



Journal de rue de l'Estrie

L'ITINÉRAIRE VERS LA PROSPÉRITÉ SOCIALE



LA BOUQUINERIE DU ROTARY

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

819 452-2665 | bouquinerie@rotarysherbrooke.org



Narcisse
Métaphore entre deux eaux
PAGE 13



13, rue des Nénuphars



La TACAE en action
Une campagne à suivre...
PAGE 9

Petit îlot flottant, idéal pour grenouille, crapaud, triton ou salamandre. L'endroit est paisible, empreint d'exotisme. Fraîchement repeint, charmant. Éclairé aux mouches à feu. Joli pied-à-terre libre maintenant. Prière de contacter monsieur Ououaron au Gloup gloup gloup. Gloup gloup. Gloup gloup.

Texte : Pierrette Denault / Photo : Nicole Boisvert



CARITAS ESTRIE

POUR UN MONDE MEILLEUR

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



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

POUR TROUVER NOS CAMELOTS

Visitez la page [Facebook/JournalderueEstrie](#) pour connaître l'horaire et les lieux de distribution où ils se trouvent.

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

CONSEIL D'ADMINISTRATION

- Pierrette Denault, présidente
- Karine Therrien, trésorière et secrétaire
- Nancy Mongeau et Louise Masson, administratrices; Jean-Marc Lemay et Marcel Morin, administrateurs

COMITÉ DE PRODUCTION

- Direction et édition : Nancy Mongeau
 - Développement des partenariats et vente publicitaire : Karine Therrien
 - Révision : Julie Verreault, Frédérique Garain et Pierrette Denault
 - Photographie : Nicole Boisvert
 - Illustration et BD : Kelly Richter et Alyssane Delage-Mongeau
 - Rédaction : Nancy Mongeau, Nathaniel Waugh, André Richard, Érika Faucher, David Caron, Lucie Lafrenière, Karine Guillemette, Marianita Hamel, l'équipe du CIME, François Bouchard, l'équipe de la Table d'Action Contre l'Appauvrissement de l'Estrie, Claudia Beauregard, Marie-Eve Nadeau, Daniel Coulombe, Pierrette Denault, Monique Turcotte, Sandra Tremblay, Bernard Couture, Marilou Laroche, Caroline Perras, France Cadorette, Marc Bolduc, Jacques Quintin, Isabelle Arguin, Marjolaine Guay, L'équipe du SIPSE, François Fouquet, Karine Therrien.
- Des sièges sont disponibles sur le comité de production. Aide à la rédaction et postes de travail mis à la disposition des bénévoles.

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

POUR NOUS JOINDRE

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

En personne : 470, rue Bowen Sud, Sherbrooke
Téléphone : 819 348-0086
Courriel : journalderue@gmail.com

SUIVEZ-NOUS

Facebook : [JournalderueEstrie](#)
Twitter : [JdrEstrie](#)
Instagram : [JournalDeRueEstrie](#)
Site web : www.JdrEstrie.ca

SOMMAIRE

Page éditoriale..... p. 2
Voix libre p. 3 à 5
Êtres différents pour un monde sans pareil ... p. 6
Communautaire p. 7 à 8
Page d'or p. 9
Société..... p. 12
Culture p. 10, 11, 13
Livres p. 14
Poésie p. 15
Psychologie p. 16
Chroniques p. 17
SIPSE p. 20
Environnement p. 21
Divertissement p. 22
Divers-Cité (cahier communautaire) p. 23

PARTENAIRES D'AFFAIRES

Jardin des Animaux p. 18
Clinique vétérinaire Centrale de Sherb. p. 19
Coopérative funéraire de l'Estrie..... p. 21

Financé par le
gouvernement
du Canada



Éliminer la pauvreté

Nancy Mongeau

On se souvient de l'histoire de Vlad Tepes qui aurait essayé, à une autre époque, d'éradiquer la pauvreté en organisant un grand banquet où tous les pauvres de son royaume furent conviés.

Ce prince de Valachie aurait promis à son peuple qu'on ne verrait plus de personnes démunies dans son royaume. Quand ces gens furent ainsi réunis, il ferma les portes de la salle du banquet et les brûla vifs... Cette histoire horrible, l'une parmi tant d'autres racontée au sujet de l'homme ayant inspiré la légende de Dracula, n'est pas si éloignée de ce qu'encore aujourd'hui pensent bien des gens. Non, vous ne le croyez pas ?

Nous sommes peut-être plus discrets et plus civilisés de nos jours, mais le mépris envers la classe sociale la moins bien nantie de notre société demeure présent. Gangrène de notre société moderne, la pathologie est telle que non seulement nous n'avons toujours pas trouvé le moyen de véritablement éradiquer la pauvreté mais, de surcroît, nous rejetons le blâme sur ceux qui la subissent : leur condition relèverait de leur propre

faute. Loin de nous l'idée que le véritable problème puisse se nichier au cœur même de notre système capitaliste qui favorise les plus hauts placés et crée délibérément un écart honteux entre les plus riches (toujours plus riches) et les plus pauvres (de plus en plus pauvres). O sacré capital, mea culpa si je doute de toi ! (Lisez dans ces dernières lignes un brin de sarcasme de ma part.)

Ne savons-nous pas que la classe ouvrière est celle qui permet l'enrichissement des autres, mais qu'elle est souvent celle qui profite le moins des bénéfices engendrés? Et que ceux qui ne sont pas aptes à travailler sont entraînés comme un boulet, lourd fardeau qu'on écarte du pied ? Ceux qui les côtoient savent que ce n'est pas leur inaptitude au travail à temps plein qui leur enlève leur goût de participer activement au monde dans lequel ils vivent.

Cependant, le mépris qu'ils subissent fini par leur soustraire tout espoir et envie de contribuer à cette société qui les rejette.

Bref, ce n'est pas en éliminant les pauvres qu'on élimine la pauvreté, ni en écartant les personnes démunies qu'on trouve les solutions à ce vieux problème.

Bien que je n'aie aucun contrôle sur la société en général, j'en fais partie. Aussi je me pose régulièrement cette question : comment incarner le changement que je souhaite voir s'opérer ? En gardant l'œil ouvert et en étant à l'écoute de ce que je peux faire, un petit pas à la fois, voilà la réponse! L'échelle individuelle peut sembler bien petite, mais la société est ainsi composée de milliers de «je». Je ne peux agir pour les autres, mais grâce à ma volonté, je trouverai des actions concrètes à poser.

Devenez membre!

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

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

Nom : _____

✉ : _____

@ : _____

☎ : _____

Signature : _____

Pour plus d'informations, contactez-nous au 819 348-0086.

Faites votre don!



J'appuie la cause du Journal de rue.

- | | | |
|---------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 25 \$ | <input type="checkbox"/> 50 \$ | <input type="checkbox"/> 75 \$ |
| <input type="checkbox"/> 100 \$ | <input type="checkbox"/> 200 \$ | <input type="checkbox"/> ____ \$ |

Par la poste :

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

Par Interac : journalderue@gmail.com

Par don en ligne : JdrEstrie.ca

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

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

Musique et toxicomanie : un cocktail inévitable?

Nathaniel Waugh

Je suis un jeune homme de vingt-trois ans, toxicomane et passionné par le monde de la musique depuis ma jeunesse. Je m'abstiens de toute drogue et alcool depuis un peu plus d'un an.

À travers mon parcours thérapeutique, j'ai souvent perçu un préjugé envers le milieu de la musique. J'ai observé que cette préconception se manifeste en démotivation pour les musiciens toxicomanes en rétablissement. Ceci m'a motivé à écrire cet article pour poser des questions à ce sujet aux musiciens toxicomanes que j'ai rencontrés durant mon cheminement thérapeutique.

Entrevue avec un ex-toxicomane

Dominick est un gars né à la campagne. Il a grandi avec deux frères et deux sœurs. Son père travaillait tout le temps et sa mère vaquait aux tâches ménagères à longueur de journée. Pour compenser cette absence, il essayait de se mêler aux enfants de son école primaire, mais s'exprimer était difficile pour ce bègue.

« Ce n'était pas évident, mais je me démarquais dans le sport. Là-dedans j'étais meilleur que les autres. À l'âge de 17 ans, j'ai connu la guitare : ça été un exutoire incroyable. C'est grâce à ça que j'ai survécu, sinon souvent j'aurais eu le goût de tout casser. J'ai même voulu me suicider à trois reprises. Au début, j'écoutais du Nirvana et c'était tellement jouissif, je n'avais jamais connu ça de ma vie », se souvient Dominick.

JDRE : Dominick, quel effet jouer de la musique a-t-il apporté à ton rétablissement ?

Dominick : Ça m'a sauvé la vie, ça m'a libéré. Je ne pensais à rien d'autre que de jouer. Les problèmes s'en allaient, c'était une manière de communiquer ce que j'avais en dedans. Si je *feélais smooth*, je jouais de la musique *smooth*. Si j'avais le goût de me défouler, je jouais du Cradle of Filth!

JDRE : Est-ce que la musique t'a amené vers la consommation ou est-ce qu'elle t'en a plutôt éloigné?

D : À la longue, ça m'a éloigné de la consommation, parce que bien des fois, quand je jouais de la guitare, je ne pensais pas du tout à la drogue. Au début, ça m'a empiré côté consommation, jusqu'au

moment donné où je me suis rendu compte que la musique c'était *crissement* meilleur que la *dope* !

Entrevue avec Gil

Gil est un homme dans sa soixantaine. Il a une vie heureuse, une épouse et trois enfants. Son parcours professionnel diversifié l'a mené à une carrière de professeur à temps partiel à l'Université d'Ottawa où il enseigne la langue et la culture gaélique écossaise. Il enseigne également différents types de cornemuse qu'il pratique depuis 10 ans. Ce musicien compose, enregistre et joue de la musique avec le groupe Fiùran qui prépara la sortie de son quatrième album.

JDRE : Depuis quand jouez-vous de la musique ?

Gil : Je suis musicien depuis une cinquantaine d'années! J'ai commencé à jouer de la flûte à bec très jeune, puis j'ai étudié sérieusement la trompette au conservatoire. Pendant plusieurs années, et encore aujourd'hui, je joue de la basse électrique.

JDRE : Quel est l'impact de la musique sur votre cheminement thérapeutique?

Gil : La musique pour moi est une vieille amie, elle touche profondément mon esprit. Elle m'a fourni un radeau de sauvetage durant les périodes de tribulations et elle a intensifié les moments de joie. La musique a profondément impacté mon cheminement thérapeutique à chaque période de ma vie.

JDRE : Est-ce que la musique t'a plus amené vers la consommation ou est-ce qu'elle t'en a éloigné?

Gil : La musique a été mon premier amour. Jeune, j'ai fait de mauvais choix de vie concernant la consommation de substances et cela a fini par m'éloigner de la musique. Après une profonde prise de conscience, j'ai réussi à me retirer de ce mode de vie nocif et à me réinitialiser. Présente tout au long de ma vie, la musique sera avec moi jusqu'à

mon dernier souffle. Je suis sobre depuis de nombreuses décennies maintenant. J'ai trouvé un endroit agréable dans le monde où je suis vraiment heureux.»

L'importance de la musique dans la thérapie

Que ce soit pour Dominick, Gil ou moi-même, l'expression de soi à travers une passion comme la musique a joué un rôle primordial dans notre cheminement pour lutter contre les dépendances. Il est temps de déconstruire les préjugés qui lient la musique à la consommation et de reconnaître pleinement son effet thérapeutique!



Fiùran est un groupe canadien de musique hard-rock celtique.

Commentaire d'un lecteur

André Richard

Quel beau numéro que celui de juin/juillet 2021! Un vent de fraîcheur oxygéné d'optimisme l'habite. Plusieurs textes contribuent à ce sentiment de joie de vivre et surtout de foi en l'être humain, lequel, comme on le sait, peut être capable du meilleur et du pire. Qu'il me soit permis de faire référence à quelques textes tout en me retenant de les citer tous.

Le papier de Monique Turcotte « Quand la peur prend les commandes » (p.7), article réalisé avec clarté et intelligence, nous fait réfléchir à l'importance de laisser aux enfants la possibilité de vivre leurs expériences sans les surprotéger. Quel beau cadeau à leur offrir. Il leur est ainsi permis de faire des découvertes tout en actualisant leur potentiel sans pour autant mettre leur sécurité et encore moins leur vie en danger. La leçon qu'ils retiendront de leurs expérimentations n'en sera que plus intense.

Dans le même ordre d'idées, le poème de Jean-Marc Lemay « On m'avait dit » (p.15) met l'accent sur la foi en l'homme en opposition à tout ce qui peut le détourner de sa route vers le plein épanouissement. S'en remettre à des divinités pour grandir ou solutionner nos problèmes nous empêche d'exploiter à fond nos capacités. Comme la chaleur et l'eau permettent à la semence dans le sol de produire une magnifique fleur, la valorisation et



l'estime de soi entraînent l'humain vers les plus grandes réalisations.

Enfin, le film « Le club Vineland » dont parle Jean-Marc Lemay (p.14) démontre sans l'ombre d'un doute que l'être humain recèle des richesses qui ne demandent qu'à être mises à jour et exploitées. Ce numéro nous change d'éditions antérieures traitant de sujets importants et bien réels, mais qui laissaient voir des côtés plus sombres de l'humanité.

Encore bravo à toute l'équipe du Journal de rue pour l'air frais apporté. Au fil des mois et des années, ce périodique gagne en maturité pour le plus grand plaisir de toute la communauté!

Le **Journal de rue** de l'Estrie remercie ses partenaires d'avoir pris racine dans l'engagement social en contribuant à son plan de visibilité pour membrariat 2021.

DUNIN TECHNOLOGIE Le pouvoir d'optimiser* ***DIAMANT***

CABICO ***OR***

Maxial ***OR***

NGC AÉROSPATIALE ***PERLE***

Être le produit de Facebook

Érika Faucher

Facebook inc. comprend Messenger, Facebook, WhatsApp et Instagram. Comme vous le savez, pour utiliser l'un de ces services, il vous faut en accepter les conditions d'utilisation. Si vous les avez lues, sachez qu'elles sont régulièrement modifiées. Par conséquent, continuer à utiliser ce service sous-entend votre consentement à ces nouvelles conditions. Après une lecture attentive de ces dernières, je vous explique pourquoi il importe de quitter Facebook. Il s'agit d'un bienfait personnel immense, mais surtout d'un devoir collectif.

Effets néfastes contrôlables

Nous connaissons plusieurs effets néfastes des réseaux sociaux : la dépendance possible, les attentes envers des réponses immédiates qui font accélérer le rythme de la vie, le temps qu'on y perd, la solitude pouvant être ressentie devant un monde qui semble parfait, etc. Ces conséquences sont toutefois contrôlables. En réduisant le temps d'utilisation, on retrouve un mode de vie plus sain. Bien qu'ils puissent causer des dégâts, ces effets sont étonnamment les moins mauvais.

Protection de la vie privée, un droit fondamental?

Les conditions d'utilisation stipulent que Facebook récolte toutes vos informations : de vos simples coordonnées en passant par tout ce qui vous intéresse. Les renseignements ainsi recueillis s'étendent évidemment à tous les sites que vous consultez avec le même appareil ainsi qu'à presque tous les autres sites Internet qui récoltent, puis se partagent vos informations. De plus, la compagnie accède à toutes vos conversations Messenger, service qui n'est pas aussi privé que vous le pensez.

Ce n'est pas tout! Facebook récolte des informations sur vos amies et amis

qui sont hors réseau par l'entremise de photos, des appareils connectés sur le même réseau que le vôtre ou via les contacts de votre cellulaire. Son accès autorise même la cueillette de données au sujet de vos appareils (stockage, navigateur, applications, etc.) Si vous faites des achats sur la plateforme, le géant Web va jusqu'à obtenir vos informations de paiement telles que les numéros de votre carte.

Implications

Faire partie de cette communauté, c'est consentir à l'utilisation qui est faite de vos données, soit le développement de technologies avancées telles que l'intelligence artificielle, les systèmes d'apprentissage automatique, la reconnaissance faciale et la réalité augmentée. Tout cela dans un objectif de monopole, de pouvoir et de profit. De plus, Facebook partage les données avec ses très nombreux partenaires comme des annonceurs, des entreprises, les forces de l'ordre ou des chercheuses et chercheurs universitaires en vue d'effectuer des recherches, par exemple, sur les comportements humains afin de prévoir ou même d'orienter des réactions de masse. Ensemble, ils communiquent des informations concernant vos activités en dehors de Facebook, que vous possédiez ou



Et si Facebook était plutôt un réseau « anti » social?

non un compte ou que vous soyez connecté ou non, et qui peuvent avoir un impact réel sur notre monde en influençant, par exemple, les élections. En vrai, la seule façon d'y échapper est de quitter le réseau définitivement.

Éventuellement, nous utiliserons des réseaux sociaux soucieux des humains

derrière les comptes et limitant le potentiel de contrôle. L'avancée des technologies nous permet assurément de développer des pratiques sécuritaires dans la vie en ligne. En attendant, on se croiera dans le vrai monde, car il est nettement plus beau, plus humain et il n'attend que nous pour l'améliorer.

En toute légèreté, cette série de **8 ateliers** vous invite à découvrir les principes de base de rédaction d'un article et y exercer l'art de travailler ses écrits.

Le fruit de vos efforts se traduira par un texte clair, structuré et peaufiné, témoin d'une histoire que vous aviez envie de partager. Exercerez-vous votre plume pour le Journal de rue?

Le texte paraissant sur cette page a été rédigé dans le cadre de l'atelier d'écriture du Journal de rue qui s'est tenu ce printemps au Tremplin 16-30. Les organismes communautaires intéressés à accueillir cet atelier destiné à une clientèle victime de la pauvreté et de l'exclusion sociale peuvent communiquer avec la direction du Journal.

Une solution innovante à la pénurie de main-d'œuvre!

David Caron, directeur général du Groupe Probex

Le Groupe Probex a rencontré les membres de l'équipe de Monsieur Jean Boulet, Ministre du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale, pour lui proposer une solution à la pénurie de main-d'œuvre que subissent les entreprises.

La structure actuelle de notre système québécois contraint un grand bassin d'individus à l'inactivité et à l'isolement, alors qu'ils pourraient participer à de nombreux projets collectifs dans une zone se situant entre l'aide sociale et l'emploi.

Notre expérience et nos nombreuses collaborations des dernières années dans le secteur manufacturier et agricole démontrent très clairement la contribution hautement significative que peuvent offrir nos stagiaires pour aider les entreprises à pourvoir des postes nécessitant peu de scolarité, de compétences spécifiques et qui impliquent souvent des tâches répétitives.

À défaut de posséder 100% des exigences nécessaires à l'atteinte du marché de l'emploi, certaines

personnes en possèdent 25%, 50% ou 75% et leur contribution pourrait être mise à profit. Au lieu de cela, nous nous en privons, les laissant ainsi disqualifiées temporairement ou de façon permanente pour l'emploi.

Le Québec s'est doté d'une bonne structure et de bons programmes visant à favoriser l'intégration à l'emploi des personnes présentant diverses limitations. Toutefois, pour l'ensemble des personnes accueillies dans nos services de formation, et ciblées par notre proposition, la principale raison de leur admission n'est jamais la recherche d'un moyen d'améliorer leur situation financière, mais bien d'améliorer leur situation de vie.

En plus de favoriser la participation active des personnes vivant avec



Stagiaires du groupe Probex

diverses problématiques d'adaptation sociale ou présentant des limitations fonctionnelles, le programme proposé au ministre permet à ces individus « catégorisés » comme des personnes invalides ou vivant avec une contrainte permanente à l'emploi, de répondre, dans le respect de leurs capacités physiques et mentales, à des besoins d'affaires réels.

Devant la réussite de notre modèle d'entreprise sociale, nous avons accompagné notre proposition d'une démarche qui permet de déployer rapidement la structure

de nos programmes de formation et de développement à l'échelle du Québec.

Enfin, nous sommes bien conscients que notre proposition ébranle l'équilibre actuel de notre système et qu'elle nécessite une grande volonté politique. Devant les besoins criants de main-d'œuvre, j'invite le ministre à intensifier l'analyse de notre proposition afin d'accélérer son implantation de façon à moderniser la vision inclusive et participative de chaque citoyen québécois à l'économie et à la prospérité de notre société.

Mine de rien

Lucie Lafrenière

Il y a quelques années, après une nuit dans le fin fond des bois à l'auberge de Weedon et un petit-déjeuner copieux servi par la maîtresse des lieux, encourageante, je me mets en route pour Asbestos. J'arrive à temps à la mine et m'accoutre du casque, trop grand pour moi, ne sachant pas qu'il est ajustable. Un mineur m'en avisera plus tard. Le temps est idéal, ni trop chaud ni trop froid. Un responsable divise le groupe en deux autobus.

La descente est impressionnante. Le chemin est étroit et crevassé, l'autobus a roulé sa bosse. Il en a vu d'autres, peut-être trop. Non. Nous arrivons à bon port.

Un mineur nous donne à nous les néophytes un mini-cours sur les pierres semi-précieuses à dénicher : vésuvianite, aragonite, quartz entre autres sur les 123 possibilités. Au début, je me sens comme un poisson sorti de l'eau, gauche dans mon attirail, dépaysée dans cette mine grise à perte de vue, dépossédée de tout vert.

Écrire ressemble à prospecter. C'est une marche solitaire aux tréfonds de soi-même, semblable à une mine, balisée de pensées, de sensations, d'émotions, de souvenirs. À certains moments, il faut creuser, piocher pour trouver les

mots précieux; à d'autres moments, la vigilance suffit pour les cueillir lorsqu'ils nous font la grâce de se pointer. Certaines formulations sont élégantes d'emblée. D'autres doivent être polies comme des pierres, montées comme un collier, ou bien mises au congélateur comme celles empêtrées dans l'argile et jetées dans une casserole d'eau bouillante pour les débarrasser de leurs gangues.

Je passe toute la journée au fond du trou. Une petite bruine est la bienvenue après le lunch. Je reviens à la surface avec des chaudières remplies de cailloux, les reins creux, la tête enflammée d'histoires grpillées au hasard des rencontres et la sensation d'avoir sorti un rêve de mes boules à mythes, comme celui d'avoir participé à un groupe d'écriture. Mine de rien?

MERCI
DE MAGASINER CHEZ NOUS
POUR LA RENTRÉE!

BIENVENUE À TOUS!
UNE MARCHANDISE RENOUVELLÉE QUOTIDIENNEMENT

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

151, rue Bowen Nord
819 569-5336
Dons acceptés 7 jours / 7
comptoirfamilialdesherbrooke.com

LE COMPTOIR FAMILIAL DE SHERBROOKE

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

Soutien à domicile : chez soi, le premier choix

Karine Guillemette, directrice d'Action Handicap Estrie

Action Handicap Estrie est un regroupement régional de vingt-deux organismes de promotion des intérêts et de la défense des droits des personnes handicapées en Estrie. Son principal rôle consiste à faire valoir les besoins et les droits des personnes handicapées et de leur famille auprès de la population en général, mais aussi au sein des intervenants et des décideurs sociaux. Dans le contexte où le Journal de rue est un média communautaire dans la lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale, nous nous y associons en vue de mettre en lumière quelques enjeux auxquels nous devons faire face au quotidien.

En 2019, nous avons réalisé un sondage pouvant mesurer la satisfaction de l'offre de services pour les personnes en situation de handicap, et ce, par l'intermédiaire de divers programmes gouvernementaux ou de services dispensés dans la région estrienne. Ce sondage révèle que l'un des enjeux majeurs se situe au niveau du soutien à domicile.

En effet, un fort pourcentage de personnes handicapées adultes au Québec reçoivent des services de soutien à domicile pour répondre à leurs besoins. En exemples, de l'aide pour se lever, se coucher, voir à son hygiène personnelle, se nourrir ainsi que pour plusieurs autres activités de la vie quotidienne. Cette aide est traduite de différentes façons par la prestation des services de soutien à domicile. Il peut s'agir d'un auxiliaire du centre de santé et de services sociaux, d'une agence privée, d'une entreprise d'économie sociale ou par l'allocation directe chèque emploi-service.

Manque de service, lourdes conséquences

Cependant, plusieurs personnes handicapées admises ne reçoivent pas tous les services dont elles ont besoin à cause du manque de ressources humaines et financières, ce qui rend le recrutement et la rétention de personnel plus difficiles. Par conséquent, cela entraîne le changement fréquent de personnel, source de stress et d'insécurité pour plusieurs. Imaginez, par exemple,



LA MAISON CAMÉLÉON DE L'ESTRIE INC. offre aux familles vivant avec une personne ayant une déficience physique, intellectuelle ou multiple, un service de répit dans un milieu stimulant, sécurisant et adapté.

que chaque semaine, une nouvelle personne vous donne votre bain ou qu'on laisse entrer un nombre inimaginable d'inconnus dans votre maison, puis dans votre salle de bain afin d'enlever vos vêtements. Vous pouvez donc comprendre le stress et l'insécurité auxquels doivent faire face ces personnes handicapées.

Cette offre de service trop restreinte engendre également l'épuisement des familles. De fait, à 77 % du temps, l'aide à la vie quotidienne provient d'un parent biologique. De cette proportion, 58 % de l'aide serait apportée seulement par les mères. Ce faisant, trop de personnes ayant un lourd handicap se retrouvent en centre d'hébergement de soins de longue durée (CHLSD) à cause de lacunes à domicile.

Heureusement, des organismes tels Handi Apte sont d'un précieux secours. Ayant pour but de favoriser l'autonomie et le maintien à domicile

de la personne handicapée physique dans son milieu de vie, Handi Apte offre une banque de références de préposées et préposés en soutien à domicile.

Les constats

Clairement, on relève un manque de financement pour ce programme afin de soutenir adéquatement les familles et les personnes elles-mêmes qui choisissent de demeurer à la maison. C'est pourquoi nous demandons au gouvernement que les allocations octroyées tiennent compte des besoins réels et non des réalités budgétaires administratives.

Devoir quitter son emploi pour apporter des soins à son enfant ou placer son conjoint en CHSLD faute d'insuffisance de personnel pour venir à domicile ne devrait jamais être une option. Pourtant, c'est la triste réalité vécue par trop de personnes handicapées et leur famille.



LA MAISON CAMÉLÉON DE L'ESTRIE

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



Résistons pour vivre, marchons pour transformer!

Marianita Hamel, agente de mobilisation pour ConcertAction Femmes Estrie

« Nous, femmes de la Marche Mondiale réunies à Bilbao, Euskal Herria, pour notre 11^e rencontre avec des représentantes de 36 pays, nous nous réaffirmons comme féministes, anticapitalistes, anticolonialistes et antiracistes, et en marche permanente jusqu'à ce que nous soyons toutes libres. La logique du capitalisme et de la vie sont absolument inconciliables, et nos réponses comme organisation plurielle et diverse doivent être chaque jour plus puissantes, de par nos mobilisations dans les rues et au sein des bases populaires. »*

En 2018, les féministes de la Marche Mondiale des Femmes (MMF) lançaient la thématique de la 5^e action internationale sous la bannière « Résistons pour vivre, marchons pour transformer!». La résistance, c'est l'affirmation et la protection de la vie contre ce qui veut la détruire. Les systèmes qui ont sculpté le monde dans lequel nous vivons aujourd'hui sont hégémoniques, c'est-à-dire qu'ils imposent une vision unique du développement comme un bulldozer prêt à raser toutes les autres formes de vie qui se dressent sur son passage.

Rappelons-nous que le contrôle des territoires et des corps sont étroitement liés par une logique de domination. Depuis des siècles, les communautés autochtones et

traditionnelles à travers le monde subissent les atrocités des politiques coloniales. De l'assimilation forcée (ex. : les pensionnats au Canada) à la contamination à grande échelle des territoires par les industries extractives (ex. : les minières canadiennes), l'histoire de ces communautés nous donne la conviction qu'il est nécessaire de transformer radicalement ce monde pour une réelle justice sociale et climatique.

Saviez-vous que la Marche mondiale des Femmes a un comité permanent en Estrie? Au sein de ce comité, coordonné par ConcertAction Femmes Estrie, plusieurs groupes de femmes et des citoyennes se réunissent régulièrement pour partager leur vision d'un projet de société basé sur les valeurs



Joignez-vous à nous lors de l'action régionale le 17 octobre 2021 dans la MRC Memphrémagog.

de la *Charte mondiale des femmes pour l'humanité* et pour organiser des actions d'appui et de solidarité avec diverses luttes sociales. Vous aussi pouvez en faire partie.

Joignez-vous à nous lors de l'action régionale le 17 octobre 2021 dans la MRC Memphrémagog. En simultanément partout à travers le Québec, des actions

seront menées par une diversité de groupes de femmes participant au mouvement. Pour plus d'information, contactez-nous à agente@concertactionfemmesestrie.org.

*Extrait de la déclaration finale de la 11^e rencontre internationale de la Marche mondiale des Femmes, 2018.

NOUVEAU!
Friperie Belle et Bella
 Des vêtements de toutes les grandeurs pour toute la famille !
 986, rue Galt Ouest à Sherbrooke
 Boutique en ligne : friperiebelleetbella.com

ÉCONOMISEZ 15 % EN PRÉSENTANT CE BON RABAIS
 DATE LIMITE : 21 SEPTEMBRE 2021

Elles font plus que la job...!

L'équipe du CIME

Le Centre d'intégration au marché de l'emploi (CIME) lance fièrement sa campagne « Elles font plus que la job dans les emplois traditionnellement masculins ». Par l'entremise de cette campagne, le CIME aspire d'abord à témoigner des pratiques inclusives mises en place en Estrie par les partenaires et les milieux de travail.

D'autre part, l'organisme souhaite faire découvrir aux Estriennes les opportunités professionnelles d'avenir de la région et contribuer à déconstruire les mythes et croyances qui les entourent. C'est pourquoi le CIME invite également les entreprises qui veulent, elles aussi, bénéficier de forces additionnelles et amorcer une démarche vers l'intégration des femmes dans des emplois traditionnellement masculins, à soumettre leur candidature afin de profiter d'un accompagnement personnalisé du CIME, d'une valeur allant jusqu'à 2 000 \$.

Grâce à l'aide financière du Secrétariat à la condition féminine, les seize organismes spécialisés en développement de la main-d'œuvre féminine au Québec collaborent afin de répondre à une orientation de la Stratégie gouvernementale pour l'égalité

entre les femmes et les hommes vers 2021: « Ensemble pour l'autonomisation économique des femmes », dans les secteurs visés par la relance économique, dont la construction.

Le CIME a pour mission d'améliorer la situation économique des femmes par leur insertion socioprofessionnelle dans toutes les sphères du marché du travail, notamment dans les métiers et professions traditionnellement masculins. Pour mieux connaître nos services et activités, visitez notre site au cime-emploi.com ou consultez notre page Facebook ou LinkedIn.



Don du Club Rotary à la ville de Sherbrooke

François Bouchard, Rotary de Sherbrooke

Pour souligner ses 100 ans d'existence à Sherbrooke, le Club Rotary, établi depuis 1919, fait don à la communauté d'une magnifique sculpture de granit nommée NEBI et de la première fontaine d'eau publique avec abreuvoir intégré pour animaux.

Signifiant « eau » en langage abénaki, NEBI représente une main généreuse, soit celle de la Terre-Mère offrant l'eau. L'« O », à l'humanité, incarne aussi le ROTARY qui fournit de l'eau à des communautés défavorisées sur la planète par l'entremise de projets d'assainissement d'eau. Elle est ici représentée par un anneau, symbole d'alliance, d'engagement et d'unité. Via son réseau d'aqueduc, Sherbrooke bénéficie d'une eau potable dont les citoyens peuvent être fiers de par sa quantité et sa qualité.

Conçue et désignée par Mme Maryse Garand, cette œuvre a été réalisée par l'artiste sculpteure Pascale Archambault. Nous vous invitons à venir admirer ce magnifique monument érigé sur la promenade du Lac-des-Nations, rue de l'Esplanade (entre les rues de la Glacière et Vanier).



Une première à Sherbrooke: un abreuvoir pour animaux intégré à une fontaine d'eau publique.



Sur la photo, de gauche à droite : Maryse Garand, Pascale Archambault, Luc Pomerleau, Sébastien Dupont et François Bouchard avec la sculpture de granit nommée NEBI.

Lutte à l'itinérance au centre d'une campagne de visibilité

L'équipe de la Table d'Action Contre l'Appauvrissement de l'Estrie

Pour le mois de septembre 2021, la Table d'Action Contre l'Appauvrissement de l'Estrie (TACAE) met le projecteur sur la lutte à l'itinérance en Estrie à travers sa campagne *Actrices et Acteurs de lutte contre l'exclusion sociale*.

Le but derrière cette campagne est de tenir un calendrier annuel où, chaque mois (mis à part l'été), une thématique autour de la pauvreté en Estrie sera présentée. Des partenaires de la Table seront mis à l'honneur autour d'une ou de quelques thématiques précises et ce dans différentes publications. C'est sous différentes formes que seront présentés ces enjeux. Que ce soit des vignettes avec contenu ou données vulgarisées, d'images ou de vidéos, d'articles, de lettres ouvertes, etc., ces publications ont comme but de laisser place à la créativité !

Pour le mois de septembre, c'est donc sous la forme de capsules vidéo de quelques minutes que sont mis en vedette une panoplie de groupes et d'initiatives qui luttent contre l'itinérance sous divers angles. Tout au long du mois de septembre, ces capsules sont publiées sur les médias sociaux ainsi que le site web de la TACAE (dans la section campagne). Vous y verrez, bien sûr, le Journal de Rue de l'Estrie ainsi que la Chaudronnée, la Table itinérance Sherbrooke (T.I.S.) et bien d'autres encore !

Dans ces vidéos, il vous est présenté l'historique des mouvements et initiatives pour lutter contre l'itinérance au Québec et en Estrie. Un accent sera mis sur la Table Itinérance de Sherbrooke, où se rassemblent plus d'une vingtaine d'acteurs et d'actrices du milieu communautaire et institutionnel. Non seulement les organismes parleront de leur travail et de leur historique, mais aussi de leurs projets futurs et des difficultés rencontrées sous divers pans, entre autres pour continuer de garder les services existants fonctionnels.



Notre cher camelot Rosaire Morneau ainsi que Jean-Philippe Benjamin, agent à la vie associative de la TACAE, lors du tournage d'une capsule vidéo.

Pour clore le mois, comme les élections auront lieu le 7 novembre prochain, une lettre sera envoyée aux candidats aux élections municipales pour donner des pistes de solution pour combattre l'itinérance au palier municipal.

La campagne a précédemment abordé en avril l'aide sociale, la vie maritale sous celle-ci et les préjugés que vivent les personnes qui en sont bénéficiaires. Les partenaires pour ce mois ont été l'Action Plus Sherbrooke et Brome-Missisquoi. En mai, il fut question du salaire minimum et du travail invisible avec Illusion Emploi et ConcertAction femme Estrie (CAFE). Vous pouvez retrouver ces campagnes sur le site web de la TACAE (tacaestrie.org) dans la section *Sensibilisation : Campagne* ou sur la page Facebook de la Table.

La personne en premier

Claudia Beauregard pour Handi Apte

Depuis 40 ans, Handi Apte travaille au maintien à domicile des personnes handicapées physiques. Dès mars 2020, nous avons, bien sûr, dû suspendre ou adapter nos services, selon l'évolution de la pandémie. Cependant, il a été primordial de maintenir trois catégories de services.

D'abord, l'aide à la vie quotidienne. Imaginez-vous vivre avec d'importantes limitations de mobilité, incapable de vous alimenter, sans soins d'hygiène, sans pouvoir aller à la toilette, dans l'impossibilité de sortir de votre fauteuil roulant ou pire, de votre lit!

En effet, 91 % des personnes utilisant nos services vivent en appartement ou possèdent leur maison. Même si ces lieux sont adaptés pour favoriser leur autonomie, les tâches domestiques restent à accomplir.

Quelques statistiques

Saviez-vous qu'en 2020 :

- 261 membres recevaient des services d'entretien ménager;
- 126 faisaient faire leur lessive;

- 121 comptaient sur un ou une préposée pour la préparation de leurs repas;
- 66 avaient besoin d'aide pour faire leurs emplettes.

Confinés, nos membres ont pu se fier sur le soutien des préposés et préposées de moins de 70 ans qui continuaient à offrir ces services tout aussi essentiels. D'autre part, nous avons également maintenu les services de répit-surveillance et de gardiennage spécialisé pour permettre aux proches aidants de penser à eux.

Un soutien sur mesure

La moyenne d'âge des membres est de 65 ans et 54 % d'entre eux vivent seuls. Comme la majorité ne peut faire son épicerie, un service de prise de commande téléphonique et de livraison

à domicile hebdomadaire a été créé pour la durée de la pandémie.

Soucieuse du bien-être moral des 230 personnes handicapées physiques membres, l'équipe de travail les a toutes contactées. Pendant les premiers mois de la pandémie, un service d'appels à fréquence variable, – une à trois fois par semaine ou chaque deux semaines –, a été assuré pour écouter les personnes handicapées physiques inquiètes face à cette situation particulière. Quelques bénévoles ont ensuite pris la relève pour continuer à briser la solitude des personnes qui en avaient besoin.

Bénévoles recherchés

Maintenant qu'un retour à la normale s'amorce, les autres services bénévoles tels



Vous aider? Avec plaisir!

l'accompagnement ponctuel, l'accompagnement-transport, les visites amicales et les aides diverses reprendront graduellement. D'ailleurs, nous sommes toujours à la recherche de bénévoles. Si l'expérience vous intéresse, contactez-nous au 819 562-8877, poste 4.

Enfin, les activités de groupe interrompues en zone rouge, puis permises à seulement six personnes en zone orange, peuvent désormais accueillir douze personnes. Ce sera agréable de se revoir!

Charte de bientraitance des personnes âgées de l'Estrie

Marie-Eve Nadeau, au nom de la Concertation estrienne contre la maltraitance des personnes âgées de l'Estrie

Qu'est-ce que la bientraitance? C'est une culture collective et individuelle qui vise essentiellement le bien-être de la personne par le respect de sa personnalité, de sa dignité, de son parcours de vie et de sa singularité.

Elle inspire les actions et les gestes que l'on pose en mettant le bien-être de la personne au cœur des décisions prises par une organisation. La bientraitance est la recherche constante d'amélioration des soins et des services par l'individualisation et la personnalisation de leur prestation.

Elle permet également de prévenir la maltraitance sous toutes ses formes, notamment la violation de droits ou encore la maltraitance organisationnelle qui se définit comme étant une situation préjudiciable tolérée ou créée par les procédures d'une organisation.

La Charte

Une organisation qui souhaite poser un geste concret pour valoriser une

culture de bientraitance peut adhérer à la Charte de la bientraitance créée et propulsée par la Concertation estrienne de lutte contre la maltraitance des personnes âgées de l'Estrie. Depuis 2016, plus de 200 organismes (communautaires, résidences pour aînés, établissements de santé, associations d'aînés, municipalités, députés, entreprises privées, etc.) l'ont signée, signifiant ainsi leur désir d'adapter les principes de la Charte.

Cet engagement solennel permet à l'organisation signataire d'ajuster ses pratiques et ses façons de faire habituelles afin de les rendre concordantes aux besoins des personnes âgées. Pour découvrir la Charte et ses 9 principes, il est

possible de visionner une mini-conférence animée par Yvon Riendeau, gérontologue social de renom (recherche YouTube : Charte de la bientraitance, région de l'Estrie).

Voici quelques exemples de ces principes.

#1 Nous communiquons avec les personnes âgées de façon respectueuse en adaptant notre message et en vérifiant sa compréhension.

#2 Nous sommes à l'écoute des besoins évolutifs de la personne et sommes ouverts à réajuster nos pratiques.

#3 Nous nous efforçons d'offrir un environnement exempt de maltraitance.



Pourquoi signer la Charte?

En adhérant à la Charte de la bientraitance, l'organisation déclare qu'elle s'engage dans la lutte contre la maltraitance en adoptant des comportements bientraitants. Cette décision est une source d'inspiration pour ses employés, ses membres et ses bénévoles, mais aussi un gage de confiance pour la clientèle. Une fois signée et expliquée aux employés, la Charte devrait être affichée pour être vue et lue du public et de la clientèle.

Contactez dès maintenant le Comité local de lutte contre la maltraitance de votre localité en vous adressant à developpement@fadoqestrie.ca.

La Page d'or est une présentation de partenaires visant le bien-être des personnes âgées



sercovie



Marie-Claude Paradis-Vigneault, une fantastique ethnographe documentaire des espaces publics

Daniel Coulombe

Si vous êtes le moins impliqué dans la vie culturelle et sociale de Sherbrooke ou amoureux du cinéma et des arts, il est à parier que vos yeux ont croisé cette jeune femme dynamique et engagée : Marie-Claude Paradis-Vigneault. Anthropologue de formation, cinéaste de profession, teintée de valeurs universelles, elle explore le territoire sous la forme de créations audiovisuelles. Marie-Claude marche, pédale, observe, discute avec les citoyens, bref, son amour pour les territoires et espaces se transmet instantanément. Nous découvrons cet engouement de la diversité humaine à travers son écriture et ses documentaires.

Depuis 2018, elle s'investit dans un court-métrage sur l'histoire de l'Hôtel Wellington, un établissement mythique récemment démoli et situé en plein cœur de Sherbrooke. Dernièrement, ce projet a retenu l'attention du jury du CALQ Estrie et Marie-Claude a obtenu une bourse afin de finaliser le montage. Elle espère soumettre prochainement le documentaire en vue du grand écran à l'hiver 2022. « La bougie d'allumage d'*Hôtel Wellington* est apparue au Vide grenier, en 2017. Se retrouver dans un endroit qui avait mal vieilli et d'entendre des personnes âgées en parler avec tant de nostalgie et d'anecdotes glamours, festives, m'ont

donné envie de plonger dans cette époque ; partager ces histoires et ces émotions. »

La vie urbaine sherbrookoise est une sorte de Porte des étoiles pour Marie-Claude. Ce sont des espaces différents, animés singulièrement. C'est pourquoi, elle aime flâner ici et là, discuter incognito avec les passants et vivre toutes les rencontres possibles.

Parallèlement au film *Hôtel Wellington*, grâce à l'appui financier de Rues Principales King Est (Commerce Sherbrooke), elle s'investit cet été dans « Les Voix de la Placette » : un projet d'audioguide documentaire

qui racontera des petites histoires de l'Est de Sherbrooke. La réalisatrice documentaire affectionne les espaces publics en pleine dynamisation et, durant le mois de juillet, elle sera en charge de la programmation et de l'animation du Ciné Pop de la Placette, un cinéma de rue, sur la King Est.

À suivre les pas de cette jeune femme énergisante, il apparaît une ligne directrice fort intéressante : des lieux en pleine transformation. Marie-Claude ajoute d'ailleurs à ce sujet :

« Somme toute, ce n'est pas la grande Histoire des lieux qui m'intéresse, mais les petites histoires d'inconnus



Marie-Claude Paradis-Vigneault, une réalisatrice au regard historique et humain.
Crédits photo : Jasmine Rondeau

qui composent la trame humaine, celle du quotidien et du territoire vécu. »

**Fière de soutenir
le Journal de rue!**



**ÉVELYNE
BEAUDIN**

Conseillère municipale du district du Carrefour
Présidente du développement social et communautaire

ebeaudin.carrefour@gmail.com

**UNE
CHANCE
UNIQUE**



UN MILIEU OÙ VOUS POURREZ FAIRE UNE VRAIE DIFFÉRENCE

- Venez contribuer à la « fabrication » de **projets qui font rêver** partout en Amérique du Nord.
- Joignez-vous à une équipe d'**artisans exceptionnels** qui, comme vous, sont **passionnés par la qualité** dans le moindre détail.
- **Fuyez la routine** en ayant accès à de nombreux parcours professionnels visant à développer votre **polyvalence**.
- Offrez-vous un **environnement sécuritaire**, dynamique et rempli de **défis stimulants**.
- Profitez de notre **Centre Innovation** pour parfaire vos connaissances et développer vos compétences en continu.
- Bénéficiez d'une **rémunération vraiment concurrentielle** et d'une gamme complète d'**avantages sociaux** :
 - Assurances collectives complètes
 - Programme d'incitation à l'épargne personnelle
 - Uniformes de travail
 - Prix avantageux sur les produits Cabico
 - Programme d'aide aux employés
 - Programme de reconnaissance des années de service
 - Prime de référencement à l'embauche
 - Rabais au centre sportif

CABICO armoires sur mesure

NE CHERCHEZ PLUS ! NOUS AVONS ENVIE DE VOUS CONNAÎTRE.
Faites-nous parvenir votre candidature par courriel.

talent@cabico.com

Faire des choix éclairés

Pierrette Denault



L'Office de la protection du consommateur fête ses 50 ans cette année. L'organisme est né de l'adoption de la Loi sur la protection du consommateur, par l'Assemblée nationale, le 14 juillet 1971. Depuis, il intervient auprès des commerçants afin qu'ils respectent leurs obligations envers les consommateurs. De plus, il aide les consommateurs à faire des choix éclairés en les informant de leurs droits et recours en cas de problème avec un commerçant. Pour souligner cet anniversaire, la revue Protégez-vous a mis en ligne le guide *100 Trucs-Consommateurs, vos droits au quotidien*. Il vous est offert gratuitement.

Clairement rédigé, le guide est très facile à consulter. Il est divisé en dix sections. Chacune présentant vos droits, responsabilités et recours en tant que consommateurs. Vous avez des questions concernant des garanties, achat en ligne, échange et remboursement, crédit, achat d'une auto, abonnement au gym, etc. ? Vous pourrez trouver dans ce guide toute l'information nécessaire pour prendre de bonnes décisions, en plus de découvrir une foule de ressources utiles.

Les dix catégories, 100 trucs

Subdivisé en dix sections identifiées par des vignettes, le guide permet une consultation rapide et efficace. On y aborde les sujets suivants : biens de consommation, automobile, habitation, télécommunication, voyage, cours et abonnement au gym, services de garde, crédit et financement, services funéraires et de financement, problème avec un commerçant.

Pour chaque catégorie, le guide explique des trucs pour y voir plus clair en cas de problème. Vous avez acheté un produit qui s'avère défectueux? Vous prévoyez l'achat d'une auto neuve, la vente d'une auto usagée ou des rénovations pour votre maison? Vous aimeriez évaluer vos besoins concernant votre téléphone cellulaire, votre forfait internet? Que faire en cas de services non rendus par une agence de voyage? Comment annuler un abonnement au gym? Si vous cherchez des réponses à ces questions et bien d'autres telles l'annulation de services de garde, le recouvrement de dettes, etc, ce guide vous sera assurément fort utile. Précisons que les renseignements contenus dans le guide constituent une source générale d'information à jour le 15 mai 2021.

Je me fais vacciner pour me protéger et pour protéger les autres.



« **Les volontaires de la sensibilisation et de l'action humanitaire** »

Pour le bien-être de la communauté et la protection de tous, vaccinons-nous!

Pour information :



vosach.ca
vosach.info@gmail.com
819 569-8849

J'aime ma corde à linge

Monique Turcotte

Qu'il fait bon de poser sa tête ensommeillée sur une taie d'oreiller parfumée de grand air ! De plus, ce service de la nature est gratuit et parfaitement écologique.

Saviez-vous que les Québécois et les Ontariens sont parmi les seuls au Canada à étendre leur linge sur une corde, entre deux poulies ? Cette manière de faire sécher les vêtements est beaucoup moins répandue dans les autres provinces canadiennes et pas du tout ailleurs dans le monde. Nul besoin de description, tous connaissent nos cordes à linge à poulies, invention qui semble venir d'un patenteur du Centre-du-Québec. Pardonnez-moi, gentil Monsieur, je n'ai pu retrouver votre nom !

Je me souviens de la curiosité et de l'intérêt de visiteurs russes pour notre corde à linge; ils ont tout noté, photographié afin de pouvoir reproduire cette installation à leur datcha. Suspendre toute une cordée sans se déplacer fut une découverte pour eux. Ce fut, paraît-il, une éloquente illustration du caractère pratique du peuple québécois ! Quelques années plus tard, ce sont nos amis français qui, fascinés par les cordes à linge des ruelles

de Montréal et la nôtre, se sont procuré corde et poulies avant leur départ. À leur retour dans leur village, ils ont installé leur « fil à linge » avant d'inviter le voisinage à la présentation de leurs souvenirs de voyage. Un souvenir durable et pratique !

Art de la corde à linge

Étendre son linge est à la fois un apprentissage et une représentation, une image de qui nous sommes, de notre tempérament et un peu de nos habitudes quotidiennes. C'est comme une fenêtre ouverte sur notre intimité.

On n'étend pas ses vêtements à la va-comme-je-te-pousse. Accrocher les vêtements bien serrés dénote une personnalité plutôt secrète alors que si on les distance, on démontre plutôt un esprit plus ouvert. Accrochons-nous les vêtements en ordre de grandeur, par couleurs regroupées, par catégories ? Nos voisins peuvent alors en conclure que nous sommes des personnes bien organisées, et prévoyantes.



Si par ailleurs, nous suspendons nos fringues en désordre, mêlant les chaussettes et les serviettes, les bobettes et t-shirts, eh bien alors, on pourra penser que nous sommes une personne quelque peu désorganisée et insouciant.

Malheureusement, les cordes à linge sont de moins en moins utilisées dans nos cités un peu excitées. Il faut du temps pour étendre une longue cordée de vêtements. Et du temps, il semble qu'on en ait de moins en moins.

Certaines municipalités interdisent même son usage. Des règlements bon chic bon genre restreignent les libertés des propriétaires de copropriétés. Les quartiers huppés de certaines municipalités privent leurs résidents

des plaisirs d'une corde à linge.

On se souvient avec tendresse de ce temps de notre enfance où notre mère, après avoir essoré les vêtements passés entre les rouleaux du tordeur, séparait, secouait et suspendait les vêtements de sa marmaille. Souvent, c'était le seul moment où elle s'isolait sur la galerie, oubliant un moment les cris des enfants remplacés par le chant des oiseaux.

La cordée remplie, elle s'attardait devant les draps qui se gonflaient tels des voiles menant au bout du monde. Un moment de rêve, un moment futile qui appartenait à elle seule.

La belle saison est encore là, profitons-en pour égayer notre corde à linge de jolies couleurs estivales.

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



Consomme la bonne information

Substances psychoactives (Alcool, cannabis, MDMA, café, médicaments, etc.)

Jeux de hasard et d'argent

Cyberdépendance

info@elixir.qc.ca | 819 562-5771 | Élixir | elixir_halte | EstrieElixir
www.elixir.qc.ca | 333 Rue du Québec, Sherbrooke, Qc J1H 3L6

Jasette de cordes à linge

Pierrette Denault

1955. Toute la parenté habite le même bloc. Les hommes sont déjà rendus à l'usine. Sur la galerie, dans les corridors, dans les escaliers : la tralée de cousins et cousines. Ça file à l'école. Ça crie, ça se court après, ça remonte chercher sa collation, ça tire une tresse ou une bretelle, ça se donne des becs à pincette, des tapes sur les fesses: ça respire le bonheur.

Le bloc a trois étages. À huit heures tapant, trois portes s'ouvrent. Une sur chaque palier. Apparition de trois mamans en tablier, une épinglée à linge coincée entre les dents. Sur la hanche, un lourd panier de lavage qu'on dépose sur un tabouret. Une odeur d'eau de javel flotte dans l'air frais. C'est en

silence que s'amorce le remplissage de la cordée. De haut en bas, des draps, des serviettes et des débarbouillettes usées, des bobettes et des chaussons aux couleurs délavées, parfois une jolie robe de coton, un soutien-gorge et un jupon de dentelle. Et les salopettes de travail rapiécées. Sur les cordes à linge, on peut lire la vie qui bat.

Le silence ne dure pas longtemps. C'est toujours Simone qui part le bal. Ce matin, penchée au-dessus de la rampe, elle annonce d'une voix rieuse que sa plus vieille se va se marier en juin. Que tout le bloc est invité. Et que oui oui, les enfants itou. *Pis du gâteau de noces, y en aura pour tout le monde.* Elle ne jacasse pas longtemps, une autre brassée l'attend.

Métaphore entre deux eaux

Sandra Tremblay

L'été est propice aux moments passés en nature près de l'eau vive. Pour ma part, j'adore être près d'une rivière le matin ou en soirée. La lumière y est douce et dorée. Je suis alors témoin de l'intimité des herbes, des oiseaux, des insectes. Je vois le cormoran sécher ses ailes pendant que j'entends le gazouillis des hirondelles tournoyant en quête d'insectes. Du coin de l'œil je perçois les ondes se dessiner sur l'eau quand une truite gobe une mouche à la surface. J'imagine la voix d'Élla Fitzgerald qui chante *Summertime*. C'est fascinant, mais j'aimerais aussi voir ce qui est sous l'eau. Tant que je n'y plonge pas ma tête, je ne peux qu'imaginer ce qui s'y passe.

L'émerveillement est une loupe qui accentue les choses anodines. Près de l'eau, on choisit ce qu'on regarde, mais pas ce qu'on capte; on regarde le fond de galets immobiles, puis c'est un éclat lumineux qui nous happe. On suit des yeux l'insecte aux longues pattes glisser sur la surface, puis une bernache inattendue passe tout près au-dessus de nous, ses ailes émettant un bruissement sonore. Notre attention divague, une partie de soi se diffuse dans les flots et le reflet de nos pensées s'y disloque.

À cette réflexion, le mythe de Narcisse me revient en mémoire. Ce jeune homme assoiffé assis au

bord de l'eau ne peut s'empêcher de regarder le reflet de son visage et d'en être ému. Il s'y voit, tant qu'il est immobile et que la surface de l'eau reste miroitante. Hypnotisé, il n'ose pas bouger, confortable dans l'admiration. J'imagine Narcisse sortir de son hébètement et entrer dans l'eau pour s'y baigner. Le mouvement de son corps immergé fragmente alors son image qui se disperse au gré des vaguelettes. Je l'imagine souriant acceptant de s'offrir aux mouvements porteurs des flots en interrompant l'attraction de son reflet. Je le vois prendre part à son environnement plutôt que de s'en servir comme un miroir.



Près de l'eau... Crédit : Sandra Tremblay

Et puis je réalise que la plupart d'entre nous sommes Narcisse à nos heures. On regarde notre propre image plutôt que de sauter à l'eau, que de se mêler au tout. Même si l'eau est froide ou trouble, l'expérience peut tout de même être enivrante puisque c'est en bougeant qu'on nage, qu'on sent la densité de l'eau. De plus, dans la nage, une partie de soi accède à l'ombre,

à ce qui est présent sous la surface de l'eau, cet espace mystérieux. Si vous savez nager, c'est un rendez-vous joyeux avec les poissons. Il y a peut-être là aussi des rayons de soleil enveloppants.

Alors, de quoi avez-vous envie aujourd'hui, admirer votre image ou vous immerger dans l'action?

LOTO QUÉBEC PRÉSENTE

— FESTIVAL —
DES TRADITIONS
DU MONDE
— DE SHERBROOKE —

24^e ÉDITION
FTMS.CA

12
+
au 15 août
#FTMS2021

VOYAGEZ
À TRAVERS TOUS LES CONTINENTS

30 SPECTACLES & ATELIERS
GASTRONOMIE + EXPOSANTS

PRÉSENTÉS AU THÉÂTRE GRANADA | THÉÂTRE CENTENNIAL | LE PARVIS |
MARCHÉ DE LA GARE DE SHERBROOKE | SQUARE QUEEN

FTMS.CA

FIER PARTENAIRE DU
JOURNAL DE RUE

SOLUTION CIMEX

Unis contre les punaises de lit
et autres parasites.

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

TRAITEMENT À LA VAPEUR TRAITEMENT PAR CONGÉLATION DÉTECTION CANINE TRAITEMENT THERMIQUE

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

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

FOURNISSEUR MEMBRE
RPHL
Amélioration des propriétés
et habitations locales

FOURNISSEUR MEMBRE
AFO
ASSOCIATION DES
PROPRIÉTAIRES DE
QUÉBEC

FIER MEMBRE
AOCQ
Association Québécoise
de la Gestion Parasitaire

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

SHERBROOKE **819 200-5332** WWW.SOLUTIONCIMEX.COM

Tant de crimes qui passent inaperçus

Pierrette Denault

Lorsqu'on a demandé à Dany Laferrière pourquoi il avait écrit *Petit traité sur le racisme*, sa réponse a fusé : il voulait mettre de la chair et de la douleur dans cette tragédie qu'est le racisme. Il voulait aussi rappeler que quand quelqu'un est assassiné dans les rues américaines (à cause de la couleur de sa peau) ou quand il est victime d'agression dans les salons (pour la même raison), c'est un être humain qu'on tue, et non un concept. Tant de crimes passent inaperçus!

Petit traité sur le racisme n'est pas une thèse sur le racisme. C'est un cours d'histoire en accéléré, un patchwork d'histoires courtes à glacer le sang, un album photos qui nous amène à faire un retour en arrière sur les premières manifestations raciales aux États-Unis. En effet, par petites

touches impressionnistes, Laferrière dresse un tableau atterrant de la réalité de nos frères noirs, victimes d'esclavage et d'injustices de toutes sortes au fil des siècles. Il nous entraîne à la rencontre incontournable d'événements concernant des personnalités célèbres (Martin Luther King, Malcom X, Frantz Fanon et bien d'autres) et de grandes voix (les Nina Simone, Toni Morrison, Angela Davis, Maya Angelou, etc.). Clin d'œil ici à la culture noire des États-Unis.

Laferrière fait aussi remonter à la surface d'autres histoires terribles: ségrégation, lynchage, rituel de pendaison auquel on oblige même les enfants à assister. Dans une série de très courts textes, parfois présentés en quelques lignes poétiques mais non moins percutantes, l'auteur démontre avec des faits historiques

les ravages de ce mal insidieux qui n'en finit plus de se répandre au point d'empoisonner la vie. Peur de la police, peur de la noirceur, peur de mourir à cause de la couleur de sa peau. Le phénomène est loin d'être éradiqué. Rappelons-nous George Floyd assassiné sous le genou d'un policier blanc, les KKK, la montée du suprémacisme blanc américain; souvenons-nous de l'enfant noir qu'on vise dans le dos alors qu'il fouillait dans ses poches à la recherche de bonbons; rappelons-nous les manœuvres machiavéliques de J. Edgar Hooper, le fondateur du FBI et Big Brother de l'époque; et, n'oublions jamais les émeutes de Tulsa, (il y a exactement 100 ans cette année) l'un des pires déchaînements de haine meurtrière contre les Afro-Américains.



Laferrière avoue qu'il n'aime pas parler au nom des gens, mais il le fait ici avec la sensibilité qu'on lui connaît. Il parle pour eux parce que les morts ne peuvent pas raconter. *Petit traité sur le racisme* a le pouvoir de les ressusciter.

C'est la faute à personne

Pierrette Denault



Quand le couple éclate, comment « expliquer » la situation aux jeunes enfants? Comment leur faire comprendre qu'ils ne sont pas responsables de ce changement drastique dans leur vie? Le sujet a été mille fois abordé, si souvent de manière maladroite. Voilà que l'auteur sherbrookoise David

Goudreault ose à son tour. Et, il se risque par le biais de l'album jeunesse. *La Réparation de mes parents* traite le sujet avec finesse et un brin d'humour. Car, oui, la séparation d'un couple peut bien se passer. Elle peut même transformer positivement le lien qui unit les ex-conjoints.

Faut-il présenter l'auteur? Il roule sa bosse depuis des années, a publié la trilogie *La Bête* intégrale qui a fait un malheur. Il est présent sur toutes les tribunes: tout récemment, il a fait un tabac avec sa « lettre aux ti-gars » présentée à Bonsoir Bonsoir. Artiste multidisciplinaire, il est performeur, chroniqueur, poète, romancier. Toute son œuvre est empreinte d'une belle sensibilité. On aime le lire, l'entendre déclamer. Il a toujours au fond de l'œil une pointe d'espièglerie, un zeste d'enfance.

La Réparation de mes parents raconte l'histoire de deux enfants ayant comme allié un magnifique poisson bleu qui rêve d'être astronaute. Le lecteur remarque dès les premières

pages qu'une complicité qui s'est installée dans le trio. Alors qu'ils sont témoins de l'éclatement de la vie amoureuse des parents, Lélé et Coco - comme tous les enfants qui se retrouvent dans la même situation - cherchent à comprendre. Serai-ils responsables de ce qui chamboule leur vie à quatre? Plutôt que de parler de séparation, l'auteur met l'accent sur l'après-tempête, sur les relations qui se transforment.

La Réparation de mes parents correspond en tout point aux objectifs poursuivis par les Éditions D'EUX. C'est un album qui transformera les lecteurs (petits et grands), c'est une histoire forte accompagnée d'illustrations percutantes. Une histoire comme on en voit de plus en plus autour de nous où les parents développent de nouveaux liens. À lire, à offrir. Pour la justesse du propos, pour la poésie du texte et celle des illustrations. Parce que ça dit vrai.

Centre de prévention des surdoses

Consommation par injection et prisage, directement dans les locaux d'IRIS Estrie.

- Ouverture -

Mardi et mercredi de 13 h à 15 h 30

Jeudi et vendredi de 13 h à 20 h 30

Le 1er samedi du mois : 12 h à 15 h 30



Prévention
VIH · SIDA ·
ITSS

505, rue Wellington Sud,
Sherbrooke QC, J1H 5E2
819 823-6704

Mémoire du temps présent

Bernard Couture

Terre fille du soleil, possèdes-tu une âme
Si oui, est-ce que ton âme rêve
Comment vois-tu la réalité
Es-tu consciente de notre présence

Terre fille du soleil, es-tu heureuse
Comment exprimes-tu ta joie de vivre
Possèdes-tu des sentiments et émotions
À notre instar es-tu stable

Terre fille du soleil, as-tu des pensées secrètes
Est-ce vrai que tu médites
Si oui, quel est ton objet de méditation
Nous, on médite pour rechercher la paix intérieure

Terre fille du soleil, aimes-tu le silence
Lorsque je marche en silence en pensant à toi
J'ai l'impression que mes pas t'embrassent
Tout autour de moi devient céleste

Terre fille du soleil, tu m'émerveilles
Les mots ne suffisent pas à te décrire
Je crois en toute humilité que tu es une rêveuse
Est-ce que je rêve à l'intérieur de ton rêve

Imagine le monde plus beau

Caroline Perras

Finaliste #4
du prix
Coup de cœur du
Journal de rue
Sherbrooke prend
la parole 2021

**J'ai regardé au loin et maintenant, j'en paye le prix
De tous ces citoyens qui n'ont jamais rien compris
On voit de plus en plus de familles dans les ruelles
Qui n'ont que pour se nourrir ce qu'elles trouvent
dans les poubelles**

**Imagine qu'avant, à l'air libre, on pouvait respirer
Sans masque à oxygène, en toute liberté
Un peu partout, des arbres poussaient verts
Et égayaient de leur branchage, le ciel clair**

**La mer, elle, foisonnait de divers crustacés
Elle était d'un bleu pur, on pouvait s'y baigner.
Imagine, sur la plage, par centaines, des enfants
S'amusant dans les vagues, leur écume fuyant**

**Imagine le soleil se couchant sur la plage
Adoucissant de sa chaleur le plus beau des visages
Réchauffant la peau tout autant que le coeur
Vivre une vie sans crainte ni peur**

**Imagine que tout cela n'est que du passé
Que cette Terre, nos ancêtres nous l'ont léguée
Eux qui possédaient la plus belle des demeures où habiter
Ils en ont fait un monde où la haine continue de régner**

**Perdus dans leur confort et leur richesse matérielles
Ils ont ruiné la Terre, ainsi que ces merveilles
Pourquoi on ne pourrait simplement pas vivre tous égaux ?
Arrêter la souffrance, avoir un monde plus beau**

Prends ma main

Marilou Laroche

Vers, mère et taire m'entourent
Métis, Sage et ravage m'habitent
Duvets défaits et surfaits m'abritent
Pierres, désert et revers, j'éprouve

Épave, ménage et dérapage, je fuis
Laidéur, torpeur et peur, j'essuie
Vide, acide et déride, je suis

Ni remords, confort ou trésor n'y changeront
C'est le courant, le vent, le temps,
Cher enfant

En attendant, prends ma main
Le chemin de demain nous appartient
L'air de rien, nous chanterons l'arrivée des bourgeons
Fleurs, couleurs et bonheur, nous vivrons

Ohé la Terre

France Cadorette

Ohé la Terre, ici Mère Nature,
J'ai mis des années à créer ce beau jardin que je vous ai prêté
Jusqu'à présent, c'est votre seule demeure
La durée du bail dépend uniquement de vous seuls

Que se passe-t-il?
Je l'entends crier Au secours
Il ne peut plus supporter les comportements que vous lui faites subir
Tendez l'oreille, les forces de la Nature vous parlent
La terre a besoin de respirer
Elle vous avertit par ses soubresauts
Vous êtes insensibles, apathiques, comme si rien ne pouvait vous arriver
Écoutez le changement climatique orchestré par l'Homme
Vous devez changer car vous pourriez être effacés du revers de la main.



Les hommes auraient avantage à reconnaître leur vulnérabilité, apprendre à s'ouvrir à la perception et au message de l'autre.

« De vos vulnérabilités viendra votre force. »

Sigmund Freud

Pourquoi les hommes ont-ils tant de difficulté à écouter?

Marc Bolduc, psychologue

Il y a beaucoup d'hommes qui réagissent très mal lors d'une discussion d'ordre personnel, surtout avec leur blonde ou quelqu'un de significatif affectivement.

Les hommes ont tendance à tout prendre personnel et à se mettre rapidement sur la défensive. Ils perçoivent les remarques ou les opinions de l'autre comme des critiques ou des attaques personnelles. La personne avec qui ils discutent a beau mettre des gants blancs ou essayer de faire attention à la manière de dire les choses, mais bien souvent, juste le fait de se sentir un peu critiqué ou remis en question suffit à leur faire perdre leurs moyens et le contrôle de leurs réactions.

Ils ont alors des réactions disproportionnées ou inadéquates, parfois même agressives ou violentes. Ces réactions excessives démontrent

en fait un manque de ressources et de recul devant la situation. À partir de ce moment, ce n'est plus un dialogue mais un affrontement. Comme si le point de vue de l'autre les menace par rapport à l'image qu'ils ont d'eux-mêmes et les plonge dans une grande vulnérabilité, une blessure narcissique. Et malheureusement, leur manière de réagir n'est pas de montrer cette vulnérabilité, mais plutôt de riposter et d'accuser l'autre de chercher délibérément à se chicaner ou à les blesser.

Je suis souvent témoin de scènes pénibles et malheureuses lors de psychothérapies. Ces scènes illustrent l'incapacité de l'homme à bien

saisir le message de sa conjointe. Se croyant injustement traité par elle, il se permet de la culpabiliser et de l'accuser de chercher volontairement la discorde.

Je pense que les hommes auraient avantage à reconnaître leur vulnérabilité et à descendre de leur piédestal; apprendre à s'ouvrir à la perception et au message de l'autre plutôt que partir en guerre et s'entêter à démontrer que c'est l'autre qui a tort!

Mais comment faire pour arriver à montrer sa vulnérabilité sans devenir une victime ou faire de l'apitoiement?

Vide affectif

Marc Bolduc, psychologue

La plupart des hommes ont peur de ce qui se passe au fond d'eux-mêmes. Ils se réfugient dans des rôles ou des stéréotypes. Ils s'exigent d'être à la hauteur des attentes de leur entourage, que ce soit la conjointe, les amis, les collègues ou le patron.

Tout au long de leur vie active, les hommes veulent prouver leur valeur et être reconnus. Mais cette quête de reconnaissance comporte de nombreuses frustrations et «sacrifices». Le prix à payer est démesuré. Certains se sentent au bout du rouleau et ont envie de tout lâcher. Pendant des années, ils perçoivent confusément qu'il y a quelque chose qui ne marche pas ... Mais il faut continuer et s'acharner pour maintenir cette cadence. Cependant, il y a toujours un vide, un manque, sans savoir d'où il provient.

Les hommes se surinvestissent souvent dans l'action, les résultats concrets. Ils veulent se démarquer, réussir dans tous les domaines. Pour mieux supporter leur mal-être, ils

deviennent compulsifs et dépendants du travail, de la consommation, de la drogue, du sexe, du sport, ainsi que de la réussite sociale, professionnelle et financière. La dimension relationnelle est fortement réduite, presque inexistante pour plusieurs. Ils se retranchent dans un univers rigide et prévisible.

Cette absence de préoccupation véritable pour leur vie intérieure est déroutante. C'est comme s'ils vivaient sans cesse en dehors d'eux-mêmes. Tout est projeté à l'extérieur d'eux-mêmes. On croirait que ce qu'ils vivent dans leur for intérieur a peu de valeur à leurs yeux. Paradoxalement, ils se sentent un peu victimes de cette réalité qui leur demande de se dépasser et de nier

leurs propres besoins. Pour ne pas se «désintégrer», ils renforcent leurs défenses habituelles : le contrôle, l'évitement et le déni.

Je constate que ce retour à soi, au fond de soi, est un immense défi. Bon nombre d'hommes ont peur de leur sensibilité, de leurs émotions, de leur peine, de leur colère... c'est-à-dire là où se logent les principaux ingrédients des relations saines et nourrissantes.

Par chance, il y en a qui osent se tourner vers cette dimension plus profonde et qui découvrent l'incomparable plaisir de communiquer véritablement et de se laisser toucher par les autres parce qu'ils ont accepté leur propre vulnérabilité.



Les hommes se surinvestissent souvent dans l'action, les résultats concrets. Ils veulent se démarquer, réussir dans tous les domaines.

À suivre...

*Troisième partie:
Les bienfaits de la
vulnérabilité,*

*dans le prochain
numéro du
Journal de rue !*

Partie prendre un café

Pierrette Denault

J'habite un berlingot géant où il ne vient que des chats. C'est doux ici en haut de la côte, c'est ouatiné, laiteux. Cette maison a tout ce qu'il faut pour m'assurer un « confinement heureux » : un fiancé que j'aime et qui m'aime, notre pile de petits bonheurs tranquilles, la sainte paix. Et pourtant...

Au début de cette tempête virale, comme bien d'autres, j'ai senti que ma vie sociale s'était réduite comme peau de chagrin. Comme bien d'autres, j'ai profité de cette mise sur pause pour élaguer : trop de vêtements, trop de biens, trop d'informations, trop de temps. Vider tiroirs et placards, se délester de quelques meubles et de nombreuses caisses de livres, fermer la télé et l'ordi m'ont fait le plus grand bien. Puis, le silence et la lecture ont occupé tout l'espace. Je me suis longtemps promenée dans les livres : sur les mots des autres, j'ai voyagé et je n'ai pas vu les jours/semaines/mois passer jusqu'à ce que.

Un matin, le vide. LE grand vide.

Je ne me plains pas, je constate. Je me suis surprise à tourner en rond dans mon château blanc. L'odeur du café me manquait. Je parle autant du doux parfum des grains de café que de celle enivrante de mon refuge, le Pain Voyageur. Quand Horacio a sonné l'heure de la récréation, j'ai agrippé mon masque et un livre et je me suis précipitée. Sur-le-champ, j'ai retrouvé mes repères : ma table préférée près du mur-mappemonde, le parfum des croissants chauds, celui des lattés. Tant de bonnes odeurs qui s'entremêlent et qui, pour moi,



La douceur d'un café de quartier reconforte l'âme sociable qui a été prisonnière trop longtemps ces derniers mois.

célébrent la liberté! Les serveuses et le serveur connaissent vos habitudes, prennent de vos nouvelles et, en abeilles infatigables, veillent à désinfecter sans cesse. Quelle joie d'entendre d'une table à l'autre le murmure des retrouvailles, le

cliquetis des claviers, les cuillères qui frôlent la porcelaine, pendant qu'en toile de fond Lhasa nous berce de sa voix feutrée. Enfin, renouer avec ma vie d'avant. Dans ce café restaurant de quartier, on se sent chez soi.

Le vide existentiel. Une autre pandémie?

Jacques Quintin, philosophe

Les experts ne cessent de marteler que la pandémie met en détresse plusieurs personnes. On s'attaque à cette question sous l'étiquette de la santé mentale. Je crois qu'il est possible de proposer une autre lecture. Par exemple, on peut imaginer que la pandémie a mis en lumière le vide existentiel qui habite une bonne partie de la population.

Le concept du nihilisme, qui signifie « rien », peut servir pour comprendre ce mal-être. Il y a deux versants au nihilisme : un versant négatif et un versant positif.

On ressent fortement cet aspect négatif de l'existence au moment de pertes significatives dans nos vies. On perd un être cher, un emploi. On se sent trahi dans nos rêves. On n'y croit plus. C'est le désespoir qui nous habite.

Grosso modo, le nihilisme est la croyance qu'il n'y a pas de sens à l'existence ou que les valeurs sont sans fondements. Il n'y a rien d'important. C'est le rejet total de tout idéal, de tout rêve.

Ça donne la dépression. La personne voit les choses du monde sans ouverture, comme une fenêtre dont les volets sont fermés. Par exemple,

une chaise ne devient qu'un ramassis de matière. Elle est sans lien ou sans relation avec son monde. Autrement dit, elle est dénuée de sens. Alors, à quoi bon vivre?

Même si on a l'impression d'être très puissant avec nos techniques de vie, dont certaines psychothérapies ou injonctions morales à bien vivre, non seulement on ne peut rien contre la menace du vide existentiel, mais paradoxalement, c'est le monde de la performance qui engendre ce vide existentiel.

La nullité de la vie se présente comme une force cosmique de destruction. On assiste à une fragmentation de la conscience humaine, à une perte d'unité de sens et à la mort du sujet créateur enfoui en chacun de nous.

On se retrouve avec des gens qui se limitent à vivre dans l'immédiat,

selon leur humeur du présent. On entend souvent cette formule : « vivre au présent ». Mais cette formule, certes en partie positive, cache quand même un aspect négatif de l'ordre du nihilisme, car elle peut conduire à un rétrécissement de notre ouverture au monde. Le présent est si envahissant qu'il écrase la personne. Il ne donne aucun espoir, car sans rêve.

Le versant positif du nihilisme c'est l'idée que les valeurs, en étant sans fondement, signifient que nous pouvons devenir des êtres créatifs. C'est une chance unique que nous avons. En n'étant plus prisonnier de certaines valeurs imposées de l'extérieur, on peut inventer nos propres valeurs qui deviennent libératrices. La personne retrouve sa capacité à rêver et à créer.

Une vie de sens, ce n'est pas une vie béate, sans conflits, c'est une vie consacrée perpétuellement, comme une histoire sans fin, à combattre le vide qui nous guette constamment. C'est en affrontant ce vide qu'on devient plus fort en le transformant en force de vie.

L'ALCOOL EST-IL UN
PROBLÈME POUR
VOUS ?

AA

**ALCOOLIKES ANONYMES
PEUT VOUS AIDER**

**Aide téléphonique
819 564-0070**

region88@aa-quebec.org

www.aa-quebec.org

Adopter un chaton : avantages et inconvénients

Isabelle Arguin, technicienne en santé animale et propriétaire du Jardin des Animaux

Si vous recherchez un compagnon félin, peut-être êtes-vous déchiré entre la sagesse d'un chat adulte et la maladresse d'un junior. Dans ce dernier cas, même s'il s'agit d'une expérience réjouissante, il importe de savoir qu'il y a aussi des inconvénients à adopter un chaton. Voici une compilation des deux revers de la médaille afin de guider votre choix.

Les avantages

Sa capacité d'adaptation

Puisqu'il est encore en mode apprentissage et qu'il est plus curieux, un chaton aura tendance à s'adapter beaucoup plus facilement qu'un adulte. Il peut donc être soumis à différents stimuli sans être trop chamboulé. Par exemple, un chaton intégré auprès d'enfants ou d'autres animaux sera généralement plus à l'aise en leur compagnie qu'un chat adulte n'en n'ayant pas côtoyé. Il sera également plus enclin à accepter l'apprentissage de la marche en laisse et le port de harnais.

L'accompagner toute sa vie

D'abord, un chaton, c'est mignon et ça fait fondre les cœurs! Voir grandir

son petit compagnon peut nous rendre fiers et nous remplir d'un sentiment d'accomplissement du fait qu'il évolue heureux et en santé. Sachant qu'un chat vit en moyenne de 12 à 15 ans; adopter un chaton nous offre donc quelques années de plus en sa compagnie qu'avec un chat adopté à l'âge adulte.

Les inconvénients

Le besoin d'attention

Puisqu'il est rempli d'énergie et de curiosité, le chaton passe son temps à grimper partout et à faire des dégâts. Avec lui, tout moment de la journée est un jeu. Une vraie petite tornade! Attendez-vous donc à subir les conséquences de sa maladresse. De fait, il a évidemment besoin de plus d'attention qu'un chat adulte.

Apprentissage de la propreté

À quelques semaines de vie, certains chatons n'ont pas encore acquis la notion de propreté. Vous devez donc l'aider à comprendre ce concept. Pour ce faire, il faut placer sa litière à l'écart de son aire de jeu ou de repas et l'amener dans son bac lorsqu'il a terminé de manger.

Si vous le surprenez à s'échapper ailleurs, ne le chicanez surtout pas, mais amenez-le directement dans son bac pour qu'il fasse l'association. Si vous le punissez, vous risquez de le stresser. Encore une fois, armez-vous de patience. Comme le chat apprend la propreté rapidement, il serait étonnant que cette éducation s'effectue sur une longue période.



Même si l'adoption d'un chaton est une expérience réjouissante, il importe d'en connaître tous les aspects.

L'évolution de leur tempérament

L'attitude d'un chat évolue tout au long de sa vie. Par exemple, s'il est câlin en bas âge, il peut devenir très indépendant en grandissant et vice-versa. Il est donc difficile de choisir un chaton selon le tempérament que vous recherchez. Par contre, adopter un chat adulte offre l'avantage d'une personnalité plus stable.

Somme toute, dans un cas comme dans l'autre, je suis persuadée que vous saurez créer un fort lien d'amitié avec votre minet, car le point commun le plus fort entre un chaton et un chat adulte est leur reconnaissance. Si vous offrez les meilleurs soins à un animal, il vous donnera tout l'amour du monde en retour. Heureuse et longue vie avec votre nouvel ami!

Retour à la routine avec son chien

Isabelle Arguin, technicienne en santé animale et propriétaire du Jardin des Animaux

Le retour à l'école et à une routine « normale » est souvent source de stress pour le chien de la famille après les vacances d'été ou après une longue période de confinement à la maison. Les présences régulières à la maison durant l'été ou en période de confinement sont pour le chien un stimulus rassurant.

À l'arrivée du mois de septembre, l'anxiété de séparation pourrait apparaître puisque les enfants sont en classe, les

activités parascolaires reprennent et les habitudes de la semaine font en sorte que la présence à la maison est moins fréquente. Idéalement, dès la mi-août, réinstallez la routine afin d'entraîner votre chien à sa nouvelle réalité.

Pour un chien, perdre des acquis est souvent source d'angoisse et de stress. Par conséquent, un entraînement progressif à l'horaire de la routine scolaire est tout conseillé. N'attendez pas au premier jour de l'école pour vous y mettre. Préparez-le

comme vous le faites avec vos enfants, soit une dizaine de jours avant la rentrée scolaire.

Le décompte des dix jours

Pendant ces dix jours, refaites le point sur les bonnes habitudes à inculquer à votre compagnon. A-t-il le droit de se coucher sur les divans? Qui nourrira le chien les matins de semaine? A-t-il encore besoin de sa cage ou seulement d'un espace restreint? Qui s'occupera de la marche du soir les lundis, mardis et autres jours



de la semaine? Comment devrait-on promener notre chien, à quelle vitesse, de quel côté du maître? Voilà un éventail de questions auxquelles vous devrez répondre afin d'avoir un chien bien éduqué, mais surtout équilibré.

Bon retour à la routine!



Parce que l'inclusion et le respect de la diversité sont des valeurs que porte notre entreprise, Le Jardin Des Animaux est fier de soutenir le Journal de rue de l'Estrie.

819 563-8056

Lejardindesanimaux.com
Toilettagesherbrooke.com

L'obésité chez les animaux de compagnie

Marjolaine Guay, technicienne vétérinaire de la Clinique vétérinaire Centrale de Sherbrooke

Vous êtes propriétaire d'un animal domestique? Il est fort possible qu'il souffre d'obésité. Au Québec, plus de la moitié de nos compagnons sont en surpoids, dont 54 % des chiens et 60 % des chats. Il s'agit d'une maladie souvent négligée et pourtant si néfaste pour nos chers amis à quatre pattes.

À qui la faute?

Plusieurs facteurs sont précurseurs d'embonpoint : d'abord, ceux issus de la condition de l'animal; d'autres, directement du maître. Dans le premier cas, le statut reproducteur joue un rôle déterminant dans l'obésité. En effet, un animal dit « entier », c'est-à-dire qui a encore tous ses organes reproducteurs, dépense beaucoup plus de calories que son cousin stérilisé. De plus, la génétique, la race, l'âge et le degré d'activité physique de l'animal jouent un rôle crucial dans ses besoins énergétiques. Par exemple, un jeune chat d'extérieur dépensera plus de calories qu'un chat d'intérieur plus âgé.

Quant à la responsabilité du propriétaire, on pointe du doigt la qualité et la quantité de nourriture offerte à son animal et son conditionnement. N'oublions pas que nos animaux sont souvent plus légers que nous. Pour eux, un petit bout de fromage (20 g, 80 calories) correspondrait au quart de nos besoins énergétiques quotidiens. Aussi, misez sur la qualité, car une nourriture déséquilibrée ou inadéquate peut causer plusieurs pathologies, dont l'obésité.

En ce qui a trait aux quantités, privilégiez les conseils de votre

vétérinaire, car les apports recommandés sur les sacs de nourriture sont souvent établis en fonction des besoins énergétiques d'un animal entier. Il faut garder en tête que chaque animal a un métabolisme différent et des besoins qui lui sont propres.

Des ravages qui font le poids

Le surplus de poids chez les animaux domestiques n'est pas à prendre à la légère. En comparaison avec nous, un chat de 10 lb avec un surplus de poids de 3 lb équivaut à 45 lb de plus pour un humain pesant 150 lb. C'est énorme!

L'obésité de nos animaux va bien au-delà du fait d'être dodus, car cela entraîne une quantité considérable de problèmes de santé : difficultés respiratoires, maladies cardiaques et hypertension artérielle, diabète sucré, diminution du fonctionnement du foie, problèmes de peau et de pelage. En effet, un chat devenu incapable de se toiletter dû à son embonpoint aura des pellicules, le pelage gras, une perte de poils plus conséquente et parfois même des dermatites localisées au niveau des parties génitales causées par l'accumulation d'urine ou d'excréments. Plus encore, l'obésité entraîne des problèmes articulaires, une réduction de l'endurance et de



L'exercice physique favorise la perte de poids.

la fonction immunitaire, un risque accru de développer certains types de cancers, une intolérance à la chaleur, une guérison ralentie, des risques chirurgicaux et anesthésiques beaucoup plus marqués.

D'ailleurs, il n'est pas rare qu'un médecin vétérinaire refuse d'opérer un animal en raison de son surpoids, car ses chances de survie seront plus minces. Le moindre qu'on peut dire, c'est que l'obésité entraîne de lourdes conséquences, dont la plus tragique est sans doute la diminution de l'espérance de vie de nos compagnons. De fait, les risques de mortalité sont 2,7 fois plus élevés pour les chats obèses. Aussi, un chien avec son poids santé vivrait 3 ans de plus que son frère en surplus de poids.

Alléger les conséquences

N'ayez crainte, plusieurs solutions s'offrent à vous afin de préserver le poids santé de votre animal ou de l'aider à perdre de la masse grasseuse. Tel que mentionné, optez d'abord pour une nourriture de qualité et informez-vous des véritables besoins énergétiques de votre animal afin de bien doser les quantités.

Idéalement, nourrissez-le plusieurs fois par jour (2 à 4 fois pour les chiens et 2 à 6 fois pour les chats), puis favorisez les bols interactifs afin qu'il « travaille » pour sa nourriture. Ajoutez à cela de l'exercice physique et de la stimulation mentale en lui apprenant de nouveaux trucs, en jouant plus souvent avec lui, en cachant de la nourriture dans la maison, en faisant des promenades plus longues et fréquentes. De plus, favorisez les jouets et les caresses plutôt que les gâteries en guise de récompenses. Si vous y tenez, choisissez des friandises hypocaloriques (offertes en cliniques vétérinaires ou en animaleries) ou des légumes crus tout en respectant les 10% autorisés par jour.

Enfin, nous recommandons de peser régulièrement votre animal afin de suivre l'évolution de son poids. Si cela vous inquiète, sachez que certaines cliniques vétérinaires offrent des programmes de perte de poids pour vous accompagner. Les équipes vétérinaires vous guideront afin de maintenir vos chers compagnons en santé le plus longtemps possible!



Fière d'appuyer la mission du Journal de rue de l'Estrie!



25, rue de l'Ontario
Sherbrooke (Québec) J1J 3P8
cvcs@veterinairesherbrooke.com
819 201-6606

C'est quoi le SIPSE?

L'équipe du SIPSE

Le Service d'interprétation pour Personnes Sourdes de l'Estrie (SIPSE) est un organisme à but non lucratif destiné à faciliter et à améliorer la communication entre les Sourds et les entendants. Il offre ainsi différents services afin de les soutenir dans leurs échanges.

Le SIPSE offre, entre autres, un service d'interprétation à tous ses membres afin qu'ils puissent être accompagnés d'un ou d'une interprète lors de rendez-vous. Certifiés en Langue des signes québécoise (LSQ)*, les interprètes sont des professionnels qui traduisent simultanément les discours d'une langue à une autre.

* Notez ici que la LSQ est bien une langue à part entière et non un langage, car la syntaxe, le vocabulaire et les expressions qu'elle utilise lui sont propres.

L'aide de première ligne

Le SIPSE répond d'abord aux demandes de rendez-vous. Il couvre ainsi plusieurs secteurs d'activités tels que la santé et les services sociaux, le travail, la formation, les services publics et parapublics, le soutien parental, les loisirs, les services et biens de consommation ainsi que la vie associative et communautaire. Plus encore, les interprètes offrent de l'aide en français aux membres qui désirent s'assurer de la bonne compréhension de documents et de textes importants.



Les rendez-vous peuvent avoir lieu à tout moment, mais il faut réserver au moins 48 h à l'avance afin de confirmer la disponibilité des interprètes. Cependant, une ligne spéciale est en place afin qu'un interprète puisse répondre aux demandes urgentes qui surviendraient à moins de 48 h de préavis. En effet, on répondra à toute demande mettant en péril la santé et la sécurité physique ou mentale ainsi que les droits fondamentaux d'un membre ou de sa famille. Par exemple, une admission à l'urgence, une arrestation, un incendie, etc.

Des cours adaptés

Finalement, le SIPSE offre aussi des cours de LSQ à la population

entendante afin de l'aider à communiquer avec les Sourds. L'organisme offre les six premiers niveaux de langue des signes, et ce, à raison de trois sessions par année. Ce faisant, dès la fin du niveau 4, les élèves peuvent devenir des aides à la communication auprès des membres afin de les accompagner dans certaines activités quotidiennes ainsi que dans l'aide en français. Cependant, pour devenir interprète, il faut obtenir au minimum le niveau 6 et aller suivre les formations reconnues par les SRI (service régional d'interprétation).

Pour plus d'informations sur le SIPSE, visitez le www.sipse.net



Service d'interprétation pour
Personnes Sourdes de l'Estrie

Cours de langue des signes québécoise Session Automne 2021

Début de la session: semaine du 13 septembre 2021

Durée: 14 cours de 3 heures

Horaire: Selon les disponibilités

Coût: 175 \$ (+ 25 \$ de frais pour le manuel)

En classe ou en ligne

Infos et inscription:

sipse.net

819 563-4357

courslsq@sipse.net

359 rue King Est, bureau 203, Sherbrooke

COURS LSQ

Notre cimetière : du sens pour le dernier repos

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

Il n'est pas vraiment possible de faire une balade en région sans croiser, peu importe l'importance du hameau, un cimetière, si petit soit-il. Espace de dernier repos, le cimetière a aussi inspiré les plus tenaces légendes urbaines et les plus effrayants films d'horreur. Comme quoi la mort continue de fasciner... de la grande fiction!

La Coopérative funéraire de l'Estrie a fait l'acquisition, à la fin des années 90, du cimetière *Les Jardins du Souvenir* de la rue du 24-Juin, à Sherbrooke. Depuis, l'évolution du cimetière répond à une façon de penser bien précise.

Un espace intégré au tissu social

Notre cimetière est non confessionnel ou multiconfessionnel. Il est non confessionnel parce qu'il n'est pas chapeauté par une pensée religieuse; multiconfessionnel au sens où toutes les croyances s'y retrouvent sans barrières ni territoires.

En fait, l'image qui reflète le mieux notre pensée est celle de la société dans laquelle on évolue. Une balade

dans les rues de Sherbrooke révèle le visage de ses habitants. Les communautés culturelles partagent les rues, les quartiers, les lieux communs. Pourquoi n'en serait-il pas de même au moment du décès?

Des jardins et des souvenirs

Notre cimetière dévoile un groupe de jardins thématiques qui viennent offrir un environnement susceptible de s'adapter à la personnalité du défunt. Le *Jardin Naturel* offre un lieu de sépulture à même une forêt urbaine dont le sol est jonché de fougères luxuriantes. Tout près, le *Jardin des Générations* permet la plantation d'arbustes au moment de la mise en terre de l'urne. Quant au



Le Jardin de l'Espoir du cimetière de la Coopérative funéraire de l'Estrie de la rue du 24-Juin à Sherbrooke

Jardin de l'Amitié, il prend des allures plus traditionnelles avec ses pierres tombales diversifiées et, souvent, personnalisées. Puis, le *Jardin de la Paix* est caractérisé par des plaques d'identification déposées directement au sol, soulignant au passage que tout le monde est égal dans la mort. Il y a aussi le *Jardin de l'Espoir* qui offre une option de sépulture collective motivée par la volonté de ne laisser personne derrière, quelle qu'ait été sa vie. Finalement, le mausolée regroupe

des unités de columbariums offrant un espace lumineux et propice au recueillement.

Les souvenirs qui tracent la voie

Savoir d'où on vient pour savoir où on va, dit l'adage. Le fait de savoir qu'un être cher disparu repose à un endroit précis est rassurant. Il offre un espace propice à se rappeler l'influence qu'a eue cette personne dans nos vies. De quoi changer nos comportements, nos décisions... nos repères, en fait.

*Cimetière naturel
en milieu urbain*

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

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

COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DE L'ESTRIE

16 et 17 octobre 2021

Profitez des
visites guidées
pour découvrir
leurs œuvres d'art,
leur architecture
et leur histoire

Balade
des
Clochers

ENTRÉE
LIBRE

Programmation spéciale
et activités offertes
parmi 4 églises choisies

Saint-Denis-de-Brompton
Église Saint-Denis
Sanctuaire de Beauvoir
Sherbrooke
La Patrie
Lac-Mégantic
Église Sainte-Agnès
Église Saint-Pierre

BaladeClochers

ARCHIDIOCÈSE
DE SHERBROOKE

diocesedeshbrooke.org

Toute une expression!

Donner sa langue au chat

« Donner sa langue au chat » signifie renoncer à deviner ou à trouver une solution à un problème. Mais d'où cette expression tire-t-elle son origine?



Dessin par Kelly Richter, 12 ans

Apparue aux alentours du XIXe siècle, l'expression initiale ne référait pas aux chats, mais plutôt aux chiens. On disait alors « jeter sa langue au chien ». Cette formulation serait le fruit d'une coutume, soit celle de donner les restes de nourriture aux chiens. De fait, jeter sa langue aux canidés fait en sorte de comparer cette langue à quelque chose d'inutile et sans valeur, comme les restes de nourriture. Par extension, c'est abandonner son organe de la parole qui n'a plus d'utilité, car, faute d'ignorance, on ne peut exprimer la solution à un problème posé.

donne au lieu de jeter? Il faut savoir qu'à l'époque, le chat était considéré comme un confident, un gardien de secrets. Il avait donc connaissance de beaucoup de choses sans pour autant être en mesure de les divulguer. Ainsi, en lui confiant sa langue, certains disent qu'on lui prêtait la parole afin qu'il nous fournisse la réponse à une devinette ou la solution à un problème. Selon d'autres, l'explication proviendrait d'un mélange entre jeter sa langue devenue inutile, mais la confier au chat au cas où l'on déciderait de la récupérer plus tard.

Mais pourquoi donc les chiens sont devenus un chat auquel on

Un mot sur la langue de chez-nous

Voici quelques expressions québécoises en clin d'oeil aux textes de Monique Turcotte et Pierrette Denault (que vous pouvez lire à la page 12 de ce numéro du Journal de rue).

★ *Passer la nuit sur la corde à linge :*

Dormir dehors. Se dit de quelqu'un de mal en point.

★ *Éparer le butin s'u la ligne :*

En Beauce, étendre le linge.

★ *Les pires commérages de corde à linge:*

Commérages de bonne femme.

SUDOKU

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

Solution du Sudoku à la page 23

L!Li



Arrimage Estrie

Groupes d'art-thérapie

Les groupes d'art-thérapie proposent aux participants et participantes d'utiliser leur créativité afin d'entrer en contact avec soi et se découvrir autrement.

12 rencontres de 3 heures pour 50 \$
Info : www.arrimageestrie.com
Courriel : info@arrimageestrie.com

Carrefour Accès Loisirs

Une programmation riche et variée vous attend cet automne au Carrefour Accès Loisirs!

Un éventail de sports, d'activités de bien-être et d'informatique pour les adultes, en passant par la musique, la culture et les langues pour toute la famille! Les adolescents et adolescentes profiteront de cours de multimédia et d'employabilité. Sport, musique, langues et autonomie seront également au rendez-vous!

Orientation Travail

Trouver un emploi qui me ressemble

Orientation Travail accompagne, conseille et soutient les chercheurs d'emploi afin de les aider à trouver un emploi qui leur ressemble.

Pour connaître les différents programmes d'aide à l'emploi offerts, communiquez avec nous au 819 822-3226. Il nous fera plaisir de vous accompagner vers votre futur emploi!

Parkinson Estrie

C'est avec enthousiasme que nous vous invitons à participer à l'édition 2021 de la campagne de financement annuelle de Parkinson Estrie. Nous sollicitons votre générosité pour atteindre notre objectif de 35 000\$. Les dons recueillis serviront au maintien et au développement de l'offre de service dans toute l'Estrie.

Semaine sherbrookoise des rencontres interculturelles

La 8e édition de la Semaine sherbrookoise des rencontres interculturelles aura lieu du 16 au 24 octobre 2021 sous le thème « frontières abolies, cultures enrichies ».

Encouragez le dialogue et le rapprochement interculturel entre Sherbrookoises et Sherbrookoises! Inscrivez vos activités avant le 31 août 2021!

Visitez le sherbrooke.ca/ssri

Fière la fête 9e édition

Du 24 au 28 août

Plusieurs activités offertes : conférence, spectacles, exposition de photos, cinéma...

Événement éducatif, festif, familial et inclusif. Une chance unique de célébrer la diversité en Estrie! C'est l'occasion d'en apprendre sur les réalités vécues par les personnes LGBTQAINB2S+ ou d'avoir accès à des ressources. Plus d'infos : fierelafete.ca.

AGA JdrEstrie

Le Journal de rue de l'Estrie invite ses membres à son assemblée générale annuelle, le 7 septembre, à 14 h 30. Pour réserver votre place et recevoir l'ordre du jour, téléphonez au 819 348-0086, demandez Moika Vaillancourt.

Festival des traditions du monde de Sherbrooke

Du 12 au 15 août, voyagez à travers tous les continents avec le Festival des traditions du monde de Sherbrooke!

Plus de 30 spectacles, ateliers et activités pour toute la famille vous attendent au Théâtre Granada, Théâtre Centennial, Parvis, Marché de la Gare et Square Queen.

Venez savourer les spécialités de nos restaurants internationaux et profiter de la variété d'exposants le dimanche 15 août au Marché de la Gare.

Découvrez la programmation au ftms.ca

Ancien combattant dans le besoin?

Si vous rencontrez un vétéran de l'armée, de la marine ou de l'aviation du Canada nécessitant de l'aide, communiquez avec Guy Marchessault, président, de la Légion Royale Canadienne, filiale 10 de Sherbrooke, au 819 580-2255 ou par courriel gilles.samson@samsonsirois.ca.

On pourra offrir à cette personne l'aide dont elle a besoin.



Mes livres comptables

Votre comptabilité simplifiée

Logiciel en ligne pour les petites entreprises québécoises
À partir de 4,99 \$ par mois

www.meslivrescomptables.ca

Chemin des Cantons

Réguines et fantômes (théâtre)

Samedis et dimanches, jusqu'au 26 septembre

Pièce présentée gratuitement dans les Cantons-de-l'Est, réservation obligatoire.

S'adresse au grand public et aux familles. Dates et liens de réservation disponibles sur : chemindescantons.qc.ca. Les représentations extérieures seront présentées à l'intérieur en cas de pluie. Apportez votre chaise et entrez dans le mystère!

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

Comité de production

Ces personnes contribuent de façon régulière au Journal de rue de l'Estrie. Elles sont, pour la plupart, des bénévoles.

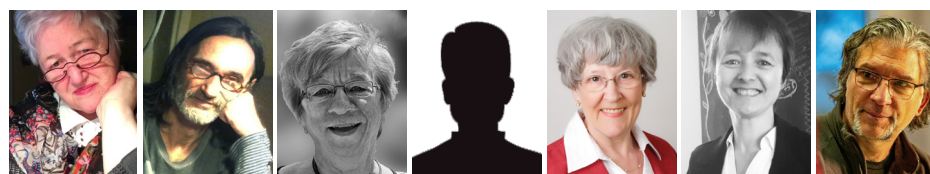
À ces hommes et ces femmes de cœur, nous devons ce bimestriel que vous aimez lire!

Joignez le comité

Les rencontres mensuelles sont ouvertes à tous et à toutes. Elles se déroulent dans notre local, au 2^e étage de la Chaudronnée de l'Estrie (470, rue Bowen Sud, Sherbrooke).



Julie Verreault Révisseur, Véronique Lemay Chroniqueuse, Nancy Brkich Bédéiste, Lucie Roy Chroniqueuse, Jacques Quintin Chroniqueur, Nancy Mongeau Éditrice, Karine Therrien Chroniqueuse



Pierrette Denault Chroniqueuse, réviseur, Bernard Couture Camelot poète, Nicole Boisvert Photographe, Votre place! Chroniqueur, Monique Turcotte Chroniqueuse, Frédérique Garain Révisseur, Jerry Espada Chroniqueur

INFORMATIONS :

Téléphone : 819 348-0086 • Courriel : production@blogderue.ca

PROCHAINES RÉUNIONS :

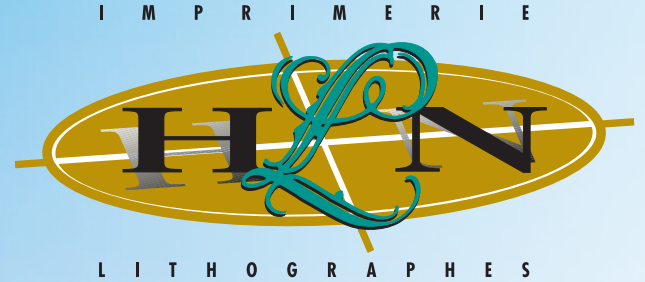
À cause de la Covid, nous avons dû les suspendre pour le moment.

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS :

- Journalistes;
- chroniqueurs et chroniqueuses;
- photographes;
- chercheurs;
- illustrateurs et illustratrices;
- graphistes...

Des espaces de travail sont disponibles pour nos bénévoles au bureau du Journal.

Heureux d'encourager
le Journal de rue!



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

Maintenant disponible en ligne!

S'abonner au Journal de rue en ligne : une autre façon de lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale en Estrie!

Appuyez la mission de l'organisme en vous abonnant à la version numérique du Journal sur son nouveau site web. Accédez à la section VIP réservée aux abonnés en ligne pour obtenir des primeurs, en plus des articles et chroniques de la version imprimée.

JDREstrie.ca

Pour chaque abonnement, 40% du montant est remis au Comité des camelots qui veille à combler les besoins de base des gens que nous aidons et leur permet de participer à des activités sociales.