www.facebook.com/pages/Ascot-en-Santé/125288147532136

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



Regards est aussi disponible en format PDF sur le site : www.amecq.ca/journaux_membres/regards/

Dépôts légaux : Bibliothèques nationales du Québec et du Canada

Tirage : 4 750 exemplaires

Distribution : Publisac

Coordination, journalisme et graphisme : Daniel St-Onge

Révision et correction : Monique Joyal-Painchaud

Conseil d'administration : Jn-Guy Saint-Gelais, président; Guillaume Corriveau, vice-président; Gérard-Pierre Ti-I-Taming, trésorier; Evelyne Lapierre, secrétaire; Francine Goupil, administratrice; Sandy Tremblay, membre représentant Ascot en Santé; Monique Joyal-Painchaud, personne ressource.

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 :

ÉCONOLITHO
L'imprimerie à bon prix.

- Impressions de tous genres
- Entêtes, enveloppes, dépliants, brochures

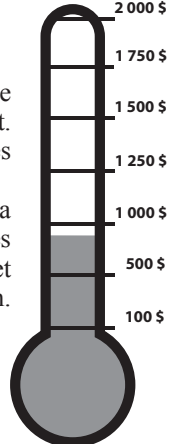
975-1, chemin Hamel
Sherbrooke (Québec) J1R 0P7
Tél. : 819.569.0219 - Téléc. : 819.569.8094
econolitho@cooptel.qc.ca

Daniel ST-ONGE
Coordonnateur
du journal *Regards*

Ça se poursuit...

Depuis février, et ce, jusqu'en septembre, nous sollicitons votre générosité dans le cadre de notre campagne de financement. Ce faisant, vous pourriez vous mériter l'une des belles récompenses offertes par nos généreux commanditaires.

Plus grand élevé sera le montant de votre don, et plus grand sera le nombre de coupons qui vous seront réservés. Les récompenses seront tirées au sort exclusivement parmi les donateurs et donatrices, lors de Voisinage en Fête, le 13 septembre prochain. De plus, une personne peut voir son nom tiré plus d'une fois.



Voici la liste des belles récompenses* qui seront tirées au sort lors de Voisinage en fête 2015 :

- 2 paniers d'épicerie de 50 \$ ch. offerts par Métro Belvédère
 - 3 chèques-cadeaux de 25 \$ ch. offerts par Restaurant l'OmniBouffe
 - 2 bons d'achat d'essence de 50 \$ ch. offerts par Ultramar Claude Adams
 - 1 ensemble de valises offert par Le Club Stan-buy (valeur 75 \$)
 - 1 étiqueteuse électronique Brother offerte par Équip. de bureau Bob Pouliot (valeur 50 \$)
 - 1 carte-cadeau de 50 \$ offerte par Jean Coutu François Maltais
 - 2 cartes-cadeaux de 25 \$ ch. offerts par Quincailerie Parent
 - 2 coupes de cheveux pour homme offertes par Coiffure Coif-Den (valeur de 25 \$ ch.)
 - 1 panier-cadeau offert par La Mèche Verte (valeur 30 \$)
- * D'autres récompenses pourraient s'ajouter d'ici la fin de la campagne.

Faire un don en 4 étapes faciles :

1. Cochez le montant de votre don dans la case appropriée du coupon et inscrivez-y votre nom, votre adresse et votre numéro de téléphone;
2. Découpez le coupon;
3. Faites votre chèque à l'ordre de *Journal communautaire Regards*;
4. Postez le tout dans une enveloppe à :

Journal communautaire *Regards*, C.P. 22002, Sherbrooke QC J1E 4B4

UN DON pour REGARDS C'est UN DON pour nous tous!

CAMPAGNE de FINANCEMENT 2015
Journal communautaire *Regards*

Je donne pour *Regards*

Cochez le montant de votre don :

5 \$ = 1 coupon 10 \$ = 3 coupons 20 \$ = 10 coupons
 50 \$ = 25 coupons 100 \$ = 60 coupons

Les coupons seront déposés dans la boîte prévue pour le jour du tirage.

Nom : _____

Adresse : _____

Téléphone : _____

S.V.P. Faire votre chèque à l'ordre de : *Journal communautaire Regards*



Un projet de café populaire dans Ascot entre le rêve et la réalité

Plusieurs projets mis en place dans le quartier d'Ascot sont issus de la volonté des citoyens et des organismes à travailler ensemble pour, entre autres, lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale et améliorer la qualité de vie de tous.

On se rappelle que lors d'une Assemblée de quartier d'Ascot en Santé en janvier 2011, un groupe de jeunes professionnels intéressés à développer un système d'échanges de service ont accepté de se joindre à Ascot en Santé pour travailler à l'implantation d'une première Accorderie à Sherbrooke. Pendant plus de deux ans, ces jeunes soutenus par le Service d'action communautaire du CSSS-IUGS a vu leurs efforts couronnés de succès. En effet, depuis avril 2013, l'Accorderie de Sherbrooke démarrait officiellement ses activités.

Deux ans plus tard, l'Accorderie de Sherbrooke est en train de développer un projet de café populaire dans le quartier.

Rassuré que le projet de café populaire de l'Accorderie de Sherbrooke s'enracinera dans un territoire où la concertation est forte, le Réseau des Accorderies du Québec a accepté de le financer.

Pour Ascot en Santé, le café populaire devient une opportunité de développer de nouvelles alliances entre les organismes communautaires, les institutions et les entreprises privées.

Outre sa vocation commerciale basée sur les principes de l'économie sociale, on souhaite que le café populaire soit pour les citoyens un espace pour créer des liens de solidarité.

L'engagement de tous saura-t-il transcender les intérêts individuels pour placer au premier plan les intérêts collectifs? Notre quartier a besoin de concertation et de coopération. Il est évident que le développement de notre communauté en dépend.



Alexandre Badibanga
Organisateur communautaire CSSS-IUGS
pour Ascot en Santé



Jn-Guy SAINT-GELAIS
Président du C. A.
du journal *Regards*

Rétention des immigrants ?

La ville de Sherbrooke est une terre d'accueil pour les nouveaux arrivants. Plusieurs personnes par année viennent s'établir chez nous en provenance des 5 continents. La Ville a mis en place une **Politique d'accueil et d'intégration des personnes immigrantes**. Le Comité des relations interculturelles et de la diversité voit à l'application et à l'actualisation de cette Politique.

De nombreux efforts sont faits par les divers intervenants locaux pour faciliter l'intégration à la vie communautaire et culturelle de Sherbrooke. Le quartier d'Ascot est celui où il y a la plus grande concentration d'immigrés. Lors des rencontres de quartier de la Corporation Ascot en Santé, nous voyons cette diversité.

Au cours des dernières semaines, une statistique est venue assombrir le tableau. Sherbrooke est l'une des villes ayant le plus bas taux de rétention, soit 21,6 %. Ça veut dire que malgré tous nos efforts, nos nouveaux concitoyens quittent notre beau milieu de vie. La raison principale est le manque d'emplois et les restrictions sur la reconnaissance des acquis des immigrants.

En effet, Sherbrooke stagne au niveau des emplois. Les nouveaux commerces, nouvelles usines et nouveaux services sont très rares ou inexistantes. Pour réussir la rétention, il faut créer un milieu favorable où les emplois sont nombreux. Il faudra que tous les paliers gouvernementaux travaillent à stimuler l'économie et l'emploi.

La grande richesse culturelle et sociale des immigrés est un plus pour notre quartier. Nous avons démontré notre capacité d'accueil et d'intégration. Les classes d'accueil à l'École élémentaire Jean-XXIII et à l'École internationale Du Phare en sont un bel exemple. Il faut maintenant penser encore plus à la **RÉTENTION**. Cette diversité favorise l'internationalisation de notre société. Et nos enfants en bénéficieront. Au plaisir.

André Nault n'est plus

Le 19 avril dernier, André Nault quittait ce monde. Écologiste de la première heure, humaniste et infatigable pédagogue de l'environnement, l'ancien président des Amis de la Terre de l'Estrie aura passé une grande partie de sa vie à lutter pour protéger la Nature, à commencer par ses combats contre les pluies acides, l'érosion des berges de nos cours d'eau et les OGM. Il a aussi été l'un des instigateurs du Marché de solidarité régionale, qui favorise la consommation locale de produits de la terre, en mettant en lien direct les consommateurs et les agriculteurs de la région. Il aura été aussi un adepte de l'agriculture urbaine, qui est appelée à se propager de plus en plus dans les années à venir. Les milieux écologistes et communautaires de l'Estrie perdent un de leurs meilleurs porte-parole. (D.St-O.)



Photo : Laurier Busque



Arrondissement
du Mont-Bellevue

ENVIRONNEMENT

La Grande Tournée des ventes-débarras

Elle est de retour cette année et conservera la formule établie en 2015. Tout comme l'an dernier, elle se déroulera sur trois fins de semaine :

Arrondissement	Date Grande Tournée	Date limite d'inscription
Fleurimont et Brompton	23 et 24 mai	
Jacques-Cartier et Lennoxville	30 et 31 mai	
Mont-Bellevue et Rock-Forest – Saint-Élie – Deauville	6 et 7 juin	En personne, 5 juin au 600, rue Thibault. En ligne, nous vous suggérons fortement de vous inscrire dès que possible en fonction des nouveaux délais de Poste Canada.
Complétez le coupon d'inscription que vous trouverez :		
• dans l'édition printemps-été 2015 de l' <i>InfoSherbrookoise</i> ;		
• sur le site Web de la Ville à www.sherbrooke.ca/ventesdebarras (très bientôt);		
• dans les bureaux d'arrondissements.		

Faites parvenir le coupon à votre bureau d'arrondissement, en personne ou par la poste en y incluant votre paiement de 10 \$ (prix régulier 25 \$). Pour plus de détails, consulter le www.sherbrooke.ca/ventesdebarras.

N'oubliez pas, l'événement se tient beau temps, mauvais temps!

Aucune reprise ni aucun remboursement n'est possible dans le cadre de la Grande Tournée.

Début de la période de surveillance dans les parcs

Bien que les parcs soient accessibles en tout temps de l'année, la période de surveillance, quant à elle, débutera dans la semaine du 17 mai pour les parcs de l'arrondissement. Il va s'en dire que le travail des préposés et l'accessibilité à certains terrains (soccer, baseball, etc.) dépendent de Dame Nature. Alors souhaitons-nous du beau temps afin de pouvoir profiter pleinement des divers équipements offerts!

Réservation de plateaux sportifs dans l'arrondissement

Si vous désirez réserver un plateau, il vous suffit de contacter le bureau d'arrondissement au 819 563-3774, poste 25. Nous nous ferons un plaisir de vous renseigner sur les différentes modalités de location.

VIE DÉMOCRATIQUE / Calendrier – Mai 2015

Date	Heure	Séance	Lieu
Lundi 4 mai	19 h	Séance ordinaire du conseil municipal	Hôtel de Ville (191, rue du Palais)
Mardi 19 mai	19 h	Séance ordinaire du conseil municipal	Hôtel de Ville (191, rue du Palais)
Mardi 26 mai	19 h	Séance ordinaire du conseil d'arrondissement	Bureau d'arrondissement du Mont-Bellevue (600, rue Thibault)

Les ordres du jour sont disponibles, le matin même de la séance, dans la section :

- « Conseil municipal » du sherbrooke.ca/mairie pour les ordres du jour du conseil municipal;
 - « Séances du conseil d'arrondissement » du sherbrooke.ca/viedemocratiquemb pour les ordres du jour du conseil d'arrondissement du Mont-Bellevue.
- De plus, il vous est possible de visionner les séances du conseil municipal en rediffusion sur la chaîne MATv et sur COGECO et de les consulter en webdiffusion. Pour plus de détails, rendez-vous au sherbrooke.ca/telediffusion.

Bureau de l'Arrondissement : 819 563-3993



Texte : Daniel St-Onge / Photo : Isabelle Laroche

Soirée multiculturelle de l'école Jean-XXIII Le multiculturalisme à hauteur d'enfant

Le 17 avril dernier, l'école Jean-XXIII présentait la 6^e édition de sa Soirée multiculturelle annuelle. Un événement haut en couleur et en saveur des pays d'où sont issus les élèves qui la fréquentent : Égypte, Rwanda, Congo, Afghanistan, Algérie, Maroc, Sénégal, Tunisie, Burundi, Côte d'Ivoire, entre autres.

Parents d'élèves et citoyens étaient donc conviés à assister aux danses, chants, arts visuels et autres prestations exécutées avec brio par les élèves de l'école, le tout accompagné de plats typiques et savoureux. Étaient aussi présents quelques organismes communautaires faisant la promotion de leurs services à la population, dont l'Accorderie, la Maison des jeunes du coin d'Ascot Le Flash et la Maison Oxygène Estrie...

Encore cette année le succès fut au rendez-vous, et les corridors de l'école Jean-XXIII paraissaient bien à l'étroit avec la cohue fébrile venue s'imprégner de nouvelles connaissances sur les pays représentés. Connaissances savamment transmises par les élèves eux-mêmes. Et que dire de la fierté qui se lisait sur les visages admiratifs des parents...

Fait à noter, chaque présentation thématique sur un pays donné était faite par un groupe d'élèves non issus du pays en question. Or, l'aisance avec laquelle ces derniers s'acquittèrent de la tâche ne fait aucun doute sur leur propre curiosité et soif d'apprendre.

Il importe de saluer le travail et le dévouement du personnel de l'école et de sa directrice dans l'organisation de ce magnifique événement. L'école Jean-XXIII est un véritable exemple à Sherbrooke en matière d'intégration des nouveaux arrivants. Cette mosaïque de jeunes qui la fréquentent fait la démonstration que notre société peut parfaitement être multiculturelle dans la tolérance.



Parmi les nombreux dessins réalisés et exposés par les élèves, cette superbe collection d'animaux du Congo.

**Vous traversez des moments difficiles?
Laissez-moi vous aider!**

Consultation psychosociale

Suivi individuel – adultes
Bonne expérience avec de multiples clientèles
et problématiques
Intervention interculturelle

Sur rendez-vous seulement

Karolyne Boulanger
M. Serv. soc., M. Sc.
Travailleuse sociale
Membre de l'OTSTCFQ



819 347-7644
234, rue Dufferin, bureau 305-2
Sherbrooke

Un fleurit notre quartier!

PROJET D'EMBELLISSEMENT



Une fois de plus, nous sommes fiers de vous proposer ce projet qui gagne en popularité avec les années. Le projet consiste à offrir plus de 1500 plants de fleurs aux gens habitant le quartier. Le but étant, bien sûr, de mettre de la couleur à notre milieu de vie!

Pour réaliser ce projet, le comité vous invite donc à mettre la main à la terre, afin de nous aider à transplanter ces plants :

Journée rempotage :

Une occasion de s'impliquer et de créer des liens !

Le lundi 25 mai à 10 h

S'il pleut, l'activité est remise au lendemain soit le mardi 26 mai chez

Famille Espoir, au 1520 rue Dunant.

Bienvenue à tous et à toutes!

Pour inscription et information, demandez Katherine au :

819 569-7923

Il est important de réserver sa place, car un léger repas sera offert.
Vous pouvez apporter votre lunch si vous le désirez pour le dîner.



Journée de distribution : Offrez-vous une fleur ou offrez-la simplement!
À partir du jeudi 28 mai, il vous sera possible de vous procurer des plants de fleurs aux divers points de distribution Famille Espoir, La Paroisse Précieux-Sang, École internationale du Phare, Métro Belvédère, Dépanneur Boni-Soir et La Mèche Verte.

Voici les autres partenaires participant au projet : CIUSSS de l'Estrie, Maison des jeunes du coin d'Ascot Le Flash, Les garderies du quartier, École des Quatre-Vents et plusieurs autres.

De plus, nous tenons à remercier nos généreux commanditaires qui rendent ce projet possible.



Un merci tout particulier à tous les bénévoles et aux organisations participantes.



Proches aidants d'aînés : des ressources pour vous aider !

Vous vous occupez d'une personne en perte d'autonomie ou vous connaissez une personne qui le fait?

Savez-vous qu'il existe des ressources qui peuvent vous donner un coup de pouce dans la réalisation des tâches quotidiennes?

Être un proche aidant d'aîné peut donner l'impression de manquer de temps, surtout si vous continuez vos activités professionnelles et que vous avez à vous occuper d'autres membres de la famille.

La préparation des repas pour vous, votre famille et pour la personne aidée peut constituer une immense responsabilité.

Avant de vous sentir dépassé, utilisez les services qui s'offrent à vous!

Savez-vous que nous avons la chance d'avoir, dans notre quartier, la cuisine collective Le Blé d'Or de Sherbrooke?

À l'aide des groupes de cuisine collective, développez votre autonomie alimentaire et de saines habitudes de vie!

L'utilisation de cette ressource peut être un moyen convivial et économique de cuisiner à l'avance des plats prêts à réchauffer

en compagnie de gens qui peuvent vivre les mêmes difficultés que vous.

Pour en savoir plus :

Cuisine collective

Le Blé d'Or de Sherbrooke

1765 Rue Belvédère S, Sherbrooke, QC

J1H 4E4

Téléphone : (819) 820-1231

www.lebledor.org



Pour en savoir plus :

Sercovie

300, rue du Conseil, Sherbrooke, Qc

J1G 1J4

Téléphone : (819) 565-1066

www.sercovie.org

Vous pouvez aussi utiliser les services de Sercovie : repas à déguster à leur cafétéria, repas congelés ainsi que repas en purée à emporter.

Un autre de leurs services est la popote roulante. Celle-ci livre plus de 150 000 repas par année! Des repas complets livrés directement à domicile à un tarif privilégié.

La popote roulante permet aussi à la personne aînée de rencontrer un bénévole qui saura créer une présence quotidienne reconfortante.

Pourquoi ne pas vous permettre de souffler un peu?

En utilisant les ressources à votre disposition, votre qualité de vie et celle de la personne dont vous prenez soin peut être grandement améliorée.

D'autres services, d'autres ressources existent pour vous aider.

Cherchez-vous des ressources qui pourraient vous soulager dans votre rôle de proche aidant d'aîné ?

Invitez-nous à rencontrer votre communauté !

Ascot en Santé, avec son projet « **Ma communauté au service des proches aidants d'aînés** », offre une séance d'information visant à démystifier ce qu'est un proche aidant dans un contexte d'immigration et à informer les participantEs sur les ressources existantes pouvant améliorer leur qualité de vie.

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à nous contacter !

819 342-0996, ascotensante@csrs.qc.ca

Ce projet est rendu possible grâce au soutien financier de :

L'APPUÏ

POUR LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS

ESTRIE

L'Appui pour les proches aidants d'aînés de l'Estrie

Téléphone : 819 791-7771

Courriel : info@lappuiestrie.org



*Assoirayer
On change le monde!*

Texte et photo : Daniel St-Onge

Marija et Jhon : l'école comme milieu de vie !

Marija Petricevic et Jhon Carvajal sont deux jeunes dont le dynamisme fait l'unanimité à l'école internationale du Phare. Depuis le début de l'année scolaire, ils sont respectivement présidente et représentant du conseil des élèves. Conseil qu'ils partagent avec huit autres collègues. Ces jeunes élus veulent ainsi être des motivateurs; contribuer à rendre captivante la vie étudiante, entre autres, à travers l'organisation d'activités originales et intéressantes. — « Plus les élèves ont accès à des activités stimulantes, plus ils se sentent concernés, et plus ils s'impliquent. » précise Marija. — « En tant qu'élèves finissants, nous souhaitons aussi être des exemples pour les plus jeunes; nous sentir, en quelque sorte, responsables envers eux. » dira à son tour Jhon.

Dû à leur fonction, Jhon et Marija siègent en plus au conseil d'établissement de l'école : une expérience de l'exercice démocratique des plus formatrices, selon eux. À ce sujet, ils diront : — « Nos suggestions et idées sont tenues en compte



à même titre que les autres membres du conseil. De plus, on voit réellement comment fonctionnent les choses, et comment se prennent les décisions. »

Marija et Jhon sont inscrits au programme d'études internationales de l'école. Pour eux, leur passage à du Phare aura été déterminant dans leurs futurs choix de carrière. La première voudrait

éventuellement travailler dans le domaine de la justice, concernée par les injustices de ce monde. Quant au second, parlant couramment l'espagnol et le français, il dit vouloir d'abord parfaire son anglais pour devenir trilingue, afin de faciliter son désir d'œuvrer à l'internationale.

Marija et Jhon terminent en juin leurs études à du Phare, où ils auront passé leurs cinq années de secondaires. Or, lorsqu'on les entend parler de leur école, on a l'impression qu'ils aimeraient y finir leurs jours. — « On y a développé un fort sentiment d'appartenance et des amitiés solides! » dit Jhon. Et de renchérir Marija : — « Ici, tout le monde vous dira que le caractère multiculturel à du Phare en fait un milieu de vie unique! » D'ailleurs, Jhon et Marija sont formels concernant leur école : — « La mauvaise réputation de du Phare, colportée de temps à autre par certains, relève strictement du préjugé, de l'ignorance pure! À notre école, la diversité se vit comme une richesse, et ce, par tous et toutes, élèves ou non : c'est un plus! »

L'école internationale du Phare



405, rue Sara, Sherbrooke

819 822-5455 • www.csrq.ca/Phare

L'école internationale du Phare est un milieu de vie qui allie à la fois une éducation enrichie et un environnement cosmopolite, puisqu'une cinquantaine de cultures s'y côtoient dans l'harmonie. Ici, découvertes, voyages, conférences, activité physique, animation scolaire et parascolaire, encadrement rigoureux ainsi qu'ouverture aux autres sont au rendez-vous!

De l'enrichissement pour tous!

Programme d'enrichissement : anglais et espagnol enrichis (au PÉI)

Programme locaux :

• Jeux vidéo et modélisation 3D • Vie active (multisport et plein air)

Profils et cours optionnels :

Arts plastiques

Musique

Art dramatique

Sport collectif

Stage band

Théâtre

Danse

Arts visuels

Génie inventif

Informatique

Communication

Ciné-club



Cheerleading

Six heures d'entraînement par semaine (3 soirs / sem)

Entraîneurs chevronnés

Équipe de développement

Équipe d'élite

Nouveau plateau d'entraînement consacré au cheerleading

Possibilité d'être inscrit aussi dans un programme au choix, dont le PÉI

Vocations hors du commun!

Programme d'éducation international (PÉI)

La seule école secondaire publique en Estrie à offrir le Programme d'Éducation international reconnu et accrédité par le Baccalauréat international (BI) www.ib.org

À noter : Une bonification de 2 % à la cote SRAM servant au classement pour l'admission au cégep s'applique aux dossiers scolaires des élèves finissants du PÉI.

Éducation enrichie dans toutes les matières dont l'anglais et l'espagnol avancés.

Ouverture aux enjeux internationaux et aux autres cultures par le biais de voyages et de conférences.

Implication active dans la communauté.

Méthodologie.



Textes et photos : Daniel St-Onge

Rapprochement interculturel du SAFRIE 2015

« NOUS SOMMES LE QUÉBEC »

C'est le 21 mars dernier que Soutien aux familles réfugiées et immigrantes de l'Estrie (SAFRIE) a tenu sa Journée de rapprochement interculturel, sous le thème « Nous sommes le Québec ». L'événement, qui se tient dans le cadre de la Semaine d'actions contre le racisme, a eu lieu pour la première fois à l'école Jean-XXIII. Le gymnase avait été aménagé en salle de spectacle, laquelle s'est vite remplie de citoyennes et citoyens du quartier et d'ailleurs, pour ce joyeux rendez-vous, haut en couleur et en chaleur humaine!

La présence d'élus des divers paliers de gouvernement a été grandement appréciée, notamment, celle des toujours fidèles Pierre-Luc Dusseault et Robert Pouliot, respectivement député fédéral et conseiller municipal du district d'Ascot. Y étaient aussi la conseillère municipale Annie Godbout, présidente du comité des relations interculturelles et de la diversité de la Ville, ainsi que Maxime Tessier, attaché politique du député de Sherbrooke Luc Fortin.

Puis, le directeur du SAFRIE, Méthode Muhanuka, a inauguré l'événement, en rappelant l'importance de la coexistence harmonieuse entre les Québécois de souche et ceux issus de l'immigration, afin de forger un futur radieux pour les générations à venir. Le micro a été ensuite confié à Juillet Edgard Douckaga, l'animateur de la journée, dont la perspicacité, l'esprit vif et le sens de l'humour ont su conquérir la foule, avec la complicité de DJ Renos, chargé de l'ambiance musicale.

Et les spectacles et prestations de danses se sont succédés non stop, jusqu'à la clôture. Entre autres, a-t-on vu, entendu, admiré : Jeunes musiciens du monde-Sherbrooke, les groupes latinos Gustavo Patiro

et Son de Cuba, les jeunes danseuses d'origine rwandaises, burundaises, congolaises, népalaises et nord-américaines. Ce faisant, un groupe de jeunes bénévoles assuraient le service d'un succulent goûté aux convives. Comme par les éditions antérieures, les

moments forts ont sans contredit été durant le défilé de mode, les inimitables joueurs de tambours burundais et l'élection de Miss Diversité, dont le titre fut décerné à la jolie Blessing Elong.

En somme, la Journée de rapprochement interculturel du SAFRIE s'est avérée, encore cette année, un succès sur toute la ligne. Elle est de plus en plus une activité incontournable dans le quartier : une véritable tradition!



Méthode Muhanuka.



Juillet E. Douckaga.



Une collation délicieuse pour tous, servie avec des sourires radieux...



D'aucuns voulaient garder un souvenir des spectacles présentés...



L'une des gracieuses danses africaines qui furent présentées.



Le défilé de mode a fait un véritable tabac : grâce et élégance étaient au rendez-vous...



Jeunes danseuses d'origine bhoutanaises.



DJ Renos.



Salsa, merengue... ¡Vamos pa'ya! avec le groupe Gustavo Patiro...

L'activité a été rendue possible grâce au partenariat de :



819 345-6480 / info@safrie.org



Marylene Tremblay, future femme d'affaires, lance son entreprise sous le nom *Adjointe virtuelle Marylene Tremblay*



Denyse TREMBLAY
dtremb7@videotron.ca

Maman de petites jumelles qui ont vu le jour le 16 septembre 2014, Marylene est fière de partager sa vie avec son conjoint Éric Faille, livreur pour la compagnie Sleeman. Marylene a étudié à l'école internationale du Phare. À sa sortie du secondaire, elle a fait un D.E.C. en technique administrative durant un an au collège Champlain, pour le compléter après deux ans passés au Cégep de Sherbrooke. Présentement, elle est en processus de lancement de son entreprise, incluant le volet d'aide administrative et adjointe virtuelle via Internet. Son travail est d'aider les entreprises, leur apporter un support à distance, d'abord à Sherbrooke, avec l'objectif de s'étendre géographiquement, selon les demandes.


Pourquoi ce projet virtuel? — « Les entreprises fonctionnent de plus en plus par Internet, car les besoins de main-d'œuvre se déplacent avec l'idée de s'étendre vers le travail à domicile. Ce sera plus facile avec mes deux filles d'un an, et je pourrai faire mon propre horaire. Par contre, je pourrai me déplacer pour des rencontres afin d'évaluer les besoins. Je suis ouverte à l'idée, si l'entreprise désire que je travaille directement dans ses locaux. » Vous croyez travailler combien d'heures par semaine? — « Au début, je prévois 3 jours par semaine et m'ajuster par la suite. » Les entreprises peuvent communiquer avec vous afin de prendre des informations? — « Bien sûr! » Vous êtes maman de belles petites jumelles du nom de Charlotte qui pesait 5 lbs et 12 onces à sa naissance et Juliette, 5 lbs 15 onces : comment faites-vous pour les différencier? — « Charlotte a beaucoup de cheveux et Juliette a plus de joue! (rire) » Vous les habillez pareilles? — « Au début comme tout le monde, mais elles ont chacune leur personnalité et je ne veux pas leur imposer les mêmes vêtements. » On dit souvent que les bébés naissants ont leur caractère afin de manifester leurs désirs, est-ce vrai? — « Charlotte a le caractère de son



Marylene Tremblay

père qui est plus extraverti. Tandis que Juliette, qui plus tranquille, me ressemble. » Cela a-t-il changé votre vie? — « Oui, cela a apporté beaucoup de joie et d'action dans la maison. » Ça doit être dispendieux de tout acheter en double? — « Oui, effectivement... » Si je peux me permettre, je demanderais aux personnes qui ont des articles de bébé à donner de vous contacter, même si ce n'est pas en double, ou s'il s'agit de

coupons rabais de céréales de bébé. Naturellement, si vous êtes d'accord? — « Oui, c'est certain que cela va aider, surtout avec le coût de la vie. » Votre mère, Diane Tellier, vient vous aider? — « Oui, je n'aurais pas pu avoir une meilleure personne, car ma mère a travaillé 34 ans au CHUS comme puéricultrice (infirmière à la pouponnière). » Qu'est-ce qui vous rend triste dans la vie? — « Mon père qui est décédé le 21 septembre 2008. J'étais proche de lui. Je me souviens qu'une fois il avait dit à ma mère qu'il fallait aller porter le chat chez le notaire, au lieu de dire chez le vétérinaire : il avait déparlé et j'y pense encore et j'en ris. » Vous avez des moments spéciaux? — « La naissance des mes deux filles et mon mariage. » Des rêves? — « Oui, avoir un 3e enfant; que mon entreprise virtuelle soit un succès; et organiser des fêtes d'enfants. » Vous pensez prendre des vacances cet été? — « Je compte aller faire du camping, car dès ma naissance, avec mes parents, nous allions en famille à Old Orchard à tous les étés. L'an dernier, je n'ai pas pu en faire à cause que j'étais enceinte. » Vous avez un message pour nos lecteurs? — Ne jamais anticiper l'avenir, vivre au jour le jour, car on ne sait jamais... Avant que je sois enceinte, ma carrière était ma priorité, maintenant, c'est ma famille, puis la carrière. » Merci pour cette entrevue. Je dirais à nos lecteurs : Donnez au suivant! Écrivez-lui, à l'adresse courriel : marylene_tremblay@hotmail.com ou 819 346-1307.



La mèche VERTE inc.

1707, Belvédère Sud
Sherbrooke, Qc J1H 4E4
819 563-5956
info@lamecheverte.com

Arrêtez de chercher,
nous avons plein d'idées
pour gâter votre maman :
foulards, bijoux,
décorations, etc...

Lundi au vendredi : 9 h à 17 h / Samedi : 9 h à 16 h

Sur présentation de ce coupon, obtenez 5 \$ de rabais à l'achat de 30 \$ sur tout en magasin (Valide jusqu'au 31 mai 2015).



AVEC TOI, JE LIS ! Randonnée de lecture pour la famille



Une joyeuse activité qui consiste à remplir un questionnaire simple lors d'une courte randonnée pédestre en milieu urbain. Explorez le quartier afin de trouver et noter les indices ! Il y a quatre trajets. Vous pouvez les faire tous ou encore n'en faire qu'un. Les questionnaires doivent être remplis avant le lundi 1er juin et déposés au bureau de l'Arrondissement du Mont-Bellevue au 600, rue Thibault. Des prix de participation seront tirés au sort parmi les questionnaires reçus.



Activité organisée par le comité Conte et Crayon de la table de concertation Ascot en Santé

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à contacter Sylvie Pagès : 819 342-0996 / ascotensante@csrs.qc.ca

TRAJET No 1

Départ au 1265 de la rue Belvédère Sud.

1. Complétez le nom :

Maison _____

Poursuivez votre route jusqu'au coin des rues Dunant et Belvédère. Levez les yeux, il y a une enseigne en forme de losange de couleur verte.

2. De quelle compagnie s'agit-il ?

Traversez la rue vers le centre d'achats Place « Jean Coutu ». Remontez la rue Dunant, vous allez croiser un arrêt d'autobus.

3. Quel est le numéro de l'autobus qui s'y arrête ?

Continuez votre marche jusqu'au coin des rues Des Boisés et Dunant.

4. Que lisez-vous sur la pancarte jaune fluo ?

Rendez-vous au 1520, rue Dunant.

Il y a un organisme communautaire famille à cet endroit.

5. Quel est son nom ?

Maintenant, avancez-vous près de l'entrée du 1520, rue Dunant.

6. Qu'est-ce qui se trouve à gauche de la porte et qui contient des livres ?

La M _____

C'est une boîte qui ressemble à une maison. L'utilisation est simple et basée sur le partage de livres. Prendre un livre et laisser un livre, puis rapporter le livre lu.

Vous avez ainsi complété votre circuit de la randonnée de lecture !

Retournez à votre point de départ et amusez-vous en lisant tout ce qui est lisible sur votre chemin.

N'oubliez pas de compléter les informations ci-dessous pour participer au tirage :

Famille participante : _____

Téléphone ou courriel : _____

Âge des enfants : _____

Vous avez jusqu'au 1^{er} juin pour déposer votre questionnaire au bureau de l'Arrondissement du Mont-Bellevue. **Bonne chance !**

TRAJET No 2

Départ au coin des rues Thibault et Belvédère Sud.

Marchez sur le trottoir en direction nord (vers le centre-ville de Sherbrooke). Restez sur ce côté de la rue pour tout le trajet.

1. Place Belmont, trouvez l'acronyme qui représente le Regroupement des CPE des Cantons de l'Est.

2. Quelle clinique est située à quelques portes du Regroupement des CPE ?

3. Plus loin au restaurant Chez Clo, quel repas (affiché dans la vitrine) y sert-on ?

4. Au coin de la rue Sara, si vous faites quelques pas vers la droite, quel est le nom de l'école secondaire que vous verrez ?

5. Devant le CPE le P'tit Gadu, l'affiche indique que c'est une :

À cet endroit (CPE), prenez le temps de vous rendre compte qu'à l'extrémité droite du stationnement, il y a une maisonnette-bibliothèque contenant des livres pour échange.

Vous avez ainsi complété votre circuit de la randonnée de lecture !

Retournez à votre point de départ et amusez-vous en lisant tout ce qui est lisible sur votre chemin.

N'oubliez pas de compléter les informations ci-dessous pour participer au tirage :

Famille participante : _____

Téléphone ou courriel : _____

Âge des enfants : _____

Vous avez jusqu'au 1^{er} juin pour déposer votre questionnaire au bureau de l'Arrondissement du Mont-Bellevue. **Bonne chance !**

TRAJET No 3

Départ face au bac de matières recyclables dans le stationnement de la cantine.

Marchez dans le parc, vers les vestiaires (vers la rue Belvédère).

Faites le tour des vestiaires.

1- Quel est l'animal violet face à la porte n°100 ?

Toujours dans le parc et en direction de la rue Belvédère, marchez vers le grand abri.

2- Comptez le nombre de bancs sous l'abri :

Rendez-vous au milieu des modules pour les très jeunes enfants et regardez vers le terrain de soccer, un peu vers la droite.

3- Quel est le chiffre sur la cabane ?

Dirigez-vous vers le terrain de soccer et tournez à gauche sur le sentier.

Marchez jusqu'à bien voir le tableau indicateur du terrain de baseball.

4- Nommez 2 informations indiquées par ce tableau :

Revenez sur vos pas, vers la cantine, et arrêtez-vous à la maison des jeunes Flash.

5- Sur la maison, trouvez quel est l'organisme qui la finance :

Marchez vers les terrains de tennis.

6- Quelles sont les heures d'ouverture du terrain ?

Revenez vers la cantine dans le stationnement.

7- Trouvez par quel moyen simple et gratuit les gens du quartier peuvent lire et échanger des livres :

Retournez à votre point de départ et amusez-vous en lisant tout ce qui est lisible sur votre chemin.

N'oubliez pas de compléter les informations ci-dessous pour participer au tirage :

Famille participante : _____

Téléphone ou courriel : _____

Âge des enfants : _____

Vous avez jusqu'au 1^{er} juin pour déposer votre questionnaire au bureau de l'Arrondissement du Mont-Bellevue. **Bonne chance !**

TRAJET No 4

Départ au coin des rues Thibault et Belvédère Sud.

Nouvellement locataire à la Place Belmont se trouve le Regroupement des Centres de la Petite Enfance.

1. Compléter le nom de la salle :

Danielle _____

Marchez sur le trottoir de la rue Thibault à votre droite direction du Mont-Bellevue. Avant de traverser la rue Bacon se trouve une affiche blanche et bleue.

2. Le secteur est protégé par qui ?

Poursuivez votre chemin en marche rapide et entrez dans le stationnement de l'église.

Dans le bâtiment voisin de l'église se trouvent deux organismes communautaires.

3. Le premier fait des échanges de services :

4. Le deuxième soutient les familles réfugiées et immigrantes :

Retournez sur le trottoir et reprenez votre marche.

5. Qu'est-ce que «Les Amis du Globe» ?

Devant le bâtiment se trouve une petite maisonnette où il est possible d'échanger des livres.

6. Nommez le titre d'un livre :

Retournez sur vos pas en utilisant le trottoir.

7. Quelle est la vitesse permise dans le corridor scolaire les jours d'école ?

Retournez à votre point de départ et amusez-vous en lisant tout ce qui est lisible sur votre chemin.

N'oubliez pas de compléter les informations ci-dessous pour participer au tirage :

Famille participante : _____

Téléphone ou courriel : _____

Âge des enfants : _____

Vous avez jusqu'au 1^{er} juin pour déposer votre questionnaire au bureau de l'Arrondissement du Mont-Bellevue. **Bonne chance !**



Source : Mélanie Breton

Sors de ta bulle : 10^e édition

La Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke (CSRS) est heureuse de lancer la 10^e œuvre du concours littéraire « Sors de ta bulle », organisé par les quatre écoles secondaires de la CSRS et incluant également l'école secondaire La Ruche de Magog. La 10^e œuvre est publiée par un nouveau partenaire : Les Édition Six Brumes. Les coûts de production sont financés par François Beaudoin, un fier supporteur de la littérature québécoise, et la maison d'édition Les Six Brumes, basée à Sherbrooke.

Fondée en 2001, la maison d'édition Les Six Brumes est une entreprise spécialisée dans la publication de livres de fiction, principalement dans le domaine des littératures de l'imaginaire. On y publie des nouvelles et des romans inédits, rédigés en français et provenant de la plume d'auteurs québécois, canadiens ou internationaux. Aujourd'hui, Les Six Brumes compte plus d'une trentaine de titres à son actif, des nouvelles et des romans originaux.

Choc post-traumatique, deuil et apparitions surnaturelles

L'œuvre gagnante de la 10^e édition s'intitule *Apparitions* et a été écrite par deux élèves de 5^e secondaire au Programme d'éducation internationale de l'école internationale du Phare, les jumelles Audrey et Chloé Couture.

Leur roman raconte l'histoire d'une adolescente qui, après avoir survécu à un accident de voiture, se met à souffrir d'hallucinations dans lesquelles elle croit apercevoir sa meilleure amie défunte. De nature sceptique, elle refuse de croire qu'il peut s'agir de l'apparition d'une revenante. Elle tentera, par différents moyens, de trouver la cause de ses visions.

Le lancement officiel de l'œuvre a eu



lieu le 16 avril dernier à la bibliothèque de l'école internationale du Phare.

Une invitation à se rendre au bout d'un projet d'écriture

Pour les jeunes qui s'engagent dans le processus d'écriture d'un manuscrit (roman, nouvelles, conte, poésie, théâtre, bande dessinée), le concours littéraire « Sors de ta bulle » a été imaginé, mis en place, animé et développé par des enseignants de français de la CSRS depuis 2004

et s'adresse aux élèves du 2^e cycle du secondaire. Il permet annuellement la publication d'un jeune lauréat. Il s'agit d'une collection d'œuvres écrites par des jeunes et distribuées partout au Québec, en plus d'être lues et étudiées par des milliers d'élèves dans les écoles de la CSRS.

J'ai la bougeotte : JE ME DÉVELOPPE! *

Profitez d'un lieu stimulant pour prendre quelques heures avec votre enfant de 0-5ans pour bouger avec lui et ainsi développer son côté moteur.

Une Kinésologue et une Psychoéducatrice de formation seront sur place pour vous aider à profiter pleinement de votre moment parent/enfant.

Quand : 3 mai 2015

Lieu : Gymnase de l'école Jean-XXIII

Heures : entre 10 h et 12 h

Note : espadrilles d'intérieur obligatoires!

* Pour les résidents du quartier Ascot seulement.



FEU SUR L'AUBERGISTE



La Maison des Grands-Parents de Sherbrooke vous présente une pièce de théâtre intergénérationnelle *FEU SUR L'AUBERGISTE*, de Denis Angers.

Le vendredi 15 mai ou le samedi 16 mai 2015 à 19 h 30, à la salle du Parvis : 987 du Conseil à Sherbrooke.

Prix d'entrée : 8 \$ / étudiant et 10 \$ / adulte (billets à la porte également).

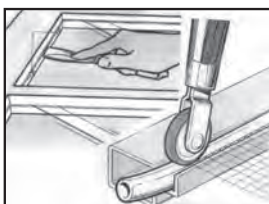
Pour réservation : 819 820-9803

Quincaillerie
PARENT

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



Service de vitrerie



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

Coupe de vitres et de miroirs

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



Texte : José Rochefort pour le comité ÉLÉ

Il suffit de peu!

Quelques minutes par jour consacrées à lire avec votre enfant seront les minutes les plus payantes. Pas besoin d'investir des sous, le comité Conte et Crayon de votre arrondissement vous propose plusieurs alternatives :

- Les maisonnettes de lecture postées à des endroits faciles d'accès (de retour après la disparition de la neige).
- Les contes en pyjama, inscrits au planificateur familial, duquel vos enfants repartent avec un livre.
- Des contes et des livres à la bibliothèque municipale.
- Les randonnées de lecture dans votre quartier, disponibles dans votre journal Regards.
- La Caravane de lecture en visite chez-vous un beau samedi de mai (sur inscription).

Tout ceci est accessible et pensé pour vous, votre famille, votre enfant. Bientôt le beau temps nous amènera jouer dehors. Utilisez les propositions de votre planificateur pour varier vos activités. Profitez des visites au parc pour chercher des insectes, les observer et lire ensuite des livres documentaires pour faire grandir les connaissances et le vocabulaire de votre enfant.

Votre enfant a besoin de bien manger, de bien dormir, de bouger et aussi de nourrir son esprit. La lecture aidera aussi à le faire grandir.

Prochain conte pyjama

Mardi 13 mai à 18 h 30

École Sylvestre

1020, rue Kingston

Collation offerte sur place et prix de participation.

C'est gratuit !

Informations : Sylvie Pagès

819 342-0996 / ascotensante@csrs.qc.ca



VOUS ÊTES UNE PERSONNE IMMIGRANTE FRANCISÉE EN RECHERCHE D'EMPLOI?



D'une durée de 2,5 jours consécutifs.

Contactez-nous pour connaître la date de la prochaine formation et réservez votre place !

819 566-5373

530, rue Prospect, Sherbrooke, QC J1H 1A8

sanc@sanc-sherbrooke.ca

www.sanc-sherbrooke.ca



Restaurant *Chez Clo*

Spécial du **lundi au jeudi 4,99\$** + taxes

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
2 hot-dogs	1 hamburger	1 bébé poutine	1 hot-dog
1 petite frite	1 petite frite	1 liqueur	1 rondelles oignon
1 liqueur	1 liqueur		1 liqueur

Heures d'ouverture : Lundi, mardi, mercredi et samedi de 6 h à 20 h
Jeudi et vendredi de 6 h à 21 h / Dimanche de 7 h à 20 h

1805, rue Belvédère Sud, Sherbrooke 819 791-7284

Si réutiliser vous semble une bonne idée!

Boutique *Comm 9*

Vêtements de seconde main impeccables
Toutes grandeurs disponibles
Aussi sacs à main et accessoires
Service de couturière

Heures d'ouverture : Mercredi de 12 h à 16 h
Jeudi et vendredi de 13 h à 18 h
Samedi de 10 h à 17 h

1186, rue Belvédère Sud Sherbrooke (QC)
819 812-3585

Rabais de 5\$

Valide jusqu'au 31 mai 2015



WIXXER son eau après avoir bougé!



Par Evelyne LAPIERRE
coordonnatrice
Action Santé
Mont-Bellevue



Lorsque l'on fournit un effort physique, rien de mieux pour le corps et l'esprit que de s'hydrater en buvant de l'eau. C'est le message qu'ont reçu les 1500 jeunes des écoles primaires d'Action Santé Mont-Bellevue au courant des dernières semaines, à travers le projet « WIXX ton eau! »

« WIXXER son eau »???

Cette expression ressortie par les partenaires d'Action Santé Mont-Bellevue signifie de rendre son verre d'eau cool, d'agréments le goût de son eau de façon simple, naturelle et colorée. Puisque la campagne de promotion WIXX de Québec en forme souhaite que les jeunes bougent davantage et

surtout dans le plaisir, les partenaires d'Action Santé Mont-Bellevue ont fait une pierre d'un coup avec leur projet « WIXX ton eau » en alliant l'importance de bouger et de bien s'hydrater par la suite.

Pour se faire, chaque élève des écoles Sylvestre, LaRocque, Jean-XXIII, des Quatre-Vents et Notre-Dame-du-Rosaire a d'abord reçu un gobelet d'eau avec un infuseur intégré. Les gobelets ont été décorés

par chacun des jeunes dans le but de les personnaliser et de donner le goût aux élèves de les utiliser régulièrement. En exécutant des mouvements de danse sur des rythmes festifs annoncés par la musique, les classes se sont ensuite dirigées vers le bar à fruits de l'école pour recevoir à boire après s'être essouffés dans les corridors de l'école! Selon leurs goûts, les jeunes ont choisi les fruits qui les attiraient le plus, puis ils les ont intégrés dans l'infuseur de leur gobelet. Une fois l'eau ajoutée, les jeunes ont dégusté leur eau WIXXÉE et ont découvert le plaisir et la simplicité de boire une eau saine remplie de saveurs.

Après ce moment haut en couleur et en saveur, tous les élèves sont repartis à la maison avec leur gobelet. Ils pourront maintenant partager leur expérience avec leur famille et s'hydrater avec une eau naturelle, sans sucre ajouté, en expérimentant tous les arômes des fruits les plus populaires à la maison. De quoi espérer que l'eau sera le liquide le plus cool à boire!



Cet été, optez pour un BBQ santé!



Véronique ISABELLE
Cuisine collective
Le Blé d'Or

ties noircies sur vos aliments, ces dernières contiennent également des substances possiblement cancérigènes, il est donc conseillé d'éviter de les consommer.

Toutefois, plusieurs alternatives peuvent être mises de l'avant afin de limiter la formation de cette substance nocive. Tout d'abord, avant la cuisson, retirer le gras visible de vos pièces de viande, cela évitera que le gras ne s'écoule sur les briquettes et ne s'enflamme. Pour éviter la création de flamme et de fumée, cuisez vos aliments à chaleur indirecte. Il suffit de garder allumé le brûleur du côté opposé des aliments et d'éteindre l'autre. Ainsi, la viande ne sera pas en contact direct avec la flamme. Vous pouvez également réduire la chaleur du barbecue pour permettre à la viande de cuire lentement et ainsi éviter toute carbonisation. La cuisson en papillote peut également s'avérer une option intéressante pour les légumes, le poisson et la volaille. De cette façon, les aliments ne brûleront pas, puisque ces derniers cuisent sous l'effet de la vapeur.

Qui dit beau temps dit chaleur et soleil. Ce pourquoi il est conseillé de garder vos aliments au réfrigérateur jusqu'au moment de la cuisson pour éviter que ceux-ci perdent leur fraîcheur et du même coup que les bactéries se développent et causent des toxico-infections alimentaires. La contamination croisée est également un facteur à surveiller lors de la cuisson au barbecue. Pour éviter cette problématique, la viande cuite ne doit jamais entrer en contact avec la viande crue. Pour ce faire, prévoyez une assiette propre pour déposer les pièces de viande cuites plutôt que d'utiliser celle qui a servi au transport de la viande crue. De plus, prenez l'habitude de nettoyer la grille après chaque utilisation pour enlever les aliments qui ont adhéré lors de la cuisson, ainsi les risques de contamination seront évités.

En suivant ces quelques conseils, la cuisson au barbecue sera non seulement un mode de cuisson sécuritaire, mais ce mode aura également moins d'effets nocifs sur votre santé.



L'inspection d'une propriété... les avantages?



**Guillaume
CORRIVEAU**
Notaire fiscaliste et
médiateur familial

Lors de l'achat d'une nouvelle propriété, il n'y a aucune obligation de procéder à l'inspection de la propriété. Cependant, si vous achetez par l'entremise d'un courtier immobilier, celui-ci devrait fortement vous suggérer de procéder à une telle inspection et, si vous désirez y renoncer, obtenir votre consentement éclairé à cet effet.

Le seul désavantage d'une inspection préachat est le coût d'environ 400 \$ à 500 \$. Celui-ci doit être assumé par l'acheteur.

En contrepartie, l'inspection démontre plusieurs avantages. Tout d'abord, une inspection permettra de prévoir plus aisément les travaux d'entretien, par exemple, le moment du remplacement de la toiture. Il est donc possible de connaître une bonne partie des « petits bobos » de la maison, même ceux que vous n'aviez pu détecter vous-mêmes lors de vos visites. Il est par la suite possible de renégocier les termes de



la promesse d'achat à la baisse si certains travaux doivent être effectués, ou encore de vous retirer de la promesse d'achat si les travaux sont de trop grande envergure ou si le vendeur n'est pas ouvert à diminuer considérablement le prix de vente.

En cas de problème après l'achat de la propriété, vos recours contre le vendeur ont de meilleures chances de réussite, puisque en engageant un professionnel vous avez agi de façon prudente afin de connaître les vices de la maison. Il vous est aussi possible

de prendre un recours contre l'inspecteur qui aurait mal effectué son travail. Cependant, comme le titre d'inspecteur en bâtiment n'est pas réglementé au Québec, assurez-vous de choisir un inspecteur qui est membre d'un ordre professionnel ou qui détient une police d'assurance pour erreurs et omissions. De cette façon, vous éliminez ceux qui se disent inspecteurs en bâtiment, mais qui n'ont peut-être aucune compétence et vous vous assurez d'avoir accès à un fonds suffisant pour que vos pertes soient compensées si vous obtenez gain de cause.

Le vendeur a lui aussi avantage à faire inspecter sa propriété avant de la mettre en vente. De cette façon, le vendeur peut d'emblée réparer les problèmes de petite envergure et ainsi réduire les arguments de négociation avec le futur acheteur. Le vendeur pourra aisément justifier le prix demandé. Celui-ci étant déjà au fait des problèmes avec son inspection prévente ne devrait pas avoir de mauvaises surprises concernant le prix et les négociations, puisque l'acheteur pourra difficilement justifier une baisse de quelques milliers de dollars en compensation d'un problème qu'il devra régulariser. Consulter un professionnel est toujours un choix judicieux.



La tranquillité d'esprit...



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

Un vieux proverbe chinois ou japonais dit : « Nettoie le devant de ton perron et ta ville sera propre ». Nous sommes en mai où tout le monde s'affaire à faire disparaître les traces laissées par l'hiver. Plusieurs ont commencé à fleurir leurs plates-bandes.

Mais, qu'est-ce ça vient faire avec la Surveillance de quartier ? Et bien, c'est une figure de style. Tenir son quartier



propre peut avoir plusieurs significations. On le tient propre en balayant son entrée et le terrain. On le fait aussi en plantant des fleurs et des arbres. On le fait aussi en ramassant les traînées dans l'entrée.

Mais, on peut aussi le faire en participant à la Surveillance de quartier. Si on empêche

la venue des voleurs ou si on limite notre vitesse auto dans le quartier, on rend notre milieu plus propre. En rendant notre milieu plus sécuritaire et plus serein, on participe à ce que notre milieu de vie soit plus propre.

La plus petite chose que chacun de nous fait a une influence sur la propreté de notre communauté. Les membres de la Surveillance de quartier sont là pour vous aider à ce que vous ayez les trucs pour que notre quartier soit... propre.

À la prochaine.

**Surveillance de quartier
de l'Arrondissement du Mont-Bellevue**
info@surveilledequartier.org
www.surveilledequartier.org



AUTOROUTE JACQUES-O'BREADY : trois décennies au service du monde municipal



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

La première partie de cette voie est construite entre 1971 et 1974, sous le nom de boulevard Industriel, entre la future autoroute 10-55 (autoroute des Cantons-de-l'Est) et le boulevard de l'Université. L'échangeur Darce sous la rue King Ouest est d'abord construit en 1971 et le pont Maurice-Gingues au-dessus de la rivière Magog, entre 1972 et 1974. L'autoroute prend le nom d'autoroute 410 en 1976. Le nom de boulevard Industriel attribué à cette chaussée remplace l'appellation de la voie qui était jusqu'alors nommée rue Boucherville. Le nom d'autoroute 410 n'est officialisé par la Commission de toponymie du Québec qu'en 1998 dans Sherbrooke et en 1999 dans Ascot. En 2009 commencent les travaux de prolongation de l'autoroute à partir du boulevard de l'Université. Elle est ouverte jusqu'à la rue Dunant en 2012 et jusqu'à la rue Belvédère Sud en 2014. L'échangeur de la rue Queen et de la route 108-143 dans le secteur de Lennoxville est construit en 2011, mais il ne sera relié qu'en 2015 au tronçon venant de la rue Belvédère Sud. L'échéancier pour l'achèvement de l'autoroute, avec le pont sur la rivière Massawippi et le tronçon jusqu'à la route 108, n'est pas connu. Le toponyme

actuel est attribué par la Commission de toponymie du Québec en 2008 pour souligner l'implication exceptionnelle de Jacques O'Bready aux plans municipal et provincial. Mais la numérotation du Ministère des transports pour l'autoroute existe toujours.

Jacques O'Bready est né à Sherbrooke, le 15 juin 1936. Il est le fils de Lucienne Lacroix (1903-1974) et d'Hertel O'Bready (1902-1951), avocat. Après son cours classique commencé au Séminaire Saint-Charles-Borromée (maintenant Séminaire de Sherbrooke) et terminé au Collège Bourget de Rigaud, il obtient sa licence en droit de l'Université de Sherbrooke en 1959. Il se mérite alors la médaille d'argent du gouverneur général du Canada. Il est reçu au Barreau du Québec en 1960. Il épouse Pierrette Marquis en l'église de Saint-Jean-Baptiste en 1961. Le couple a trois enfants : Michel (1963-1984), Marc et Maryse. En marge de sa formation, Jacques fait des études de comptabilité par correspondance à l'Institut des comptables agréés du Québec entre 1962 et 1965.

Au plan professionnel, il est conseiller juridique pour la firme de comptables agréés



Photo : courtoisie de Pierrette M. O'Bready, Sherbrooke

et de syndics de faillite André Trottier et Cie. De 1960 à 1970, associé dans le bureau Desmarais, Scott et O'Bready en 1970-1971 puis dans le bureau O'Bready, Rivard et Bessette de 1971 à 1983 et, finalement, dans le bureau Grenier, Martel, O'Bready, Savoie et Beaulieu. Il est aussi chargé de cours à la Faculté de droit de l'Université de Sherbrooke d'environ 1961 à 1965 ainsi que secrétaire-trésorier et contrôleur de la firme Les Produits de caoutchouc Marquis inc. de 1970 à 1972.

Au plan municipal, il est conseiller du quartier Nord de 1971 à 1974 et maire de

Sherbrooke de 1974 à 1982. En 1981-1982, il est élu premier préfet de la nouvelle MRC de Sherbrooke. Il est aussi président de l'exécutif de la Corporation des fêtes du bicentenaire de 1999 à 2002 et président du conseil d'administration de Sherbrooke Cité des rivières (devenue Destination Sherbrooke en 2011) de 2001 à 2005.

Au plan provincial, il est président de l'Union des municipalités du Québec de 1979 à 1982. De 1977 à 1981, il est président fondateur de l'Association des gestionnaires de réseaux électriques municipalisés et coopératifs. Il est ensuite sous-ministre des Affaires municipales du Gouvernement du Québec de 1984 à 1988, président de la Commission d'accès à l'information du Québec de 1988 à 1990, président de la Commission municipale du Québec de 1990 à 1998 et chargé de mission auprès du sous-ministre aux Affaires municipales en 1998-1999.

En 1991, il est le premier récipiendaire du Prix Léo Roy de la Table des préfets de l'Estrie et, en 1992, le Barreau de Saint-François lui décerne la médaille Pierre Basile Migneault. En 1994, il reçoit un doctorat *honoris causa* en droit de l'Université de Sherbrooke. Enfin, en 2003, il reçoit le prix de *La Tribune* de la Société d'histoire de Sherbrooke pour son engagement soutenu, efficace et notable à la vie, à l'histoire et à l'avenir de Sherbrooke. Il décède à Sherbrooke, le 13 septembre 2005.

VITRES • PROTECTION • ESTHÉTIQUE • ACCESSOIRES

URGENT!

URGENT!

URGENT!

VITRO PLUS **Ziebart**

Sherbrooke 1685, rue Denault
819 566-0155

**UNE FISSURE DANS
VOTRE PARE-BRISÉ ?**

AGISSEZ RAPIDEMENT !

Sur présentation de ce coupon
lors d'un remplacement
de pare-brise :

**obtenez 2 essuie-glaces gratuits
ou 1 traitement**

Aquapel

Offre valide jusqu'au 31 mai 2015

VITROPLUS.COM

🐦 📘

DISPONIBLE À



Jean Coutu

1363 Belvedere Sud, Sherbrooke QC J1H 4E4

DÉCOUVREZ LE SECRET *Pour une Peau et des Cheveux Soyeux*



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 mai 2015





CLUB LES COPAINS DE L'ÂGE D'OR DU PRÉCIEUX-SANG Programmation 2014-2015

Activités de 13 h à 16 h : cartes, dards, baseball poches, dominos et crible. Chaque 1^{er} jeudi du mois : bingo de 10 h à 11 h 30, suivi d'un repas. Le 7 mai : Dîner de la Fête des mères et de la Fête des pères.

Cordiale invitation à tous nos membres et à toutes les personnes désireuses de se joindre à notre groupe et de passer un bon moment.

Informations : Françoise Lévesque : 819 569-3714

FAMILLE PLUS

Pour les familles ayant des enfants entre 0 et 5 ans.

- Lundis animés : les lundis de 9 h à 11 h (Parent-Enfant)
- Matinées Parents : les jeudis de 9 h à 11 h (Halte-Garderie gratuite disponible pendant l'activité)
- Halte-Garderie : mercredi, jeudi et vendredi de 8 h à 16 h 30 (Réservations le lundi matin entre 9 h et midi)
- Activités familiales
- Divers programmes les mardis (Halte-Garderie gratuite disponible pendant les divers programmes)
- Cotation familiale annuelle : 10 \$

Pour informations :

991, rue Kingston Sherbrooke, (Québec) J1H 3S2.

Tél. : 819 822-0835 / Téléc. : 819 822-0835 / familleplus@qc.aira.com
Blog : www.famille-plus-sherbrooke.blogspot.com

FAMILLE ESPOIR & CARREFOUR COMMUNAUTAIRE D'ASCOT

Activités / Famille

Groupe d'achats économiques

Groupe d'achats économiques

Coopérons pour faire des économies. Coût d'adhésion 5 \$. Le jeudi 7 mai et 21 mai 2015.

Café-causerie familial

Parents, enfants et aînés sont bienvenus! Un lieu de rencontre pour échanger, faire du bricolage ou du tricot autour d'un bon café! Tous les jeudis matin jusqu'au 28 mai, dès 9 h.

Dîner-rencontre

Dès 12 h, une soupe est servie, suivie d'une séance de formation, d'une activité de groupe ou d'une sortie. C'est l'occasion de s'enrichir et de partager en groupe. Dernier dîner-rencontre avant l'automne le jeudi 14 avril, il y aura une activité spéciale de fin d'année!

Du nouveau pour les PAPAS!

Nous avons l'envie d'impliquer davantage les papas au sein de notre organisme. Pour cette raison, nous recherchons des pères de famille qui souhaitent travailler avec d'autres pères afin de mettre en place des activités paternelles.

Intéressé? Besoin de plus d'informations? Vous pouvez nous contacter au 819 569-7923

Ateliers de communication en français (adulte)

Du lundi au jeudi de 9 h à 11 h 30.

Activités occasionnelles

- Sorties Culture du Cœur - Sorties familiales **Informez-vous!**

Activités jeunesse!

Une place pour moi!

Activités pour les jeunes de 9 à 13 ans à tous les mercredis, de 18 h à 20 h.

Halte-garderie

Répit parental pour enfant de 8 mois à 5 ans le mercredi de 9 h à 16 h et le vendredi de 9 h à 12 h. Places limitées. Informez-vous.

Famille Espoir est situé au 1520, rue Dunant à Sherbrooke. Surveillez le journal *Regards* du mois de juin pour nos activités estivales!

Tél.: 819-569-7923/info@familleespoir.ca/www.familleespoir.ca

INTERVENTION DE QUARTIER ASCOT CLSC

1945, rue Des Grands-Monts, app. 8 et 9

SANS RENDEZ-VOUS. Tous les MARDIS entre 13 h et 16 h

LOCAL OUVERT : un MARDI sur deux 17 h à 19 h (pour adultes)

Mardi le 7 avril

Mardi le 21 avril

Mardi le 5 mai

Mardi le 19 mai

FRIPERIE GRATUITE : Un VENDREDI sur deux 9 h 30 à 12 h

Vendredi le 17 avril

Vendredi le 1er mai

Vendredi le 15 mai

Vendredi le 29 mai

BÉBÉ TRUCS ASCOT

Le DERNIER JEUDI de chaque mois de 13 h à 15 h

Jeudi le 30 avril

Jeudi le 28 mai

DEMANDE D'AIDE

Contactez-nous pour un rendez-vous du mardi au vendredi

Marie-Pier : 819 570-4000, mardi, mercredi et jeudi

Arzamina : 819 829-8098, mardi et vendredi

Local fermé le lundi.

MCCE

Le **Mouvement des Chômeurs et Chômeuses de l'Estrie (MCCE)** vous invite à participer à ses rencontres d'information sur l'assurance-chômage qui ont lieu **les premier et troisième mercredis soir de chaque mois à 19 h au 187, rue Laurier à Sherbrooke.**

DIABÈTE ESTRIE

Vendredi 12 juin 2015 : TOURNOI de GOLF « formule Vegas », l'activité bénéfique annuelle de DIABÈTE ESTRIE au Club de golf Venise à Magog, sous la présidence d'honneur de madame Esther Meilleur, pharmacienne-propriétaire chez Pharmaprix du Carrefour de l'Estrie. Golf seulement : 80 \$ • Souper & Golf : 120 \$ • Souper : 40 \$. **Pour plus d'informations : 819 823-8558.**



Toujours présent pour vous servir

Pierre-Luc
DUSSEAULT
Député de Sherbrooke

819-564-4200

Pierre-Luc Dusseault

Pierrelucdusseault.npd.ca





CARREFOUR ACCÈS LOISIRS

Inscription Camp de jour pour les 5-11 ans et 12-16 ans

Le Carrefour offrira à nouveau son camp de jour estival pour les 5-11 ans sur le thème du Voyage dans le temps : De la préhistoire au futur, en passant par le Moyen Âge et le Far-West, les enfants pourront vivre un été rempli d'aventures et de découvertes. Des sorties spéciales seront aussi organisées à chaque semaine : Camp Médiéval Val-Estrie, Ranch Massawippi, Arbre aventure, Parc aquatique Bromont, Parc Safari, etc.

Pour les ados de 12-16 ans, le Carrefour a concocté un été plein de rebondissements, avec des sorties à toutes les semaines : Camping, Rafting, Parc aquatique Bromont, Arbre aventure, etc.

Pour la programmation complète, rendez-vous sur le site www.carrefouracesloisirs.com. Vous pourrez vous inscrire directement sur le site ou nous téléphoner au 819 821-1995 à nos heures d'ouverture.

Projet de jumelage-jardinage COUP DE POUCE VERTS

Vous avez plus de 60 ans et possédez un jardin potager? Au fil des ans, vous avez de plus en plus de difficultés à l'entretenir? Vous avez dû laisser votre jardin à l'abandon? Nous avons une solution!

Par l'entremise du Carrefour accès loisirs, vous pourriez être jumelé à une personne disposée à offrir de l'aide en échange d'une utilisation d'une partie du jardin et d'une partie de la récolte.

Pour plus de détails, contactez Robert Daignault au Carrefour accès loisirs au 819-821-1995 ou au robertdaignault@carrefouracesloisirs.com

CENTRE COMMUNAUTAIRE DE LOISIR SHERBROOKE

Session d'activités estivales pour les adultes

Pour la première fois, le Centre communautaire de loisir Sherbrooke offrira une programmation d'activités estivales pour les adultes les mardis du 26 mai au 14 juillet. Une vingtaine d'activités dans les volets activités physiques, alimentation, arts, langues, techno et développement de la personne combleront la clientèle qui souhaitait poursuivre leur formation durant l'été.

Les activités seront nombreuses : badminton, pilates, danse, PiYo, Zumba, cross spirit, peinture acrylique, anglais, espagnol, initiation aux tablettes, tarot, cuisine italienne, desserts et plusieurs autres. Les inscriptions sont en cours. Faites vite, les places sont limitées!

Tous les détails de la programmation estivale se retrouvent sur le site Internet au www.loisirsherbrooke.com ou dans les brochures du Centre disponibles au 1010 rue Fairmount ou au bureau de l'arrondissement du Mont-Bellevue situé au 600, rue Thibault.

JOURNÉES SOCIALES DU QUÉBEC

Les Journées sociales du Québec sont organisées par un comité national et un comité local à tous les deux ans depuis 1993, et ce, sous la responsabilité de la pastorale sociale d'un diocèse. Cette année, l'archidiocèse de Sherbrooke sera l'hôte de cet événement qui aura lieu à l'Université de Sherbrooke du 5 au 7 juin 2015. Manger est un besoin universel et un droit fondamental.

Or, 842 millions de personnes souffrent de faim dans notre monde. Le dépliant incluant la programmation et le formulaire d'inscription est disponible sur le site des JSQ : www.journeessociales.info/jsq-2015/ et au Secteur pastoral des services diocésains 819 563-9934 postes 401 ou 415.

Un fond d'aide est disponible pour permettre à des personnes à faible revenu d'y participer.

Les coordonnées de la personne à contacter sont sur ce dépliant.

Bienvenue à toute personne intéressée d'y participer.

Lise Laroche : social.resp@diocesedeshbrooke.org

Avril 2015

AVIS DE RECHERCHE !



Dans le cadre des festivités entourant le 10^e anniversaire de sa fondation, le journal communautaire *Regards* se propose de tenir une soirée retrouvailles à l'automne 2015.

Aussi, nous sommes à la recherche des anciens et anciennes du journal qui, entre 2005 et 2015, ont œuvré au sein du conseil d'administration, à la coordination, à la mise en page, à la rédaction de chroniques ou d'articles, à la vente de publicité, au pliage, etc...

Vous vous reconnaissez?

Envoyez-nous vos coordonnées pour que nous puissions vous contacter au moment opportun :

Par la poste : C.P. 22002, Sherbrooke QC J1E 4B4

Par courriel : journalregards@yahoo.ca

Par téléphone : 819 821-2548

Annoncer dans *Regards*, ça rapporte!



Le journal communautaire *Regards* est un outil promotionnel efficace pour les gens d'affaires du quartier. Plus de 80 % d'entre eux ont déjà annoncé dans notre journal. Leur taux de satisfaction est élevé. C'est un partenariat gagnant-gagnant car, ce faisant, nos annonceurs posent un geste solidaire, tout en contribuant au dynamisme du journal.

*Gens d'affaires, annoncer dans *Regards* vous intéresse? N'hésitez pas à me contacter!*

Réal Blais

Représentant publicitaire du journal communautaire *Regards*

Téléphone : 819 563-1067 / Cellulaire : 819 349-3025



petites annonces

Pour seulement 1 \$ / ligne

SOUTIEN INFORMATIQUE

Je suis dans la cinquantaine, alors j'ai beaucoup d'expérience, et j'en suis un passionné. Formation personnalisée, mise à niveau, réparation d'ordinateur, réinstallation du système d'exploitation avec sauvegarde des données à partir de 40 \$. Pour me contacter, demandez Marc (ou laisser un message) : 819 823-9110 ou labroi2006@yahoo.fr.



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DE L'ESTRIE

819 565-7646, 24 heures par jour

www.coopfuneraireestrie.com

Quoi qu'il arrive, vous n'êtes pas seul!

Services complets

Cimetière traditionnel

Cimetière naturel

Arrangements préalables

Columbariums

Mausolée

Chapelle

Accompagnement personnalisé

Cérémonies personnalisées



Sept salons, dont le complexe de la rue du 24-Juin
Sherbrooke, Windsor, Asbestos, Weedon et East Angus



Salon du 505, rue Short, à Sherbrooke