

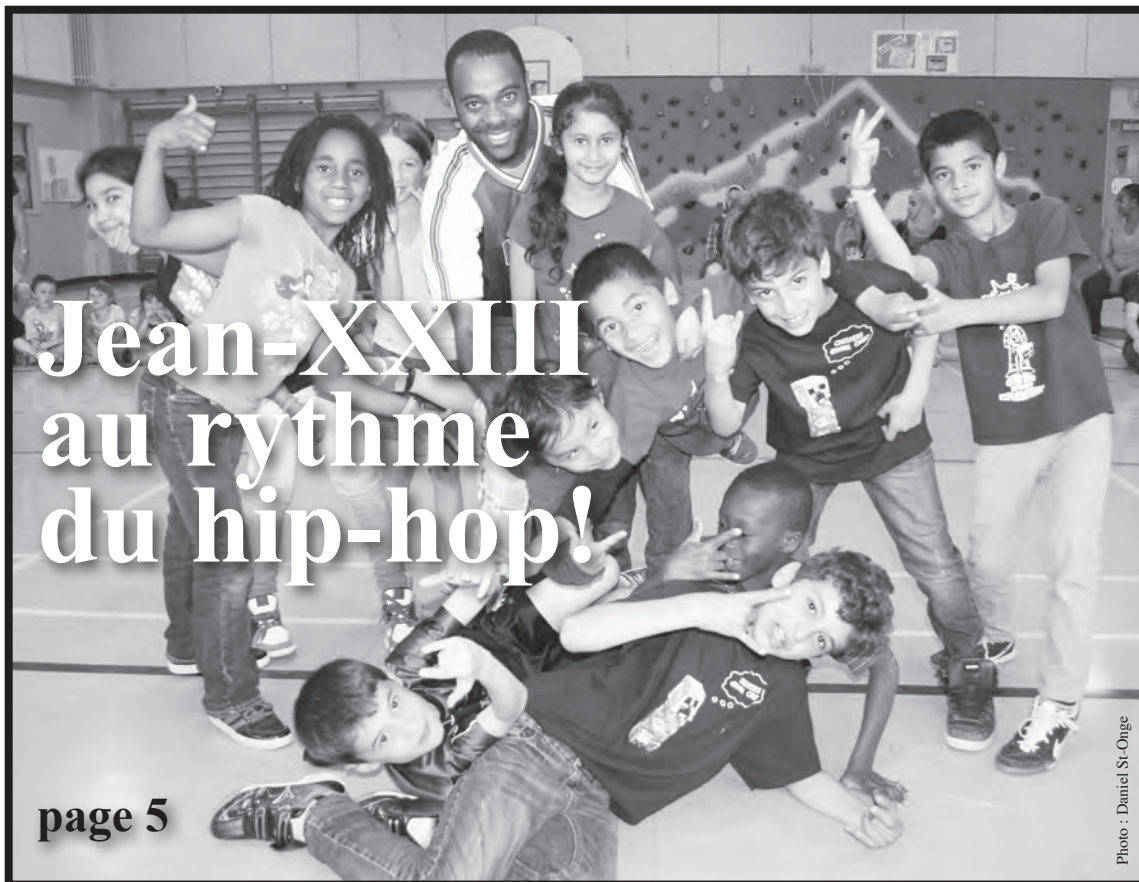
regards



On ne peut pas
choisir ce
qu'on ressent,
mais on peut choisir
ce qu'on en fait.
— Andy Rooney

VOLUME 9, N°10 - JUILLET-AOÛT 2014

JOURNAL COMMUNAUTAIRE D'ASCOT



Jean-XXIII au rythme du hip-hop!

page 5

Photo : Daniel St-Onge

Correspondance
en francisation
avec la MGPS

page 6

Dernier droit pour la
**Campagne de
financement 2014**

Je donne
pour
regards

page 2



Une magnifique
journée rempotage!

page 7

À NE PAS MANQUER !
Familifête : 23 et 24 août
Voisinage en Fête :
7 septembre



Secours-Amitié

page 9

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

819 566-4363



Desjardins
Caisse du Mont-Bellevue
de Sherbrooke

Visitez notre site Internet :

www.desjardins.com/caissemontbellevuedeshbrooke

Prochaine date de tombée des textes et des publicités 15 AOÛT 2014	Prochaine date de parution 3 SEPTEMBRE 2014
---	--

RÉDACTION Daniel St-Onge C. P. 22002 Sherbrooke QC J1E 4B4 Tél. : 819 821-2548 journalregards@yahoo.ca	PUBLICITÉ Florent Rousseau : 819 822-3299 / 819 993-2505
ABONNEMENT POSTAL 20 \$ / 10 numéros	

En partenariat avec :

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

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

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

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

Dépôts légaux : Bibliothèques nationales du Québec et du Canada

Tirage : 4 750 exemplaires

Distribution : Publisac

Coordination, journalisme et graphisme : Daniel St-Onge

Conseil d'administration : Jn-Guy Saint-Gelais, président; Guillaume Corriveau, vice-président; Gérard-Pierre Ti-I-Taming, trésorier; Evelyne Lapiere, secrétaire; Francine Goupil, administratrice; Carmen Houde, membre cooptée d'Ascot en Santé; Bruno Léger, membre coopté de l'arrondissement du Mont-Bellevue; Monique Joyal-Painchaud, personne ressource.

Regards est un journal communautaire dont la mission est de participer à la mobilisation des citoyens, des organismes et des institutions du quartier Ascot. Son contenu rédactionnel contribue à mettre en valeur la richesse du tissu social et culturel local. Les opinions émises dans les textes publiés dans ce journal n'engagent que leurs auteurs. Regards ne s'en tient pas responsable.

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

Regards est imprimé par :

ÉCONOLITHO
L'imprimerie à bon prix.
• Impressions de tous genres
• Entêtes, enveloppes, dépliants, brochures
975-1, chemin Hamel
Sherbrooke (Québec) J1R 0P7
Tél. : 819.569.0219 - Téléc. : 819.569.8094
econolitho@cooptel.qc.ca



Daniel ST-ONGE
Coordonnateur
du journal *Regards*

Dernier droit avant septembre

Avec la présente édition de *Regards* et l'arrivée de la période des grandes vacances d'été, notre campagne de financement entre dans son dernier droit. C'est pourquoi, nous vous invitons à faire un effort supplémentaire pour que nous puissions atteindre notre objectif, humble, mais combien important pour la survie du journal.

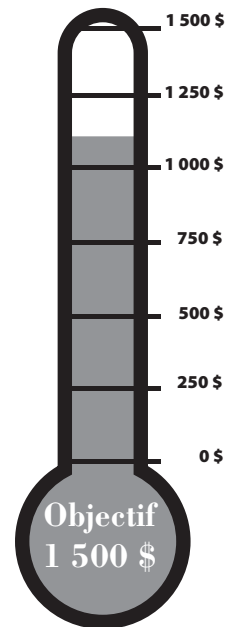
Au moment d'écrire ces lignes, comme l'indique notre thermomètre de donations ci-contre, nous avons franchi le cap des 1 000 \$. Mais, il manque encore un peu plus de 300 \$ pour atteindre les 1 500 \$ espérés. Notre campagne de financement *Je donne pour Regards* se clôture le 1^{er} septembre. D'ici là, nous espérons que vous nous manifesterez votre appui solidaire par votre don, si modeste soit-il. Merci de tout cœur!

Au-delà des belles récompenses offertes par nos généreux commanditaires, et qui seront tirées au sort parmi les donateurs exclusivement, votre don est une démonstration forte de votre attachement à votre journal communautaire et votre désir de le voir poursuivre sa mission sociale.

Faire un don, c'est simple : il suffit de compléter le coupon ci-bas, faites votre chèque à l'ordre de *Journal communautaire Regards* et postez le tout à l'adresse suivante :

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

NOTE : Si vous hésitez à découper le coupon par souci de garder intacte votre copie du journal, vous pouvez photocopier la fiche de donation, ou tout simplement inscrire sur une feuille de papier vos coordonnées et la poster avec votre chèque, nous vous allouons les coupons correspondants pour le tirage.



CAMPAGNE de FINANCEMENT 2014

Journal communautaire Regards

*Je donne pour
Regards*

Cochez le montant de votre don :

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

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

Nom : _____

Adresse : _____

Téléphone : _____

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



Lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale ou bien baisser les bras ?

Un grand nombre d'organismes au Québec réalisent de multiples projets pour lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale. Dans le quartier d'Ascot, Ascot en Santé assume un leadership important. Son action est basée sur le principe de mobilisation des organismes et des citoyens.

Malgré les succès obtenus en matière de lutte à la pauvreté, il faut admettre que tout demeure fragile. Par exemple, le dernier budget provincial vient d'annuler la promesse du gouvernement précédant de consacrer 40 millions de dollars par an, pour une période de 3 ans, au Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC). Cette austère décision met en péril les acquis difficilement conquis. Cela aura assurément une incidence négative sur les services, et l'existence même de certains organismes sera en péril.

Dans un communiqué de presse émis le 4 juin dernier, le Collectif pour un Québec sans pauvreté a dénoncé la poursuite du projet de transformation de l'État prévue par le gouvernement du Québec. Selon le Collectif pour un Québec sans pauvreté, une réingénierie qui néglige les personnes les plus pauvres au profit d'un équilibre financier à court terme ne peut que nuire au développement et à la justice sociale.

D'autres solutions peuvent s'appliquer. Nous pourrions, entre autres, revoir notre système d'imposition. Un état respon-

sable ne devrait-il pas faire preuve de créativité afin de garantir, en premier lieu, le filet de sécurité sociale à ses citoyens et, dans un deuxième temps, soutenir les organismes communautaires qui quotidiennement permettent aux gens de sortir de leur situation de pauvreté?

En attendant le prochain rendez-vous électoral, il est urgent que les organismes communautaires affichent ouvertement leur désapprobation et s'organisent pour défendre leurs idéaux de justice sociale.



Alexandre Badibanga
Organisateur communautaire au CSSS-IUGS
Pour le conseil d'administration d'Ascot en Santé



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

Le ballon qui rapproche!

Au moment où j'écris ces lignes, le Mondial de soccer bat son plein. La fièvre du ballon gagne les gens. Dans notre quartier, les couleurs des différents pays sont bien affichées. La partisanerie amicale est bien présente.

Les immigrants provenant de l'un des pays participants se réunissent à la brasserie, à la maison ou dans un local pour jouir ensemble du spectacle du BALLON. Certains y vont d'une gageure amicale et tous font des prédictions. Le BALLON devient un élément de rencontres et d'échanges entre les peuples. Les adversaires se taquent et rigolent. L'honneur du pays est en jeu.

Il faut voir les Portugais, les Français, les Brésiliens, les Espagnols, les Italiens et tous les autres manifester leur partisanerie et leur allégeance. Les discussions sont animées mais, respectueuses. Le BALLON rapproche les gens autour d'une même cause : l'amour du soccer.

Les Québécois embarquent aussi dans cette grande fête du ballon. Quelle belle cacophonie que d'entendre ces diverses langues s'entrechoquer dans un concert de OH!, de AH! et de BRAVO! L'unité et la cohésion se font facilement autour de ce BALLON. La fièvre ne fera que monter durant tout le mois que dureront les affrontements sur le terrain.

Ce sont ces mêmes personnes que nous retrouvons dans les diverses activités de notre quartier. Le Mondial sera un sujet de discussion lors des fêtes familiales de l'été et les fêtes de quartier. Le BALLON passe avant tous les conflits et toutes les guerres. C'est un élément rassembleur d'une puissance inouïe. Il ramène les sourires et renforce la camaraderie.

Bravo au BALLON rassembleur. BON ÉTÉ. Au plaisir.

Clin d'oeil à : Francine Goupil





Arrondissement
du Mont-Bellevue

VIE CULTURELLE

Concerts de la Cité : du 25 juin au 6 août 2014

Les Concerts de la Cité se déroulent au centre-ville de Sherbrooke, sur la Place de la Cité (derrière le palais de justice) et à l'amphithéâtre du Carré-Strathcona (à l'angle des rues Wellington Nord et Frontenac, face à l'hôtel de ville). Tous les spectacles extérieurs, présentant une programmation des plus diversifiées, **sont offerts gratuitement au public.**

• À la Place de la Cité

Les lundis classiques : les lundis soirs, du 7 juillet au 4 août, à 19 h. Spectacles gratuits de musique classique, petits ou grands ensembles. En cas de pluie, les concerts seront offerts au Théâtre Granada.

Les Concerts midis : les mardis et jeudis du 26 juin au 31 juillet (sauf mardi 1^{er} juillet et jeudi 10 juillet) à 12 h 15. Spectacles gratuits présentant chansons, musique variée ou petits ensembles. Repas froids disponibles sur place. En cas de pluie, les concerts seront offerts au Théâtre Granada.

Les Concerts à la brunante : les mercredis soirs, du 25 juin au 6 août (sauf le 16 juillet), à 20 h. Concerts populaires gratuits axés sur la danse et la musique du monde alliant fantaisie, humour et originalité. En cas de pluie, les concerts seront offerts au Théâtre Granada.

• Au Carré-Strathcona

Les mercredis au Carré : les mercredis, du 2 au 30 juillet, à 12 h 15. Apportez votre lunch et assistez gratuitement à un concert de 45 minutes en plein air. En cas de pluie, les concerts auront lieu dans le hall d'entrée du Théâtre Granada.

Les jeudis et vendredis Jazz 5 à 7 : les jeudis et vendredi, du 3 juillet au 1^{er} août, de 17 h à 19 h. Ensembles de jazz, funk et blues. En cas de pluie, les spectacles auront lieu au Loubards (360, rue Frontenac).

Le théâtre de rue : les vendredis du 4 juillet au 1^{er} août, à 12 h 15. Série de spectacles gratuits s'adressant à toute la famille. En cas de pluie, les représentations seront offertes au Théâtre Granada.

Samedis animés : les samedis, du 5 juillet au 2 août, à 17 h. Spectacles de musique variée qui plairont à toutes et à tous! Le 2 août, le spectacle aura lieu sur la rue Wellington Nord, à 12 h 15 et à 16 h 15. En cas de pluie, les spectacles auront lieu au Loubards (360, rue Frontenac).

Renseignements :

www.concertsdelaite.qc.ca ou 819 565-5656

À SURVEILLER

Événement Sherblues & Folk – 9 au 12 juillet 2014

Lieu : centre-ville de Sherbrooke, à l'angle des rues Wellington Sud et King Ouest et dans les bars et les restaurants participants. Spectacles gratuits et payants.

Renseignements : www.sherblues.ca, 819 565-5656

Fête du lac des Nations – 15 au 20 juillet 2014 (33^e édition)

Lieu : parc Jacques-Cartier, 220, rue Marchant (Arrondissement de Jacques-Cartier)

Renseignements : www.fetedulacdesnations.com, 819 569-5888

Classique Pif Vacances Transat – 30 juin au 6 juillet 2014 (39^e édition)

Lieu : plusieurs terrains dans les parcs de la Ville

Renseignements : Jean-Charles Doyon, 819 821-7433, classiquepif.com

Familifête – 23 et 24 août 2014 (28^e édition)

Lieu : parc Alguéric-Bussière, à l'angle des rues Belvédère Sud et McManamy

Renseignements : www.carrefouraccsloisirs.com, 819 821-1995, www.familifete.webs.com

Voisinage en Fête – 7 septembre 2014 (22^e édition)

Lieu : parc Belvédère, 500, rue Thibault

Renseignements : Johanne Audet, 819 342-0996 ou ascotensante@csrs.qc.ca

VIE DÉMOCRATIQUE / Calendrier – Juillet 2014

Date	Heure	Séance	Lieu
Mercredi 2 juillet	12 h 30	Conseil d'arrondissement du Mont-Bellevue	Bureau d'arrondissement du Mont-Bellevue (600, rue Thibault)
Lundi 7 juillet	19 h	Séance ordinaire du conseil municipal	Hôtel de Ville (191, rue du Palais)
Lundi 18 août	19 h	Séance ordinaire du conseil municipal	Hôtel de ville (191, rue du Palais)
Lundi 25 août	19 h	Conseil d'arrondissement du Mont-Bellevue	Bureau d'arrondissement du Mont-Bellevue (600, rue Thibault)

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

• « Conseil municipal » du sherbrooke.ca/mairie pour les ordres du jour du conseil municipal;

• « Séances du conseil d'arrondissement » du sherbrooke.ca/viedemocratiquemb pour les ordres du jour du conseil d'arrondissement du Mont-Bellevue.

De plus, il vous est possible de visionner les séances du conseil municipal en rediffusion sur la chaîne MATv et sur COGECO et de les consulter en webdiffusion.

Pour plus de détails, rendez-vous au sherbrooke.ca/telediffusion.

Bureau de l'Arrondissement : 819 563-3993



Texte et photos : Daniel St-Onge

Jean-XXIII au rythme du hip-hop!



Il y a de ces journées où tout nous semble aller de travers. Puis, se présente un événement tout simple qui vous ragaillardit, vient « faire notre journée », comme on dit. C'est ce qui s'est produit au début de juin, lorsque je me suis rendu à l'école Jean-XXIII, à la demande de l'intervenante de quartier Marie-Pier Bégin-Léveillé, pour couvrir une prestation d'élèves.

Il s'agissait d'un projet financé par le service de pédiatrie sociale du quartier, et orchestré conjointement avec le CSSS et l'école Jean-XXIII, en partenariat avec l'école de danse Anime-Action. Le projet consistait à offrir à un groupe d'élèves de l'école, dont certains suivis en pédiatrie sociale, une formation de huit semaines en danse hip-hop, à raison d'une heure par semaine, sous la supervision de Romuald Lessard, directeur de l'école Anime-Action.

Au terme de la formation, les jeunes devaient présenter leur performance devant leurs parents et d'autres élèves de l'école. Et c'est ce qu'ils ont fait avec brio, le 2 juin dernier, au gymnase de l'école. Voilà une brillante initiative, qui démontre une fois de plus le pouvoir de la valorisation de la capacité de chacun à se dépasser.

Une assemblée de quartier « micro libre »



D'abord prévue au préau du parc Belvédère, la grisaille a forcé la tenue de l'assemblée de quartier du 27 juin au bureau de l'arrondissement. Fait à noter, la rencontre fut aux couleurs du Bhoutan, avec une assistance majoritairement composée de citoyens et citoyennes originaires de ce petit pays himalayen. Pour la circonstance, la présence de l'interprète Jad Nidhi Khanal a été fort appréciée, donnant lieu parfois à de joyeux commentaires sur le sens des mots d'une langue à l'autre.

Cette dernière réunion publique avant l'été se déroulait sous le thème « Micro libre ». Le sérieux des quelques sujets concernant les projets en cours, a laissé place à une suite de courtes et sympathiques prestations de la part de qui voulait bien s'y prêter. Se sont succédés au micro Monique Joyal-Painchaud, Carmen Houde et Gérard Pierre Ti-I-Taming et leur poèmes; Irène Brouillette et son piano; et les chants et danses traditionnels d'un groupe de femmes Bhoutanaises. Donc, une brève et décontractée assemblée de quartier d'avant l'été.



Le 7 septembre, c'est Voisinage en Fête 2014

Parc Belvédère de l'arrondissement du Mont-Bellevue

Apportez vos chaises, vos couvertures et passez la journée avec nous !

Pour la 22^e édition de Voisinage en Fête, Ascot en Santé offrira une foule d'activités gratuites qui ne manqueront pas de divertir toute la famille!

Au programme :

Spectacles, activités sportives, amuseurs publics, mini-ferme, animation, maquillage pour enfants, tente de lecture, tournoi de pétanques, prix de présences, tirages, kiosques d'organismes.

Ballade à bord d'un p'tit train, hot dogs, blé d'Inde et breuvages sont offerts gratuitement.



Ascot
en Santé

Voisinage en Fête est rendu possible grâce à nos partenaires :

Desjardins
Caisse du Mont-Bellevue
de Sherbrooke

METRO
BELVÉDÈRE
Profession - Épicerie

Ville de
Sherbrooke
Arrondissement
du Mont-Bellevue

Photo : L'amuseur public Nicholas Bachand



Texte et photos : Daniel St-Onge

Maison des Grands-Parents de Sherbrooke Merveilleuse correspondance enfants-aînés!

Le 11 juin dernier se tenait un rallye de visite de la Maison des grands-parents de Sherbrooke dans le cadre d'un projet de correspondance entre les élèves de l'Elementary School de Lennoxville et des grands-parents bénévoles de la MGPS.

Au total, 48 élèves, partagés en groupes de six, furent jumelés à 8 grands-parents. L'activité s'est déroulée sur toute l'année scolaire, durant laquelle les grands-parents ont entretenu une correspondance avec les élèves d'une classe multiâge de l'école et des aînés de la MGPS. L'objectif était de soutenir les enfants dans leurs efforts de francisation à l'écrit, tout en développant des liens du cœur. Au fil de ces échanges épistolaires, des rencontres en personnes ont tissé les liens entre les correspondants. Si bien que ceux et celles parmi les élèves qui quittent pour le secondaire à l'automne,



Élèves, enseignantes et grands-parents posant fièrement au terme de ce beau projet collectif.



Un groupe de participants au projet lors du rallye de visite de la Maison des grands-parents.

ont exprimé le souhait de poursuivre leur correspondance avec leurs grands-parents d'adoption.

Quant aux enseignantes de l'école, elles sont enchantées de la portée et la valeur pédagogique d'un tel projet. Avec les élèves, elles ont animé plusieurs discussions sur l'âgisme et provoqué une prise de conscience de la problématique et des préjugés qu'il soulève. Un livre a même été produit, intitulé *The Gift of Age*, colligeant les observations et réflexions des élèves, incluant la correspondance entretenue.

Rappelons que, plus tôt ce printemps, la Maison des Grands-Parents de Sherbrooke avait été honorée en se méritant un prix de l'Association l'amitié n'a pas d'âge, pour ce

projet intergénérationnel exceptionnel.

Il va sans dire que ce beau projet a été porteur de grands changements, car de l'avis même des enfants y ayant pris part, leur perception de la vieillesse est désormais tout à fait différente de ce qu'elle était au début de l'année scolaire.

Pour plus d'information sur le livre *The Gift of Age* contactez :
desbiensi@ped.etsb.qc.ca
ou Juby-smithb@ped.etsb.qc.ca
Maison des Grands-Parents de Sherbrooke :
www.mgpsherbrooke.org



Les instigatrices du projet : Isabelle Desbiens, enseignante, Monique Roy, coordonnatrice du projet, Nadja Guay, responsable des activités et Bonita Juby-Smith, enseignante.

Quincaillerie PARENT

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



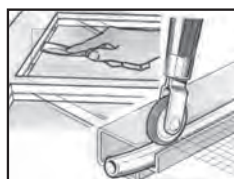
Service de peinture

SICO

BeauTi-Tone
PAINT • PEINTURE

Peinture de très grande qualité
à prix très abordable

Service de vitrerie



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

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



Texte et photos : Daniel St-Onge

Une magnifique journée rempotage!

Dans le cadre du projet *On fleurit notre quartier* d'Ascot en Santé, la journée rempotage chez Famille Espoir a, le 26 mai dernier, remporté un énorme succès. Cette belle activité vise à inciter les habitants à embellir leur milieu de vie en ornant leur balcon, platebandes ou façade de fleurs durant la belle saison.

Pas moins d'une cinquantaine de personnes se sont bien amusées à mettre la main à la terre et à empoter plusieurs centaines de jolies fleurs gracieusement fournies par les commanditaires, dont Arabo Culture, Métro Belvédère, La Mèche Verte, le Groupe Paré, l'Arrondissement du Mont-Bellevue, la Caisse Desjardins du Mont-Bellevue de Sherbrooke.

Cette année, la coordination avait été confiée à Geneviève Bruneau de Famille Espoir, où se déroule l'activité. Cette dernière a su relever ce « défi fleuri » avec brio. Nouveautés : un magnifique tableau, peint par l'artiste Nathalie Fortin, a été tiré au sort parmi les bénévoles présents. De plus, un groupe d'immigrants du programme d'intégration du Cégep de Sherbrooke était présent pour la seconde fois. Et, en après-midi, trois classes de l'école des Quatre-Vents ont aussi participé à l'activité.

Le jeudi suivant, des élèves et des enseignants de l'école internationale du



Le groupe de joyeux « rempoteurs », aussi colorés que les fleurs mises en pots...



Geneviève Bruneau.

Phare se joignent à l'équipe de Famille Espoir pour la distribution des fleurs dans les divers points, où les gens pouvaient se les procurer gratuitement. Le même jour, en fin de journée, parents et enfants de Jeunes Musiciens du Monde étaient conviés à un 4 à 6 festif et tout en musique chez Famille Espoir.

On fleurit notre quartier est une activité authentique qui permet, à la fois, d'embellir le quartier, mais aussi de créer un espace où immigrants et Québécois de souche peuvent tisser des liens dans la convivialité et le bon voisinage.



éveil à la lecture et à l'écriture

Texte : France Laliberté, Agente-conseil en soutien pédagogique au CPE Les Amis du Globe

Les enfants font des apprentissages tout l'été, mais en s'amusant!

Avec un peu de matériel et d'imagination, vous pouvez offrir à vos enfants ce qu'il faut pour continuer à développer les apprentissages de prélecture, de préécriture et de prémathématique tout au long de l'été. Que ce soit à la maison, dans l'auto ou dans un parc, l'apprentissage par le jeu est présent partout.

Voici quelques exemples simples :

Chansons, poèmes et jeux de doigts sont quelques-unes des activités qui favorisent chez l'enfant des compétences de prélecture. Ces activités aident à renforcer leur vocabulaire, à développer les capacités de la mémoire, les habituent à entendre les syllabes et à jouer avec des rimes, à comprendre

le séquençage, à entendre le rythme et le débit de la langue.

Penser aux craies à trottoir pour écrire des lettres et des chiffres, ou s'amuser à la marelle. La corde à sauter pour compter 1-2-3... Des marionnettes et des livres pour inventer des histoires. Un petit calepin et un crayon dans l'auto ou un tableau effaçable pour noter, par exemple, le nombre d'autos rouges ou pour dessiner

La lecture tout l'été

Pendant l'été, vous pourrez avoir accès à des livres pour les enfants en fréquentant les maisonnettes de lectures. Vous pouvez échanger un livre ou encore emprunter un livre. Bon été!

Les maisonnettes sont déjà installées ou le seront sous peu aux endroits suivants :

Devant le CPE les amis du Globe :
815, rue Thibault

Devant le CPE Le P'tit Gadu :
1755, rue Belvédère Sud

Devant Famille Espoir : **1520, rue Dunant**
Devant Famille Plus : **991, rue de Kingston**

À l'intérieur du bureau de l'Arrondissement du Mont-Bellevue : **600, rue Thibault**

Si vous souhaitez faire un don d'une grande quantité de livres, c'est au bureau de l'Arrondissement du Mont-Bellevue, 600, rue Thibault. Bon été et bonnes lectures!

Quartier du

Ménestrel



**UNE MAISON NEUVE CLÉ
EN MAIN POUR 150 000 \$
TOUT INCLUS OU 675\$/MOIS ?
OUI C'EST POSSIBLE !**

**VISITEZ NOTRE TOUT
NOUVEAU MODÈLE
ENFIN ACCESSIBLE
À TOUS !**

Tes goûts, tes idées, ton budget... ta maison !

Venez nous rencontrer !



REQ 8109-7651-08

Bureau des ventes :

**1864, rue de l'Aurore-Boréale
Mont-Bellevue** (par la rue Thibault,
près de l'école du Phare)
C 819 446 7195 T 819 820 1545

Heures d'ouvertures :

Samedi et dimanche de 12h30 à 16h30
ou sur rendez-vous en tout temps



Près de **300 terrains disponibles**
Plus de **70 modèles de maisons**
lachance.qc.ca



« J'ai besoin de parler, j'aimerais être écouté. »

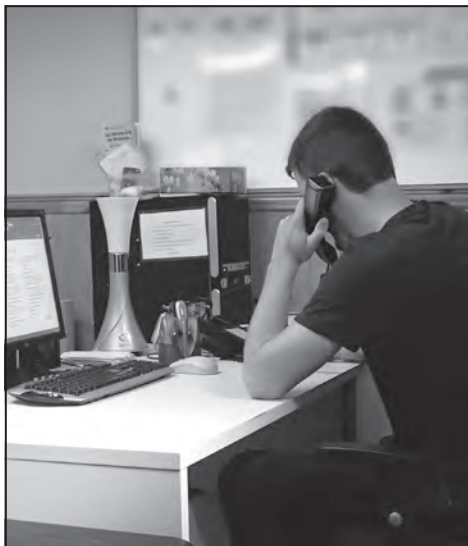
C'est ce qu'offre l'organisme SECOURS-AMITIÉ ESTRIE, dont le rôle est de maintenir un service d'écoute téléphonique anonyme. Madame Katheline Dugas, directrice, nous ouvre les portes, afin de répondre à nos questions!



Denyse TREMBLAY
dtremb7@videotron.ca

Cet article, j'ai dû le faire par téléphone et via courriel afin de respecter l'anonymat des gens. Secours-Amitié Estrie fut fondé en 1972 à l'initiative de Caritas Estrie. Ses principales règles sont l'anonymat, la confidentialité et le respect de la personne. Selon une évaluation, la répartition par groupe d'âge des appelants est la suivante : 1 % de 25 ans et moins; 24 % de 25-45 ans; 55 % de 46-59 ans; et 20 % de 60 ans et plus. L'âge moyen des écoutants de SAE est de 46 ans.

J'ai demandé à madame Dugas quelles sont les qualités pour devenir une personne à l'écoute téléphonique, et quelle formation doit-elle avoir? — « Toute personne qui ne porte pas de jugement, et fait preuve d'authenticité, de respect, d'empathie, du désir d'apprendre et d'ouverture d'esprit est un bon candidat à l'écoute active. De plus, chacune de ces personnes, avant de devenir écoutante, recevra une formation de base à l'écoute active (34 heures) et une formation complémentaire sur la problématique du suicide (9 heures), ce qui la préparera à répondre aux appels. Suite à cela, tout au long de son engagement, la personne sera accompagnée et recevra de la formation continue en lien avec les possibles problématiques rencontrés à



l'écoute. Le service d'écoute téléphonique est gratuit et accessible le jour, le soir, la nuit, dont 21,5 h / jour, soit de 5 h 30 à 3 h pour 365 jours par année. En date du 31 mai 2014, il y a eu 44 écoutants actifs au sein de SAE, en plus, d'être accompagnés d'une équipe de 4 personnes qui travaillent à la permanence afin d'offrir un soutien et un encadrement de qualité à ces bénévoles. »

Combien d'appels recevez-vous? — « Je dirais que la SAE a reçu, en 2013-2014, plus de 9 300 appels pour un grand total de 7 000 heures d'écoute. Toutefois, si la personne le demande et/ou si elle accepte, nous pouvons la diriger vers un service qui lui apportera un soutien plus spécifique à sa problématique. »

Dites-moi, quels genres de problèmes rencontrez-vous le plus souvent? — « Selon nos statistiques, les appels reçus concernent le plus souvent des problématiques touchant la solitude, l'isolement, les relations interpersonnelles ou la santé mentale, sans oublier la tentative de suicide. Je me permets de dire, qu'on peut appeler cela, le cri du cœur qui fait appel à de l'aide. »

À qui s'adresse cette écoute téléphonique? — « À tous ceux et celles qui rencontrent divers problèmes, comme le deuil, le suicide, la famille, etc. » Vous recevez de l'aide financière? — « L'organisation de SAE repose sur un budget d'opération dont les sources de financement sont réparties comme suit : subventions – Agence SSS de l'Estrie, 79 %; autofinancement (exemple : notre loterie-voyages. Pour infos : 819 823-5400), 14 %; les dons, 5 %; subvention – Emploi d'été Canada, 1 %; et autres revenus, 1 %. » En terminant, quel message désirez-vous livrer à nos lecteurs? — « Notre service s'adresse à toute personne ressentant le besoin de parler, peu importe la raison. Quelqu'un au bout du fil sera là pour l'écouter (Ligne d'écoute : 819 564-2323). Si vous avez envie de vous impliquer et de devenir écoutant à SAE, n'hésitez pas à communiquer au 819 823-5400 (Ligne administrative). » Merci pour cette entrevue, et pour ce don de soi que l'organisme offre si généreusement. Ne restez pas seul, ces personnes qualifiées sont là pour vous écouter! Un service offert à tous, peu importe l'âge, la nationalité, le problème et le quartier où vous habitez. APPELEZ!

CLUB DE GOLF COATICOOK
660, rue Merrill, C.P. 40, Coaticook (Québec) J1A 2S8
Tél : 819 849-9876 / Téléc : 819 849-9988
golfcoaticook@videotron.ca

STEVE BROWN
directeur général
Cellulaire : 819 578-9876

RABAIS DE 5 \$*
sur présentation de ce coupon

* Valide pour la saison 2014 seulement

Julie Doucet
Podologue

- * Amincissement et coupe d'ongles
- * Callosité (corne)
- * Durillon (cors)
- * Prévention d'ongles incarnés
- * Certificat-cadeau disponible

MEMBRE
Le Collège des Podologues du Québec

819.791.FEET (3338)
www.soinsdespiedssherbrooke.ca

Clinique familiale St-Vincent
250, rue King Est, suite 216



Être sensé durant tout l'été



**Par Evelyne Lapierre
coordonnatrice
Action Santé
Mont-Bellevue**

La saison estivale vient à peine de commencer que les médias rapportent déjà bon nombre de noyades, d'accidents de cyclistes sur la route ou de statistiques brûlantes au sujet du cancer de la peau. « L'été, c'est fait pour jouer », mais à quel prix? Voici un rappel de quelques conseils pour passer un été sensé.

Sports nautiques

Au Canada, c'est 525 décès évitables et involontaires liés à l'eau que la Croix-Rouge déplore à chaque année. Parmi les accidents de noyade d'enfants en piscine résidentielle, 80 % sont attribués à l'absence de surveillance de la part d'un adulte. Il est donc impératif qu'une personne responsable garde en tout

temps ses yeux sur l'enfant qui joue près d'un plan d'eau.

Près d'une centaine de personnes perdent aussi la vie, à chaque année, suite à une chute inattendue dans l'eau. Et c'est sans compter les noyades causées par l'alcool ou par la force d'un courant d'eau sous-estimé. Le port du gilet de sauvetage en embarcation est sans contredit la règle à respecter pour éviter ce genre d'accident fatal. Il est bon de rappeler que, selon la loi, un plaisancier qui conduit un bateau ne peut pas prendre d'alcool, sans quoi, il risque de subir les mêmes peines qu'un conducteur d'automobile en état d'ébriété.

Cyclisme

Environ 7500 cyclistes sont grièvement blessés à chaque année sur les routes du Canada. Les collisions les plus courantes avec les conducteurs se produisent souvent lors des virages à droite ou à gauche,



lorsqu'une voiture veut dépasser un cycliste sur une route étroite ou lorsqu'une portière de voiture s'ouvre. Comme conducteur et comme cycliste, il est donc la responsabilité de chacun d'être vigilant aux intersections et aux feux de circulation, ainsi que de rouler de façon prévoyante en annonçant ses intentions (signaux manuels et clignotants).

Le soleil et ses rayons

Le nombre de cancer de la peau au Québec est dix fois plus grand qu'il y a 20 ans. Il faut donc être de plus en plus prudent avec ce soleil qui nous réchauffe tout l'été. L'application d'une crème solaire d'un FPS d'au moins 30 est requise minimalement 20 minutes avant le début des activités extérieures. La meilleure façon d'éviter les coups de soleil est de se couvrir et de limiter le temps d'exposition au soleil entre 11 h et 16 h. Passez un bel été sensé et en santé!



Trucs et astuces pour alléger votre assiette !



**Marilou
PERRON-TESSIER
Cuisine collective
Le Blé d'Or**

L'été est bel et bien installé, synonyme de chaleur et d'humidité! Avez-vous déjà remarqué que, par temps chaud, on a parfois moins d'appétit? En fait, en tout temps, notre corps tente de maintenir une température corporelle de 37 °C. Or, la digestion des aliments demande de l'énergie, et celle-ci génère de la chaleur¹. Ainsi, « lorsqu'il fait très chaud, notre corps entre en mode « relaxe » et diminue notre appétit afin de réduire notre température corporelle »². Il est préférable de manger de plus petites portions. L'été est donc un moment idéal pour alléger nos assiettes.

Juillet et août sont probablement les mois les plus agréables pour garnir ses repas de fraîcheur et de couleurs avec la récolte des fruits et légumes de saison. En trempette,

substituez une partie de la mayonnaise par du yogourt nature ou du yogourt grec. En salade, ajoutez des herbes fraîches comme la coriandre ou le basilic pour en rehausser la saveur et ajoutez-y un filet de jus de citron au lieu de la vinaigrette du commerce, plus grasse. Pour une version plus nutritive, saupoudrez de noix de Grenoble, de fèves de soya rôties ou de graines de citrouille au lieu de croûtons et de bacon.

Sur vos grillades, privilégiez un mélange d'épices maison aux épices à steak, composé majoritairement de sel. À ce sujet, la poudre d'oignon ou la poudre d'ail sont parfaits dans les marinades. Accompagner le tout de légumes en papillote, plus léger que le riz ou les frites!

Envie de collations santé? Remplacez la moitié de la farine tout usage de vos muffins par de la farine de blé entier. Vous aurez ainsi plus de fibres. Pour réduire les matières grasses, il est possible de substituer jusqu'à la moitié de la quantité de la margarine ou du beurre par une même quantité de compote

de pommes. Par exemple, si votre recette requiert 125 ml de beurre, mettre 60 ml de compote et 60 ml de beurre.

Enfin, remplacer une partie de la viande hachée, par exemple, dans un chili ou encore une garniture à tacos, par du tofu émietté ou des légumineuses (lentilles, haricots rouges). Cela permettra d'ajouter des protéines sans égard aux gras de la viande. Votre santé cardiovasculaire en bénéficiera... votre portefeuille aussi.

Et surtout, il est important de s'hydrater tout au long de la journée. Troquez la boisson gazeuse pour une bouteille d'eau, car les boissons augmentent l'effet de déshydratation. Les fruits de saison contiennent également de l'eau. Au fait, saviez-vous que le melon d'eau est composé à 92 % d'eau, ce qui permet de combler sa faim tout en s'hydratant. Bon appétit et bon été!

¹ Alexandra Leduc, Quoi manger quand il fait chaud?, [En ligne], <http://alexandraleduc.com/blogue/2012/07/14/quoi-manger-quand-il-fait-chaud/>

² Idem.



Ne pas puer sans savon, est-ce possible?



**Dr Martin
BEAUREGARD**
Chiropraticien

O.K. Ici je ne parle pas de ne pas se laver, ou encore d'utiliser un déodorant sur tout le corps, ou même d'utiliser du febreze. Ce qui m'intéresse ici, c'est une nouvelle percée sur notre biologie. Selon le *New York Times*, un scientifique du M.I.T. aux Etats-Unis ne s'est pas lavé depuis 12 ans. Le fait le plus surprenant est qu'il ne pue pas. Donc, ici, nous avons, soit le rêve pour les paresseux, soit le possible futur d'un monde dystopiques, où les bains et les douches n'existent plus, ou bien encore l'arrivée d'une révolution du respect de l'écosystème de notre peau et l'amélioration de notre santé.

Selon la compagnie AOBiome, une

entreprise de biotech située à Cambridge, au Massachusetts, la peau a une flore bactérienne naturelle. Tout comme les intestins ont leurs propres bactéries, lesquelles sont nécessaires à notre santé, la peau a la sienne. La majorité de nos savons et shampoings tuent beaucoup de bonnes bactéries pour la peau. AO+ Refreshing Cosmetic Mist a donc développé un *tonic* pour la peau qui est composé de milliards de *Nitrosomonas eutropha* : une bactérie

qui oxyde l'ammoniaque (AOB), et qui permet de restaurer la flore bactérienne de notre peau.

Les scientifiques ont lancé l'hypothèse que cette bactérie, que l'on trouve principalement dans la terre et les eaux non-traitées, ont déjà habité notre corps, y agissant comme déodorant, agent anti-inflammatoire et comme support à notre système immunitaire, tout en se nourrissant de l'ammoniac dans notre sueur, pour enfin finir par le convertir en nitrite et en oxyde de nitrite. Tandis qu'avec l'utilisation de savon et shampoing nous la détruisons.

Si cela a piqué votre curiosité ou qu'un futur sans savon vous intéresse, voici le lien pour lire l'article du *New York Times* et l'adresse de la compagnie en question : http://www.nytimes.com/2014/05/25/magazine/my-no-soap-no-shampoo-bacteria-rich-hygiene-experiment.html?_r=2

<https://www.aobiome.com/>



Jean Coutu

François Maltais

1363, rue Belvédère Sud, Sherbrooke
819 565-9595

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



AIR MILES Jean Coutu

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

5\$ de rabais

Sur tout achat de 30\$ et plus en pharmacie

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

Valide jusqu'au 31 août 2014

* Sauf sur prescription

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



L'ÉCOLE JEAN-XXIII : une école multiculturelle à l'image du pape



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

Cette école primaire est planifiée de 1962 à 1965 sous le nom d'école Raimbault, Jean Raimbault étant le premier missionnaire catholique local de 1816 à 1823. De 1964 à 1967, la Commission scolaire loue un espace de classe dans l'église du Précieux-Sang. Le terrain de l'école est acheté en 1965 et la Commission scolaire décide de changer son nom pour Jean-XXIII en souvenir de ce pape très apprécié, décédé deux ans auparavant. L'école est construite en 1966-1967. À cause du développement immobilier du secteur, dès 1979 des enfants d'Ascot doivent être relocalisés dans des écoles de Sherbrooke et de Lennoxville.

L'école est finalement agrandie en 1984. En 2014, l'école se caractérise par le multiculturalisme, car elle accueille environ 200 élèves parlant 18 langues différentes. En ce sens, elle se rapproche d'une des idées du pape Jean XXIII d'ouvrir l'Église aux autres religions.

Fils de métayers, Angelo Giuseppe Roncalli est né en 1881 près de Bergame en Italie. Ordonné prêtre en 1904, il enseigne au séminaire de Bergame jusqu'en 1914 alors qu'il devient aumônier militaire. La Première Guerre mondiale terminée, il revient au séminaire de Bergame comme directeur spirituel. En 1921, il est nommé à la curie romaine pour s'occuper des missions et de l'évangélisation. Sacré évêque, il devient archevêque d'Aeropolis en 1925 et de Mesembria en



Photo du domaine public :
Patriarcata di Venezia

1934, en Bulgarie. En 1953, il devient cardinal et patriarche de Venise. Il est élu pape en 1958, dès 1959, il lance les travaux du 2^e concile œcuménique du Vatican, qui s'ouvre en 1962 sous le nom de Vatican II et qui mobilise plus de 2 300 évêques et cardinaux. L'objectif est d'adapter l'Église au monde moderne, de la rapprocher des peuples, d'adapter la liturgie aux langues de

chacun et de sensibiliser les catholiques à la liberté religieuse. Mais, Jean XXIII décède en 1963 alors que le concile ne termine ses travaux qu'en 1965. Ce concile est considéré comme l'événement majeur de l'Église au XX^e siècle, un concile réformateur à l'image de Jean XXIII. Ce dernier est béatifié en 2000 et canonisé par le pape François en 2014.



ÉTÉ égale vacances et repos...



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

Plusieurs d'entre vous ont déjà sorti le barbecue ou cuisiné à l'extérieur. Le beau temps nous appelle. Nous profitons des belles journées pour relaxer et prendre du soleil. Les enfants profitent de la piscine, du vélo, du soccer et des sports extérieurs.

Certains en profiteront pour monter une tente dans la cour pour que les jeunes s'initient au camping. D'autres iront en voyages à l'extérieur. Les chanceux se rendront au chalet pour se détendre. D'autres se baladeront dans les parcs et les espaces verts de la ville.

ATTENTION !! Votre sécurité doit toujours vous préoccuper. Je vous le répète



souvent : LES VOLEURS NE PRENNENT PAS DE VACANCES. Ils peuvent prendre vos vacances. Vous devez être prudent. Et vos enfants aussi. Vous avez certainement d'autres choses plus intéressantes à faire que de passer du temps avec votre compagnie d'assurance et les policiers.

La tranquillité de votre été est directement conditionnelle à votre vigilance et à votre prudence. « Barrez les portes. Fermez les fenêtres. Faites ramasser votre Publi-sac par des voisins. Laissez des lumières allumées. Ramassez les choses sur le terrain. » Tout ça, je vous le répète depuis plus de 5 ans.

Vous le savez, mais, il faut que ça devienne un réflexe chez vous. Vaut mieux être avec vos parents et vos amis plutôt que d'être avec la police. Profitez du soleil, du bon temps. RelaxeZ autour d'un bon feu avec des amis. Prenez une bonne boisson entre voisins.

BON ÉTÉ. À la prochaine.

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



Les feux de joie



**Guillaume
CORRIVEAU**
Notaire fiscaliste et
médiateur familial

L'été est enfin arrivé, il ne manque que la température chaude. La fête de la Saint-Jean-Baptiste est chose du passé et celle-ci vous a donné l'envie de faire des feux de joie dans votre cour arrière. Il est possible de faire des feux à ciel ouvert, ainsi que des feux de foyers extérieurs à Sherbrooke, mais certaines règles doivent être suivies.

Pour un feu à ciel ouvert, vous devez obligatoirement obtenir un permis du Service de protection contre les incendies (SPCIS) de la Ville de Sherbrooke. Assurez-vous de dénicher un endroit dégagé éloigné de tout objet, incluant des branches d'arbres en hauteur et des fils électriques. Évitez d'allumer un feu lors de forts vents. Le tour du feu doit lui

aussi être dégagé d'au moins cinq (5) fois sa hauteur. Restez aux aguets de tout communiqué émanant de la Ville de Sherbrooke ou de la Société de protection des forêts contre le feu (SOPFEU) qui interdit les feux à ciel ouvert durant certaine période de l'été, notamment durant une période de sécheresse.

Il est aussi possible de faire des feux de foyers extérieurs à la maison peu importe la superficie de votre terrain, et ce, sans permis. Vous devez quand même vous situer à au moins six (6) mètres de tout bâtiment et à trois (3) mètres de la limite de votre propriété (clôture, arbre, haie). De plus, vous devez vous assurer que votre foyer extérieur réponde à certaines normes, notamment qu'il soit muni d'une cheminée, de pare-étincelles et que la structure du foyer soit construite en pierre, en briques ou en métal. N'hésitez pas à consulter le site de la Ville de Sherbrooke pour plus de

détails : <http://www.ville.sherbrooke.qc.ca/fr/sous-site/environnement/famille-et-habitation/feux-de-foyers-exterieurs/>

Dans tous les cas, assurez-vous de toujours avoir à portée de l'eau et les outils (pelle, râteau, etc.) nécessaires afin de vous assurer



que le feu est complètement éteint avant de quitter les lieux et ne jetez jamais vos cendres chaudes à la poubelle; même le lendemain, elles peuvent être encore assez chaudes pour qu'un incendie se déclare dans votre poubelle. Vous pouvez contacter le Service de protection contre les incendies (SPCIS) pour connaître l'indice d'inflammabilité pour les feux à ciel ouvert au

819 821-5449 afin de vous assurer qu'il n'y a aucun risque la journée où vous avez prévu festoyer.

Bon été et bons feux de joie!

Vittoria[®] Café

- **Torréfaction personnalisée sur place**
- **Grande variété de cafés venant des quatre coins du monde**
- **Produits spécialisés**

**Boutique ouverte au public
du lundi au vendredi, de 8 h à 17 h**

**1625, rue Belvédère Sud, Sherbrooke
819 564-8226**

www.cafevittoria.com

boutique@cafevittoria.com

Suivez-nous sur Facebook :

www.facebook.com/laboutikcafevittoria

Torréfacteur de café reconnu en Amérique du Nord, Café Vittoria a décidé d'offrir sa vaste sélection de cafés directement au grand public dans sa toute nouvelle boutique située au 1625, rue Belvédère Sud.

Nous avons une grande sélection de produits : chocolat chaud, sirops, tisanes, thés et bien évidemment du café, en grains et moulu présentés en emballages variés (sacs et cannes), de toutes les couleurs de torréfaction.

PROMOTION!

15 % de rabais

sur tous les produits Vittoria

Grande variété de cafés au prix du manufacturier

Vraiment pas cher!

Promotion valide jusqu'au 31 août 2014.



LA FAMILIFÊTE 2014 : LES 23 ET 24 AOÛT !

Organisée par le Carrefour accès loisirs, en partenariat avec l'Arrondissement du Mont-Bellevue, de généreux commanditaires et de nombreux bénévoles, la 28^e édition de la Familifête promet une programmation haute en couleur, au parc Alguerier-Bussièrre, coin Belvédère Sud et McManamy.

Sous le thème *Diversité des plaisirs*, la populaire fête de quartier se déroule sur deux jours : le samedi 23 août de 14 h à 20 h 45; et le dimanche 24 août de 11 h à 14 h 30, dont la traditionnelle messe en plein air. Fermette, jeux gonflables, maquilleuse, bricolage ne sont que quelques-unes des nombreuses activités pour les enfants. La grande scène accueillera Jean-François Dubé, le chanteur du groupe Noir silence, en formule trio. Suivront des danses et percussions du Monde avec les Ateliers Sankofa. Puis, un concours de break danse pour les jeunes. Enfin, le groupe Son de Cuba mettra du rythme latino dans les cœurs.

Bref, la Familifête est une belle occasion pour les gens de l'arrondissement de fraterniser et de s'amuser, grâce à ses activités gratuites, sa nourriture à petits prix et des tirages de prix de présence. Pour en savoir plus visitez le :

www.carrefouraccesloisirs.com OU www.familifete.webs.com

FAMILLE PLUS

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

- Lundis animés : les lundis de 9 h à 11 h (Parent-Enfant)

- Matinées Parents : les jeudis de 9 h à 11 h (Halte-Garderie gratuite disponible pendant l'activité)
- Halte-Garderie : mercredi, jeudi et vendredi de 8 h à 16 h 30 (Réservations le lundi matin entre 9 h et midi)
- Activités Familiales

- Divers programmes les mardis (Halte-Garderie gratuite disponible pendant les divers programmes)
- Cotisation familiale annuelle : 10 \$

Pour informations : 991, rue Kingston Sherbrooke, (Québec) J1H 3S2. Tél. : 819 822-0835 / Téléc. : 819 822-0835 / familleplus@qc.aira.com Blog : www.famille-plus-sherbrooke.blogspot.com

FAMILLE ESPOIR & CARREFOUR COMMUNAUTAIRE D'ASCOT

Horaire des activités estivales : du 25 juin au 14 août 2014

Lundi

Coop des grandes familles (rue de l'Ancienne Carrière) de 10 h à 11 h 30. Famille Espoir au 1520, rue Dunant, de 13 h 30 à 15 h 30.

Mardi

Place des Roseraies, de 10 h à 11 h 30. Rue Jogues, de 13 h 30 à 15 h 30.

Mercredi

Parc Belvédère, de 10 h à 11 h 30. Coop des grandes familles (rue de l'Ancienne Carrière) de 13 h 30 à 15 h 30.

* Une place pour moi, à Famille Espoir (9 à 13 ans), de 18 h à 20 h.

Jeudi

1945, rue des Grands-Monts (à même le terrain de l'intervention de quartier) de 10 h à 11 h 30. Place Des Roseraies de 13 h 30 à 15 h 30.

Vendredi

Famille Espoir au 1520, rue Dunant, de 10 h à 11 h 30.

Projet Couleurs en plein air

Ateliers de peinture à l'eau favorisant la spontanéité, la créativité et la communication. Ce projet s'adresse aux enfants âgés entre 4 et 13 ans et à toute famille désirant vivre une expérience enrichissante. Le but est simple : divertir les enfants en leur offrant un espace animé, et ce, gratuitement et sans inscription!

* *À ne pas manquer, la fête de clôture du projet Couleurs en plein air le jeudi 14 août de 11 h à 14 h. Au menu : épluchette de blé d'Inde, animation sur place et plusieurs surprises!*

Activ'été (Québec en forme)

Jeux coopératifs et sportifs pour les enfants.

Lundi, jeudi et vendredi de 10 h à 11 h 30 et mardi et mercredi 13 h 30 à 15 h 30.



Musée Beaulne
AU CHÂTEAU ARTHUR-OSMORE-NORTON

*Visitez des expositions captivantes
dans une résidence bourgeoise*

Heures d'ouverture : de 10 h à 17 h, du mardi au dimanche

96, rue de l'Union, Coaticook (Québec) J1A 1Y9
Téléphone : 819 849-6560
www.museebeaulne.qc.ca



Jean Rousseau
Député
Compton—Stanstead



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



COURS DE DANSE COUNTRY



prof. : Manon Lévesque

Nouvelles sessions pour débutants!
8,00\$/pers/cours

Sherbrooke : vendr. 5 sept. 7h00
Fleurimont : mardi et merc. 9 et 10 sept. 7h00
Magog : jeudi 11 sept. 7h00

Appelez pour infos! 819 565-7072
www.clubdansecountry.com
ou sur facebook: Club Danse Country Estrie

Aussii! Soirée de danse tous les vendredis soir!
Début le 5 septembre.
Et les dimanches après-midi
Début le 21 septembre
(mini cours gratuit avant)
Au Centre Comm. de loisirs
Sherbrooke!
(1010, rue Fairmount)



Activités spéciales pour les préados

* Une place pour moi : C'est une soirée qui t'appartient avec des activités que tu aimes et qui t'intéressent. Durant l'été, les jeunes seront invités à participer à la création d'un spectacle pour la fête de clôture du projet en collaboration avec Jeunes Musiciens du Monde - Sherbrooke.

Comment nous joindre?

Vous pouvez descendre dans la rue nous rejoindre aux endroits inscrits selon l'horaire ou contactez-nous au 819 569-7923. (En cas de pluie, venez nous rejoindre à Famille Espoir)

INTERVENTION DE QUARTIER ASCOT CLSC / ÉTÉ 2014 DEMANDE D'AIDE sans rendez-vous

Contactez-nous pour un rendez-vous du mardi au vendredi
Marie-Pier : 819 570-4000 / Arzamina : 819 829-8098

LOCAL OUVERT : échanges, loisirs et invités

Tous les MARDIS entre 17 h et 19 h (pour adultes).

Au local de quartier (1945, rue des Grands-Monts, app. 9)

FRIPERIE GRATUITE ET CAFÉ-RENCONTRE

Tous les VENDREDIS entre 9 h 30 et 12 h.

Au local de quartier (1945, rue des Grands-Monts, app. 8)

BÉBÉ TRUCS ASCOT

Les DERNIERS JEUDIS du mois de 13 h à 15 h.

Infirmière, éducatrice et travailleuse sociale sur place.

Au local de quartier (1945, rue des Grands-Monts, app. 8)

Local fermé le lundi

Intervenantes de quartier Ascot :

Marie-Pier : 819 570-4000 / Arzamina : 819 829-8098

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

CENTRE COOPÉRATIF DE LOCAUX COMMUNAUTAIRES

Pour connaître les services du Centre coopératif de locaux communautaire de Sherbrooke situé au 187, rue Laurier, visitez notre site : <http://www.acefestrie.ca/category/locaux/> ou encore aimer l'annonce sur la page Facebook de l'ACEF :

<https://fr-fr.facebook.com/acefestrie>.

L'ACCORDERIE DE SHERBROOKE

Spectacle bénéfice de l'Accorderie. L'Accorderie de Sherbrooke encourage les talents de la relève artistique de l'Estrie en vous offrant son spectacle bénéfice, le **jeudi 21 août 2014, 19 h à 21 h 30, à la Salle Le Tremplin.** Nous vous invitons à vous joindre à cette toute première collaboration afin de soutenir la coopérative de solidarité de l'Accorderie dans sa mission de lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale. De l'information sur l'Accorderie et ses multiples possibilités, un marché des artistes de la Cuvée Artistique, des performances originales et plusieurs autres surprises vous attendent à cette soirée spéciale! Cette 5^e édition de la Cuvée Artistique se déroulera du 2 août au 4 octobre et vous fera découvrir les artistes émergents de la région. Plusieurs partenariats avec des professionnels et partenaires du milieu culturels auront lieu, entre autres, avec Ultra Nan, Slam du Tremplin et Rues Principale de Coaticook! Pour plus d'informations et la programmation de l'événement, restez connectés au site Web de la Cuvée Artistique 2014 : www.cuveeartistiqueestrie.org ainsi qu'à la page Facebook de l'Accorderie!

ASSOCIATION DES LOCATAIRES DE SHERBROOKE

L'Association des locataires a besoin de ses membres pour se battre pour ce droit fondamental qui est le logement, car selon le recensement de 2006 du gouvernement du Canada, il y avait 12 515 ménages locataires qui défrayaient plus de 30 % de leur revenu pour

se loger, et ce nombre augmente d'année en année. Pourtant la Société Canadienne d'Hypothèque et de Logement (SCHL) mentionne que si un ménage locataire défraie plus de 30 % de son revenu pour se loger, il est à haut risque de perdre son logement et de vivre des difficultés financières.

Nous invitons les ménages locataires à notre assemblée générale annuelle du samedi 6 septembre dès 9 h 30 à l'église Précieux-Sang (785, rue Thibault) afin de venir partager leur difficulté en matière de logement pour qu'ensemble, nous puissions nous monter un plan d'action pour l'année 2014-2015.

Les locataires qui désirent participer à notre assemblée générale annuelle sont invités à se procurer leur carte de membres au coût de 3 \$ et de s'inscrire avant le vendredi 29 août 2014. Un diner gratuit sera servi sur place. **Pour inscription, appelez au 819 791-1541.**

SALON ÉDUCATION FORMATION DE L'ESTRIE

Le Salon Éducation Formation de l'Estrie au Centre de foires le 10, 11 et 12 octobre 2014, sous le thème *L'éducation tout au long de la vie*. Un salon physique (stands et conférences) et virtuel sous www.eductoi.ca. Informations : 819 200-0587 / 819 452-1452 ou eductoi.ca@gmail.com



petites annonces

Seulement 1 \$ / ligne

SOUTIEN INFORMATIQUE

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

GARDERIE LES YEUX DU CŒUR INC

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

CRÉATIONS YOGY (Huguette Joannette)

Cartes pour toutes occasions. Cours sur demande, démonstrations sur demande : joannettehuguette@videotron.ca / Tel : 819 791-4634

ACTION-SOLUTION

Fini les dettes! action-solution.ca /

Brigitte Mc Mahon : 819 446-6393 / N° de REQ : 2265735326

« PHOTO - VIE »

ANNA KHIJ, photographe de famille, vous invite à garder vos petits moments de la vie. Seulement pendant l'été 2014. Superforfaits disponibles! Photos de famille, bébé, maternité, fête, mariage, love story... Pour les portraits de beauté, le maquillage est inclus. Informations : annaphotoclub@gmail.com
Tél. : 819 791 2110 ou 819 919 1378
Site web: www.photo-vie.com / Facebook : Anna Khij

HOMME À TOUT FAIRE DEMANDÉ

Pour travaux divers chez un particulier. Bienvenue aux étudiants!
819 822-3299



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DE L'ESTRIE

819 565-7646, 24 heures par jour

www.coopfuneraireestrie.com

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

Services complets

Cimetière traditionnel

Cimetière naturel

Arrangements préalables

Columbariums

Mausolée

Chapelle

Accompagnement personnalisé

Cérémonies personnalisées



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



Salon du 505, rue Short, à Sherbrooke