



Journal de rue de l'Estrie

L'ITINÉRAIRE VERS LA PROSPÉRITÉ SOCIALE



Chroniques des camelots
Lettre ouverte, récit et plus!
PAGES 3 et 4



Ateliers d'écriture au JRE
Les camelots prennent la parole
PAGE 5

MC Steau
Marie-Claude Bibeau
Mairesse de Sherbrooke



J'appuie le
Journal de rue.
mairie@sherbrooke.ca



SOURCE : © NICOLE BOISVERT

Un supplément d'âme. Autour de toi, des rires en grelots, des amoureux aux regards sucrés, des petites grappes de vélos, une foule pressée. On s'amuse. Pas toi. Toi, tu as les mains pleines de rien. On ne te voit pas, on ne t'entend pas. Il suffirait pourtant d'un tout petit rien pour te ramener dans la lumière. Un compliment, une caresse, un bouquet de tendresse.

Pierrette Denault

Vos médias communautaires sherbrookoïses, au cœur de vos valeurs!



jdrestrie.ca



Regards
JOURNAL COMMUNAUTAIRE D'ASCOT
journalregards.ca



Townships Sun
townshipssun.ca



ici BROMPTON
Au cœur des gens
icibrompton.com



CFMX
95,5 FM
cflx.qc.ca

La survie de ces médias communautaires passe par le soutien de leurs membres. Visitez leur site Web pour entrer dans le mouvement.



Les camelots du Journal de rue sont des travailleurs autonomes. Ils achètent le journal 2 \$ chacun et le revendent 4 \$ sur nos points de vente autorisés.

Les pourboires sont acceptés.

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 six fois par année. Le Journal est ouvert à tous et à toutes.

POUR TROUVER NOS CAMELOTS

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

CONSEIL D'ADMINISTRATION

- Luc Breton, président
- Pierrette Denault, vice-présidente
- Suzanne Ménard secrétaire-trésorière
- Frédérique Garain, administratrice
- René Guillemette, administrateur
- Marie-France Proulx, administratrice
- Marie-Thérèse Lebeau, administratrice

COMITÉ DE PRODUCTION

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

- Directrice et éditrice : Nancy Mongeau
- Éditrice adjointe : Mylène Roy
- Révisseurs : Suzanne Ménard, Pierrette Denault, et Mylène Roy
- Photographes : Nicole Boisvert, Danielle Arsenault, Jean-François Dupuis, Geneviève Leroux, Sarah Lavoie, Marie-France Proulx, Nancy Mongeau, Jacques Darche, et Catherine Sabourin
- Intervenant social : Grégoire Étienne Saint-Aubin et Marie-Thérèse Lebeau
- Rédacteurs et rédactrices : Nancy Mongeau, Pierrette Denault, René Guillemette, Marie-France Proulx, Jacques Quintin, Marc Bolduc, Bernard Couture, Thomas Smith, Gérard Favreau, Lucie Roy, Stéphane Duperron, Erick Gatuhier, Mylène Roy, Nadia Fortin et Sylvain Janvier, Marie-Lou Guay-Grand'Maison, Mélanie Riendeau, Ahmed Alex Adjanouga Odoun, Alain Lamoureux, Arsène Talbot, Stéphanie Breton, Jean-Marie Dubois et Gérard Coté, Jean Doyon, Véronique Lessard, Eve Bonin, Noémi Roy, Gaëlle Houde, ChuckS, Ja Nina, Mhist - Musée d'histoire de Sherbrooke

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

POUR NOUS JOINDRE

Journal de rue de l'Estrie
C. P. 62, succ. Place de la Cité
Sherbrooke (Québec) J1H 5H5
Bureau : 255, rue Galt Ouest, Sherbrooke
Téléphone : 819 348-0086
Courriel : production@jdrestrie.ca
Site web : www.jdrestrie.ca

SOMMAIRE

Page éditoriale	2
Voix libre	3, 4, 5 et 6
Communautaire	7
Psychologie	8
Itinérance	9
Éducation	10
Philosophie	10
Histoire	12
Culture	13
Livres	14
Poésie	15
Chroniques	16
Parcours migratoires	17 et 18
Environnement	20
Santé mentale	21
Divertissement	22
Annonces communautaires et culturelles	23

Financé par le
gouvernement du
Canada



PAGE ÉDITORIALE

Promesse de renouveau et itinérance

Nancy Mongeau, directrice du Journal de rue

C'est le 12 avril dernier que Mme Christine Fréchette est élue cheffe de la CAQ et devient la deuxième femme à gouverner le Québec, une fonction qu'avait exercée Mme Pauline Marois de 2012 à 2014. Plusieurs groupes accueillent favorablement la nouvelle première ministre désignée, mais elle n'a que peu de temps pour faire ses preuves d'ici à ce que les citoyennes et les citoyens ne se rendent aux urnes en octobre prochain.

Dès les premiers jours de son nouveau mandat, itinérance et violence faite aux femmes figurent parmi ses préoccupations, tout en promettant d'investir pour solutionner ces problématiques. Évidemment, les besoins sont plus grands que le portefeuille dont elle dispose, mais il est rassurant de constater qu'elle en reconnaît l'importance et qu'elle est prête à rehausser le financement pour lutter contre ces fléaux.

Le Journal de rue de l'Estrie étant aux premières loges de l'évolution du problème d'itinérance, il va de soi que cette annonce est bien reçue. Durant la campagne à la chefferie, Christine Fréchette a promis d'ajouter des fonds additionnels dans deux programmes venant en aide aux personnes vivant de la pauvreté, de l'exclusion ou des troubles de santé mentale. Elle souhaite ainsi ouvrir au-delà de la région métropolitaine (territoire actuellement réservé) le programme Agir ensemble et bonifier le Programme de réaffiliation en itinérance et en santé mentale dont bénéficient déjà des organismes comme le Partage Saint-François, qui offre un refuge aux personnes itinérantes à Sherbrooke. Reste à voir comment, quand et pour qui seront déployées ces mesures.

Forum itinérance de Sherbrooke 2026

En activité depuis 2001, la Table itinérance de Sherbrooke (TIS) est un bel exemple de concertation efficace. Les élus de tous les paliers, comme l'actuelle mairesse de Sherbrooke, n'hésitent pas à la consulter quand il est question de prendre le pouls du terrain et de réfléchir afin de mettre en place des stratégies ancrées dans la réalité de la région. Cette table de concertation regroupe 31 membres, dont le Journal de rue de l'Estrie.

Cette année, la TIS organise un grand événement auquel participeront des gens provenant de partout au Québec. Organismes partenaires œuvrant dans la lutte contre la pauvreté, élus, citoyennes et citoyens pourront profiter de différentes activités, comme des ateliers conférences et des échanges sur les enjeux de l'heure en matière d'itinérances et de solutions.

Le 25 mai, le grand public est invité à un cocktail littéraire dans une formule 4 à 7 sous le signe de la vie en itinérance. L'autrice de Traite de la petite bonté, Mélikah Abdelmoumen, s'entretiendra avec Caroline Paquette, coordonnatrice terrain à

la Coalition sherbrookoise pour le travail de rue.

Cette activité gratuite se déroule au cégep de Sherbrooke où le stationnement du plateau Sylvie-Daigle est mis à disposition sans frais. Pour assister à l'évènement, les personnes intéressées doivent confirmer leur présence via le formulaire en ligne disponible sur la page de l'évènement de la Table itinérance de Sherbrooke (sur Facebook) ou en envoyant un courriel à forumitinrancesherbrooke@gmail.com.

Toujours dans le cadre du Forum itinérance de Sherbrooke, les commerçants et les gens d'affaires sont invités pour un déjeuner au QG de l'entrepreneuriat le 28 mai. La cohabitation avec les personnes en situation d'itinérance est parfois difficile, particulièrement dans des contextes de problème de santé mentale ou d'intoxication. Afin d'outiller les membres de la communauté d'affaires et commerciale, Andréa Verreault (directrice générale de la Coalition sherbrookoise pour le travail de rue) animera une formation, suivie d'une présentation des projets et services offerts par des organismes communautaires de Sherbrooke.

Faites votre don!


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

Don par la poste :
Journal de rue de l'Estrie
C. P. 62, succ. Place-de-la-Cité
Sherbrooke (Québec) J1H 5H5

Don en ligne :
www.jdrestrie.ca/donner

Nous **remettons un reçu fiscal** pour tout don de 25 \$ et plus.
À cet effet, **veuillez joindre vos coordonnées**, dont votre numéro de téléphone et votre adresse courriel.

Devenez membre!
Pour tout don de 25 \$ et plus, **cochez cette case** et **joignez vos coordonnées**, dont votre numéro de téléphone et votre adresse courriel, afin de vous inscrire sur notre liste de membres et de recevoir nos communications.
À tout moment, vous pourrez demander le retrait de notre liste en nous joignant par téléphone (819 348-0086) ou par courriel (info@jdrestrie.ca).



Une thérapie dans un bol de soupe

Lucie Roy, camelot au Journal de rue

Connaissez-vous la Chaudronnée de l'Estrie? Il s'agit d'un organisme formidable qui existe depuis le 17 novembre 1982 et qui offre un service de soupe populaire. Je fréquente l'endroit depuis deux ans et j'ai commencé à y faire du bénévolat depuis le 15 avril dernier. Et, je peux dire que j'aime bien le contact avec les gens, en plus de trouver cela bien valorisant.

Je souhaite rendre hommage à cet organisme et remercier l'équipe pour l'excellente collaboration que nous avons eue ensemble, pendant ces nombreuses années, où nous, le Journal de rue, étions locataires dans leur établissement.

La mission de la Chaudronnée est d'aider les gens en situation de haute précarité à combler leurs besoins primaires, en leur offrant des repas, comprenant la soupe, l'entrée principale, le dessert et deux breuvages à bas prix. Un brunch et un souper gratuits sont offerts une fois par mois. L'organisme offre aussi un service de dépannage alimentaire et un service de fiducie volontaire.

L'organisme à but non lucratif accueille 130 usagers et usagères par jour. En plus, il aide à briser l'isolement en offrant des ateliers de cuisine, l'atelier cœur à cœur qui permet d'échanger sur un sujet, les cafés rencontre, et bien plus.

Ses autres services comprennent la distribution de condoms, la distribution de matériel d'injection neuf, la distribution



SOURCE : © JEAN-FRANÇOIS DUPUIS, 2022

Lucie Roy, camelot au Journal de rue, aborde un organisme qu'elle aime particulièrement.

d'une trousse de naloxone ainsi que du soutien pour la réinsertion sociale.

La Chaudronnée organise aussi des fêtes pour différentes occasions comme l'Halloween, Noël, la Saint-Jean-Baptiste, des épiluchettes de blé d'Inde, etc.

Les personnes vivant une situation difficile peuvent compter sur la présence d'intervenants et d'intervenantes qui sont là pour faire de l'écoute active, gérer les crises et les référer à des organismes au besoin.

Il y a quelques mois, une personne qui vivait dans la rue s'est présentée à la Chaudronnée avec un manque de repères. Les intervenants et intervenantes l'ont dirigée vers le projet Appart et elle a suivi une formation professionnelle pour retourner sur le marché du travail. Grâce à l'aide des intervenants et intervenantes de ce projet et de sa bonne volonté, cette

personne a réussi à trouver un appartement et à décrocher un emploi.

En terminant, j'ai récolté quelques témoignages d'usagers et d'usagères qui montrent les différentes raisons de fréquenter l'organisme: « Je viens pour ne plus avoir à préparer de repas chez moi. », « Je viens pour faire des économies », « Je viens pour briser l'isolement ».

La Chaudronnée est située au 470, rue Bowen Sud.
Téléphone: 819 821-2311

Déjeuners de 8 h 30 à 9 h 30
Dîners 11 h à 12 h 30

Les cartes repas offrent plusieurs possibilités:

La carte mensuelle à 20 \$
La carte valable pour 10 jours sans date d'expiration à 10 \$
La carte pour la journée à 2 \$

Achetez votre publicité dans le *Journal de rue* dès maintenant !

- ✓ Montrez votre **responsabilité sociale** en entreprise
- ✓ Profitez de nos **prix abordables**
- ✓ Bénéficiez d'une **grande période de visibilité**
- ✓ Rejoignez un **large lectorat** sensible à l'implication sociale

Contactez-nous au publicite@jdrestrie.ca
ou au **819 348-0086**

Le laurentien 4^e partie : mon ami « le grand pin »

Stéphane Duperron, camelot au Journal de rue

Dans la carrière de M. Marchand, près du domaine où je vivais qui portait son nom, il y avait comme une montée, pas très prononcée, en retrait de la ligne haute tension, du côté nord, où grandissait un grand pin.

Beaucoup de ses aiguilles recouvraient le sol. À sa base, il y avait deux grosses branches, très longues, qui finissaient par toucher le terrain. Elles devaient faire environ 16 pieds de long et formaient un «V».

Je passais mes après-midis d'été sous ses branches, étendu sur le dos, à regarder le soleil à travers ses aiguilles. Pur bonheur, c'était ma place, mon refuge, mon château fort. Souvent, le vent soufflait doucement. Du côté sud, presque en dessous de la ligne haute tension, il y avait un cap de roches recouvert d'une mousse.

Au début du mois d'août poussait une petite talle de thé des bois, d'environ cinq pieds de diamètre. Je mangeais les fruits rouges et récoltais les feuilles que je faisais infuser dans de l'eau chaude pour un bon thé des bois.

J'étudiais la distance entre les branches de mon grand pin et, un jour, alors que j'avais environ neuf ans, j'ai entrepris son ascension. Deux des branches étaient

plus distancées : j'étais sur le bout des orteils et, du bout des doigts, j'ai réussi à agripper la branche supérieure.

Ensuite, l'ascension a été plus facile. Le but ultime: atteindre la cime. Les deux premières branches de mon ami d'enfance mesuraient environ quatre pieds et formaient aussi un «V». Rendu là, je me suis assis dans ce «V». Une légère brise soufflait, et mon ami me berçait.

J'écris ces lignes et je pleure à chaudes larmes, tellement mon bonheur était grand. Que de beaux souvenirs. Je tanguais d'environ deux pieds à gauche et à droite.

Mis à part le grand pin, j'avais deux autres amis, la première, Annie Monette, ma voisine d'en face. Elle a été ma première amie. Elle venait chez son père toutes les deux semaines. Moi, j'étais seul chez nous, et je voyais de temps à autre cette petite fille qui semblait avoir mon âge.

Par une journée d'hiver, je me suis enfin décidé à aller cogner à sa porte pour lui demander d'être son ami. Elle a accepté.

Nos activités préférées étaient d'aller glisser et d'écouter les effets spéciaux audio de son père, Bernard, qui était technicien audiovisuel.

Ce dernier avait une passion pour l'aviation, tout comme moi. Un jour, il m'a emmené faire un tour de Cessna, et m'a même fait conduire alors que nous étions sortis de l'espace aérien de la tour de contrôle de Drummondville. Je me suis trouvé très chanceux de vivre cette expérience.

Et, au bout de la rue Sylvain, à droite, il y avait un camp d'été avec un portail comme dans un ranch, sur un écriteau était inscrit: «le camp mieux que rien». Il était la propriété de la famille Lauzon. Louis-Philippe, qui avait mon âge, était mon ami d'été.

Nous avons eu de beaux moments ensemble, comme la fois où nous voulions



SOURCE : © JRE, 2025

Dans ce quatrième article de la série, Stéphane Duperron, camelot au Journal de rue, décrit ses aventures avec ses amis d'enfance.

attirer les extraterrestres au moyen de lumière. Et puis toutes les fois où nous faisons du vélo. Avec mon «MX leader», reçu à ma première communion, je prenais plaisir à me servir des racines de surface pour faire office de rampe afin d'effectuer de mini sauts. Une autre de nos activités était de jouer avec son chien Farouk, un grand Danois.

Bref, ce sont de précieux moments vécus avec mes trois amis d'enfance.

Stéphane Duperron dit fils de Harris

Aux camelots, on lève le chapeau !

Ja Nina (âme slave)

Je vous lève mon chapeau, les camelots. Amis qu'on retrouve sur notre chemin, certains diraient par hasard, je dirais plutôt par chance.

Je vous lève mon chapeau pour la dignité humaine que vous gardez vivante, pour la

résilience que nous apprenez malgré des épreuves et des histoires.

Je vous lève mon chapeau, les camelots, frères et sœurs, travailleurs dans l'ombre, trop souvent inaperçus et jamais assez reconnus à leur juste valeur.

Camelots, je vous lève mon chapeau pour votre accueil toujours si inclusif et votre bienveillance dans toutes nos différences. Votre ouverture sans hésitation envers tous ces consommateurs à ventre plein et à cœur vide et souffrant dont vous ensoleillez le quotidien même lorsqu'ils déclarent, tout orgueilleux «désolé, je n'ai pas de change.»

Je vous lève mon chapeau, les camelots de continuer à persévérer et à préserver cette humanité condamnée à courir le meilleur deal et les éternels rabais, croyant, à tort,

qu'elle n'est jamais mieux servie que par elle-même et oubliant qu'elle croule autant sous les dettes aux générations futures. Et notre seule vraie, mère, la terre entière.

Je vous lève mon chapeau de savoir envoyer un sourire, même s'il est fuyant, ou de pouvoir dire «Bonjour, comment allez-vous?» à tous ceux et celles qui tentent de vous éviter, car c'est peut-être juste vous qui voyez pour vrai et qui sentez à quel point leur misère et leur solitude sont à pleurer.

Je vous lève mon chapeau, les camelots, même lorsque je n'en porte aucun et que

je n'ai que mes cheveux sauvages pour m'habiller la tête et cacher ma face devant l'injustice faite aux plus travailleurs.

Un merci particulier à Alain, Alemy (Sakhy) et Katherine qui ont réussi à m'intéresser à mon autrui et qui ont aussi bien réussi à accrocher un sourire dans mon visage souvent trop sombre pour le commun des mortels.

P.S. Bien contente que vous ayez finalement un local à vous, bien situé et plus que mérité.



SOURCE : © DANIELLE ARSENAULT, 2025

Katherine Cabana vend fièrement le Journal de rue.

Votre expérience compte pour nous !

Faites-nous part de votre expérience avec les camelots en nous écrivant au production@jdretrie.ca ou en appelant au 819 348-0086.

Donner la parole

Mylène Roy

Les camelots du Journal de rue, en collaboration avec l'Association des auteurs et auteurs de l'Estrie (AAAE) et la Ville de Sherbrooke, ont participé au projet Donner la parole. Ce projet, qui prenait la forme d'ateliers d'écriture et de communication orale, a culminé avec la présentation des textes devant public dans les locaux du Journal de rue le 31 mars dernier.

Sous le thème « De l'hiver au printemps », la visée de ce projet était d'aborder une épreuve en cheminant vers l'espoir, le positif. Arsène Talbot, l'animatrice des ateliers et autrice, affirme que le printemps représente souvent la partie la plus difficile à rédiger.

Tour à tour, les camelots ont donc présenté leur texte. Certains d'entre eux ont lu leur récit, alors que d'autres se sont improvisés conteurs. Tous ont fait preuve d'une grande authenticité, et ce, tout en surmontant l'émotion et la nervosité provoquées par cette lecture ou par cette improvisation.

Une expérience enrichissante

Après les présentations, les camelots ont reçu un certificat attestant leur participation aux ateliers et soulignant cet accomplissement. Par la suite, c'est avec fierté qu'ils ont partagé leurs impressions à propos du projet.



SOURCE : © JRE, 2026

Arsène, l'animatrice des ateliers, a été très appréciée, non seulement des camelots, mais également de toute l'équipe du Journal de rue. Derrière à gauche, on aperçoit Grégoire-Étienne Saint-Aubin, intervenant au Journal de rue, qui a créé une ambiance chaleureuse avec sa guitare.

Pour Louise, c'était une belle expérience : « Je n'ai pas souvent parlé devant les gens, mais Arsène a été super pour nous guider. »

Hacen, quant à lui, a mentionné qu'il ne s'est pas senti à l'aise devant le public : « Je n'aime pas quand il y a beaucoup de monde, mais j'apprécie le soutien et les encouragements. L'écriture donne un sens, traduit les pensées. »

De son côté, Lucie dit avoir trouvé difficile d'aborder son printemps. Ses sentiments restent tout de même positifs : « C'était une belle expérience, une bonne thérapie. C'était bien de parler, j'aimerais renouveler l'expérience. »

Gérard a mentionné avoir particulièrement aimé le fait de mettre en commun les textes et de partager leur ressenti : « On sent qu'on n'est pas seul. »

Charles a avoué que son plus grand défi a été de mettre ses pensées sur papier : « Ici, j'ai eu des trucs, ça m'a vraiment aidé. »

Enfin, Clément a apprécié le fait d'avoir rencontré des gens, il a déclaré avec aplomb : « Cela brise mon isolement. En plus, je n'avais jamais parlé devant des gens. Je vais prendre soin de mon certificat, c'est mon premier ! »

Une collaboration précieuse

Un tel projet n'est pas possible sans la collaboration de plusieurs personnes. Florent Gouezin, coordonnateur de l'AAAE a semé l'idée auprès de notre intervenante sociale. Il avoue que, pour lui, réciter des textes avec autant d'authenticité, comme l'ont démontré nos camelots, fournit un beau prétexte pour se rassembler. « On a eu ce qu'on voulait ! », déclare-t-il, tout sourire.

Marie-Thérèse Lebeau, intervenante sociale au Journal de rue, en plus d'assurer la logistique des ateliers, a accompagné les camelots et a elle-même participé au projet. « La participation du groupe a permis de créer une belle synergie. J'ai été émue de voir les participants se livrer ainsi. », dit-elle en saluant leur courage.



SOURCE : © JRE, 2026

Les participants aux ateliers Donner la parole ont reçu un certificat après avoir présenté leur texte devant public le 31 mars dernier. De gauche à droite : Hacen, Marie-Thérèse, Louise, Charles, Arsène, Gérard, Clément et Lucie.

Enfin, la participation d'Arsène comme animatrice a donné le souffle aux ateliers, notamment en créant un lien de confiance avec les camelots. Elle dit avoir reçu un bel accueil de leur part : « Tout le monde était prêt à l'avance pour le deuxième atelier, cela m'a émue qu'ils reviennent tous. » Leur motivation à écrire a ainsi permis aux ateliers d'être fluides. Le fait que le troisième atelier mettait à profit une deuxième compétence, celle de la communication

orale, n'a pas rebuté les camelots qui se sont prêtés au jeu avec enthousiasme.

Arsène lève son chapeau aux camelots qui ont tous su relever le défi que demandaient ces ateliers. Elle dit également apprécier grandement ce type d'atelier parce que le fait de parler des émotions laisse place aux émotions. C'est effectivement ce qui s'est produit.

La parole a ainsi été donnée à nos camelots et ils l'ont prise.

ACHETEZ VOTRE PUBLICITÉ DANS LE JOURNAL DE RUE DÈS MAINTENANT !

- Le JRE est la voix du milieu communautaire
- Nos membres OSBL profitent d'une réduction allant jusqu'à 55 %
- La visibilité s'étend sur 6 semaines
- Notre large lectorat est sensible aux causes sociales



Contactez-nous au
publicite@jdrestrie.ca
ou au 819 348-0086

Lettre ouverte sur la crise du logement

Eve Bonin

Madame Christine Fréchette,

Cette semaine vous avez achevé l'espoir en moi.

La crise du logement empêche mon épanouissement professionnel. Je ne peux plus me permettre le luxe de déménager pour accepter un emploi plus payant, qui correspond mieux à mes ambitions et à mes besoins. Je n'ai plus de mobilité dans le marché du travail. Je ne peux plus prendre des décisions pour améliorer mon sort comme avant.

La crise du logement limite ma vie amoureuse. Je crains plus que jamais d'emménager avec un amoureux. Maintenant, je sais que si la colocation ne marche pas, mes portes de sortie seront extrêmement limitées.

J'ai peur de ne plus jamais trouver un logement où je peux vivre avec mes chats, un logement qui me permet de ne pas juste avoir un toit sur la tête, mais de manger aussi, idéalement trois fois par jour.

La crise du logement me coupe les ailes dans mes projets et mes rêves. Je n'ose plus sauter sur des occasions qui autrefois me seraient apparues comme alléchantes. Plus que jamais les risques pèsent plus lourd que les avantages potentiels dans la grande balance des choses.

Autrefois, je me serais garrochée ventre à terre pour avoir la chance de partager une maison en campagne. Maintenant, j'ai peur de me retrouver à la rue si mon aventure bucolique chie. Maintenant, toutes mes décisions me semblent sans retour.

La crise du logement me paralyse dans tout plein d'aspects de ma vie. On est des milliers à vivre ça.

Pis là, ma nouvelle première ministre propose qu'on finance tous ensemble des baisses d'impôt pour des gens qui ont

les moyens de s'acheter une piaule à un million... Un million de dollars!

Jusqu'à quel point êtes-vous enfermée dans votre chambre d'écho insonorisée pour ne plus entendre nos ventres qui crient famine? Nos cœurs qui désespèrent?

Je n'ai même pas les moyens d'oser changer de quartier pour me rapprocher de ma job, et vous me demandez de casser mon cochon pour financer ça. Des baisses d'impôts. Des baisses de revenus publics, encore moins d'argent pour nos services qui ne répondent plus à la demande. Ce n'est pas juste violent, c'est creuser notre tombe à tous, avec toujours plus d'ardeur. Mon cerveau assoiffé de sens et de logique saigne. Cette dystopie me rend dingue.

Je n'ai plus d'espoir. Je n'ai même plus l'espoir de retrouver un jour l'espoir. J'ai juste 51 ans et j'ai déjà l'impression que mes meilleures années sont derrière moi. L'impression que l'entonnoir des possibilités rétrécit à vue d'œil.



SOURCE : © DANIELLE ARSENAULT, 2025

La crise du logement est la source de nombreuses craintes. Ève Bonin partage les siennes dans cette lettre ouverte adressée à la première ministre.

On nous varge dedans à longueur de journée et après on se demande pourquoi la violence, pourquoi l'agressivité, pourquoi la pression sur le système de santé et des services sociaux.

Commencez donc par arrêter de nous tuer à petit feu. Commencez donc par tourner votre regard vers la réalité réelle de vos commettants. Commencez donc par nous redonner espoir.

Adapter sa retraite en cours de route

ChuckS

J'étais bien préparé à la retraite sur le plan financier, mais pas mal moins sur les plans psychologique et social. Je croyais avoir une vision suffisamment claire de ce qu'elle serait.

Au début, je resterais actif dans une certaine mesure, sans avoir l'impression que mes activités avaient une portée ou une importance. Je me sentais comme si j'étais en vacances prolongées. Le matin, je prenais le temps de siroter mon café tout en feuilletant le journal. Je disposais du temps pour flâner un peu. Je menais ma vie à mon rythme.

Cette période était caractérisée par l'absence d'une routine contraignante. Pour moi, c'était la retraite idéale alliant détente, divertissement, absence de pression et de stress liés au travail quotidien et liberté. Ce régime de vie a duré un peu moins d'un an.

Par la suite, j'ai commencé à éprouver une certaine monotonie et une impression de vide. Par conséquent, je me suis demandé si c'était vraiment ce que je désirais faire pendant ma retraite. J'ai progressivement pris conscience que j'avais subi certaines pertes. J'avais, notamment, perdu la

reconnaissance et la valorisation que mon emploi me procurait ainsi que certaines relations que j'avais établies. Je ne m'attendais pas à ce que ces pertes aient autant d'impact sur moi. On m'avait pourtant prévenu à ce sujet.



SOURCE : © PEXELS. SOUS LICENCE.

Il est important d'évaluer nos besoins psychologiques et sociaux par rapport à la retraite.

D'un point de vue strictement personnel, j'ai réalisé que la planification et l'organisation de ma retraite étaient incomplètes. Je n'avais pas pris en considération l'importance de me préparer adéquatement aux changements psychologiques et sociaux. On m'avait pourtant recommandé de le faire. Et j'avais eu la possibilité de l'effectuer.

Je ne souhaitais pas passer le reste de ma vie dans cet état d'esprit. Je me suis donc interrogé à savoir comment donner plus de sens à ma vie de retraité.

Comment pouvais-je apporter une valeur ajoutée à ma communauté tout en me sentant utile et valorisé? J'ai pris la décision de revoir et de réorganiser mes occupations dans le but d'améliorer les avantages et la qualité de ma retraite.

Il était primordial pour moi de m'engager dans des activités significatives, qui m'apportaient un sentiment d'accomplissement,

en accord avec ma personnalité et mes valeurs. J'étais également conscient de l'importance de stimuler mon intellect.

Je me suis donc joint à un club de lecture. Je participe à des groupes d'écoute et de paroles, j'effectue du bénévolat, je siège au conseil d'administration d'un organisme communautaire, et ce, tout en vaquant à mes activités de loisir. Je me suis ainsi engagé dans un processus continu d'autoréalisation, d'épanouissement et de poursuite de ma croissance personnelle.

Par conséquent, je suis un retraité satisfait de sa situation actuelle. En plus du bonheur immense et de la joie profonde que me procure mon rôle de grand-papa gâteau!

Partagez vous, aussi votre fait vécu en nous écrivant au prodction@jdrestric.ca

Le travail de proximité : le fil rouge du filet social

Marie-Lou Guay-Grand'Maison

La grève du milieu communautaire met en lumière une multitude de services essentiels, dont l'un des plus méconnus malgré son importance : le travail de proximité.

Aussi appelés *travailleurs et travailleuses de rue*, ces intervenants remplissent des mandats variés. Leur rôle repose toutefois sur trois constantes : briser l'isolement, soutenir l'autonomie des personnes et faciliter l'accès aux services.

Contrairement aux approches traditionnelles où l'on demande aux gens de se déplacer vers un centre ou de solliciter eux-mêmes de l'aide, ce sont les travailleurs de proximité qui vont à leur rencontre. Que ce soit dans un parc, à domicile ou dans un campement temporaire, chaque personne est rejointe là où elle se trouve. Cette approche réduit les obstacles liés à l'isolement social, au manque de mobilité ou à la méfiance envers les institutions de santé et les services publics.

Pour mieux comprendre les retombées socioéconomiques de ce travail, le Réseau estrien en développement social (REDS) a analysé les impacts concrets de l'intervention de proximité. Par exemple,

il a été calculé que, pour chaque dollar dépensé par un organisme de proximité, il y avait 15 % de retombés en plus pour l'économie provinciale. De plus, il a permis de créer 83 emplois qui ont contribué aux régimes publics : RRQ, CNESST... à la hauteur de 648 000 \$. Les organismes d'intervention de proximité permettent donc une économie sociale forte, en plus de soutenir la cohésion sociale des communautés estriennes.

Un travail essentiel

La situation est d'autant plus préoccupante que le nombre de personnes en situation d'itinérance augmente en moyenne de 14 % par année entre 2022 et 2025, selon le gouvernement du Québec.

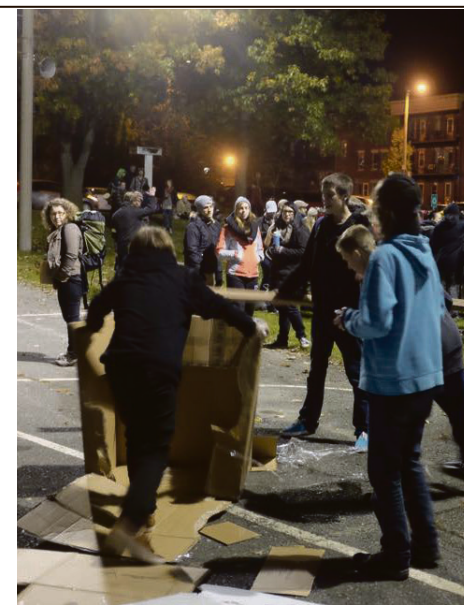
Les conditions de vie dans la rue — promiscuité dans les campements et refuges, consommation, vêtements inadéquats, manque de sommeil — entraînent des besoins accrus en soins primaires. Les coûts humains et financiers sont considérables :

l'Union des municipalités du Québec estime à 48,15 M\$ par année les dépenses liées à l'itinérance en Estrie seulement.

Les services de proximité facilitent l'accès aux soins de base, aux services sociaux et à la santé mentale. Ils accompagnent également certaines personnes dans leur démarche pour sortir de la rue.

Chez les personnes âgées, souvent isolées, la présence d'un travailleur de proximité permet de maintenir une certaine autonomie et d'assurer un suivi préventif lorsque leur état de santé se détériore. Cette vigilance contribue à réduire les hospitalisations évitables, qui surviennent parfois trop tard en raison du manque de confiance et de mobilité.

Les travailleurs et travailleuses de proximité renforcent les liens sociaux, facilitent l'accès aux services et jouent un rôle clé dans la prévention de problématiques qui,



SOURCE : © JEAN-FRANÇOIS DUPUIS

Le REDS a réalisé un rapport qui fait état des retombées socioéconomiques engendrées par le travail de proximité tel que le travail réalisé auprès des personnes en situation d'itinérance.

sans leur intervention, ne feraient que s'aggraver.

Il est donc essentiel de poursuivre et d'accroître les investissements pour soutenir ces initiatives qui tendent la main aux personnes les plus vulnérables.

Quand les initiatives s'enracinent dans la communauté

Marie-France Proulx

Un programme d'accompagnement citoyen pour favoriser l'utilisation du transport en commun est lancé : Mon bus, ma ville. Cette collaboration entre l'Accorderie et la Société de transport de Sherbrooke (STS) est une initiative inspirante pour promouvoir l'expérience du transport en commun auprès de ses pairs.

Madame Nicole Couture, une citoyenne engagée a eu l'idée d'accompagner des



SOURCE : © MARIE-FRANCE PROULX, 2026

Geneviève La Roche (à gauche), conseillère municipale du district Ascot et présidente de la STS et les membres de l'Accorderie présentent le programme Mon bus, ma ville.

personnes de son entourage afin qu'elles se familiarisent avec l'utilisation du transport en commun. Elle a voulu partager son expérience comme utilisatrice régulière du transport.

Cette dernière, recevant de nombreuses demandes d'accompagnement, a contacté Geneviève La Roche, conseillère municipale du district d'Ascot et maintenant présidente de la STS, afin de valider la possibilité qu'un organisme s'implique pour mobiliser d'autres membres de la communauté pour faire des accompagnements.

Ainsi, l'Accorderie des monts et des lacs a été désigné comme organisme partenaire pour la réalisation du programme. Toutes les parties sont enthousiastes à ce projet d'accompagnement qui favorisera l'utilisation du transport en commun,

d'autant plus qu'il a été imaginé par une citoyenne.

Dans le cadre du programme Mon bus, ma ville, les personnes nouvellement utilisatrices du transport en commun seront jumelées à un membre de l'Accorderie et pourront se faire accompagner lors de leurs premiers parcours en autobus.

Avec ces jumelages, un accompagnement sera offert pour apprendre à utiliser l'application STS+ ou les horaires d'autobus en format papier, bien connaître les trajets et les bons comportements à adopter quand on utilise l'autobus.

Ce projet, pour moi qui ai vécu tout un choc à mon arrivée à Sherbrooke concernant l'utilisation du transport en commun, est une démarche fort agréable pour se familiariser et surtout pour tisser des liens sociaux.

Je me souviens de mon anxiété, ne sachant où mettre l'argent ou encore n'étant pas familière avec la ville, assise à regarder toutes les indications des rues et parfois demander au chauffeur de m'indiquer l'arrêt. Qu'on soit une personne immigrante, un nouvel étudiant à Sherbrooke ou une personne aînée qui veut conserver son autonomie, ce programme peut contribuer à amoindrir les craintes sur l'utilisation du transport collectif.

Ainsi, pour toute personne qui souhaite bénéficier du programme ou encore d'y collaborer comme accompagnateur peut contacter Nadja Guay, agente de mobilisation à l'Accorderie au 819 821-7162, poste 7 ou à l'adresse courriel suivante : nadia.guay@accorderiesherbrooke.ca.

Et si la confiance venait après coup ?

Arsène Talbot, conférencière, auteure, stratège d'affaires et animatrice du podcast *Alignées*.

Avec le printemps et le début de l'été vient souvent une impulsion naturelle : celle de passer à l'action. Démarrer un projet, changer une habitude ou se lancer en affaires sont d'excellents exemples. Cette énergie est là, bien réelle, mais elle se heurte souvent à une réalité très humaine : le doute.

La confiance en soi n'est pas une ligne stable. Tout comme la motivation, elle fluctue selon les périodes de vie, les contextes et l'expérience. Une mauvaise nouvelle, une séparation, un imprévu, un nouveau départ ou simplement l'entrée dans l'inconnu peuvent la fragiliser.

Ce manque peut aussi prendre la forme d'une voix intérieure critique, au point de bloquer le mouvement.

Ce que j'observe, autant sur le terrain que dans mes accompagnements, c'est que la première façon de (re)construire cette confiance est l'action. Elle n'a pas besoin d'être parfaite, mais elle doit être bien réelle.

Chaque action devient une information, tout devient matière à apprentissage. Elle permet de comprendre, d'ajuster,

de préciser. Et c'est là que quelque chose change: le cerveau enregistre une expérience plutôt qu'une intention.

Les connaissances jouent aussi un rôle. Comprendre un sujet, développer une compétence, se former: tout cela peut rassurer. Mais sans mise en pratique, ces acquis restent théoriques. C'est leur application qui les transforme en repères concrets.

Ensuite, un deuxième levier prend la relève pour augmenter la confiance en soi: la répétition. La deuxième fois est presque toujours plus simple que la première. Puis la troisième l'est encore davantage.

Ce sentiment ne vient pas d'un saut spectaculaire, mais plutôt d'une accumulation d'actions.

Dans mon parcours, j'ai vu ce principe à l'œuvre dans plusieurs contextes. Quand j'ai lancé mon entreprise en désencombrement, il n'existait aucune certification formelle. C'était l'expérience de terrain qui construisait la compétence.

C'est la même chose en évènementiel: pour un premier événement, c'est normal d'avoir des oublis et des ajustements. On peut manquer de monnaie dans sa caisse, d'une nappe, de rallonges électriques, et j'en passe.

Un autre élément puissant est l'engagement envers d'autres personnes. Annoncer une action précise à quelqu'un, prendre rendez-vous — c'est souvent ce qui fait passer de l'intention à la concrétisation.

Plus vous passez à l'action, plus votre compréhension s'affine. Vous envoyez



SOURCE : © UNPLASH. SOUS LICENCE.

Pour construire la confiance en soi, l'action joue un rôle important.

aussi un message clair à votre cerveau: vous l'avez fait. Et ça, ça change la perception que vous avez de vous-même.

Bref, la confiance ne précède pas l'action — elle en est la conséquence.

Alors peut-être que la question n'est pas « suis-je assez confiant pour commencer? », mais plutôt « suis-je prêt à commencer, même sans confiance, pour la construire? »

L'amour parental ne suffit pas !

Marc Bolduc, psychologue

Depuis environ 50 ans, les sociétés occidentales ont connu une transformation importante dans la manière d'éduquer les enfants. On est passé progressivement d'un modèle d'autorité traditionnel vers un modèle beaucoup plus centré sur l'enfant.

Pendant longtemps, l'autorité parentale était peu contestée. L'enfant devait obéir. Les règles n'étaient pas nécessairement expliquées.

Aujourd'hui, on considère que l'enfant est une personne à part entière qui a des émotions et des besoins psychologiques.

Cependant sont apparus deux nouveaux phénomènes: l'enfant roi et l'anxiété de



SOURCE : © NANCY MONGEAU, 2017

La parentalité nécessite de répondre aux besoins de l'enfant en vue de lui offrir un développement psychologique sain.

performance. L'enfant roi est un phénomène où l'enfant devient le centre de la famille. Les parents hésitent à poser des limites. On évite de faire vivre de la frustration aux enfants.

L'anxiété de performance, quant à lui, est le phénomène selon lequel certains enfants ressentent constamment une pression pour exceller dans tout. Cela crée chez l'enfant la peur de ne pas être à la hauteur, la peur de l'échec, une obsession d'être parfait et irréprochable.

L'amour ne suffit pas...

L'amour parental, bien qu'essentiel, ne garantit pas à lui seul un développement psychologique sain de l'enfant. Entre autres, certains parents aiment profondément leurs enfants, mais n'osent pas poser de limites.

Or, l'enfant a besoin de repères clairs, de règles stables, d'un cadre sécurisant.

L'enfant a aussi besoin d'être reconnu: on doit l'écouter, reconnaître ce qu'il ressent, respecter ses particularités.

Même si l'intention est bonne, certains comportements des parents peuvent produire des effets négatifs: surprotéger les enfants, décider pour eux, tout permettre ou, à l'inverse, tout contrôler, vouloir éviter la frustration à tout prix ou encore vouloir absolument rendre l'enfant heureux.

Curieusement, et cela peut sembler paradoxal, les enfants cherchent spontanément l'autorité des adultes, même si l'on a souvent l'impression que les enfants résistent constamment aux règles.

Cette résistance ne signifie pas qu'ils refusent l'autorité. Elle signifie plutôt qu'ils testent sa pertinence et sa solidité.

L'enfant a besoin de savoir qui décide, quelles sont les règles et où sont les limites.

Un enfant peut protester contre une règle... mais à la fois être soulagé qu'elle existe.

Les enfants respectent davantage une autorité qui est claire, cohérente, constante et expliquée.

Les extrêmes sont toujours inappropriés: l'autorité à sens unique ou l'absence d'autorité.

L'atelier Parent-guide, Parent-complice est une référence au Québec en matière de développement des compétences parentales.

Cet atelier s'appuie sur une approche qui s'éloigne du modèle autoritaire traditionnel pour favoriser une relation de coopération entre le parent et l'enfant.

La philosophie de base de cette approche met de l'avant deux rôles pour le parent: celui du parent-guide, où le parent assume son rôle de leader, établit des balises sécurisantes et transmet des valeurs et celui de parent-complice, où le parent cherche à comprendre le monde intérieur de l'enfant, favorise l'empathie et la proximité émotionnelle pour que l'enfant ait envie de collaborer plutôt que de se rebeller.

Implication citoyenne et itinérance

Nadia Fortin avec la collaboration de Sylvain Janvier

L'année 2025 a été chargée dans les médias par l'ampleur du phénomène de l'itinérance au Québec. Même à l'émission Tout le monde en parle à Radio-Canada, des voix se sont levées pour déplorer ce qui se passe. Ce sujet est actuellement sur la table en raison des récents décès de personnes sans-abri à Montréal.

Je veux aborder ce sujet aujourd'hui avec un regard différent : celui des citoyennes et citoyens en situation de précarité ou d'itinérance qui s'impliquent positivement dans leur communauté. Prenons un exemple qui se déroule actuellement en Estrie : le regroupement citoyen Par nous pour nous de Sherbrooke et de Coaticook dont je suis co-fondatrice.

Sillonnant les rues six jours par semaine pour soutenir les citoyennes et citoyens dans leurs projets collectifs et individuels, je suis témoin au quotidien de l'implication positive de ceux-ci dans nos quartiers, et cela, malgré leur situation de vie précaire.

Par nous pour nous est un regroupement qui est né de la population elle-même. Celle-ci voulait avoir un impact positif

sur sa communauté et s'impliquer dans la prise de décisions qui la concerne.

Actuellement, les personnes fréquentant le parc du Petit-Canada ont entrepris une démarche de travail en collaboration avec la Ville de Sherbrooke et plusieurs acteurs du milieu, concernant un projet d'infrastructure dans leur quartier. Le travail, de concert avec les instances, les citoyennes et citoyens, est une richesse qui se matérialise dans des projets concrets pour répondre aux besoins de la population.

Nous avons aussi un comité citoyen de vigile aux surdoses (Naloxone) à Sherbrooke et à Coaticook, ainsi que des personnes qui s'impliquent dans la pair-aidance dans leur milieu. À Par nous pour nous, la participation citoyenne et l'inclusion sociale sont au cœur de

nos actions. En mettant la main à la pâte collectivement, les personnes qui s'impliquent dans des projets comme le Noël des oubliés, par exemple, regagnent un sentiment d'utilité, sortent de leur isolement, reprennent du pouvoir sur leur vie et renforcent leur estime de soi, car leurs actions portent fruit. Il y a des avantages significatifs lorsque nous travaillons avec une approche collective.

Un documentaire sur le regroupement Par nous pour nous à Sherbrooke et à Coaticook est actuellement en tournage. Celui-ci mettra en lumière l'apport positif de l'implication de personnes en situation de précarité dans nos quartiers et des organismes qui collaborent.

J'ai une vision large de ce qui se passe dans notre région. Je constate qu'il y a actuellement une participation plus



SOURCE : © COURTOISIE DE PAR NOUS POUR NOUS.

Nadia Fortin (à droite) a co-fondé le regroupement Par nous pour nous.

accrue de petits groupes citoyens, dont Uni Sherbrooke et le citoyen M. Chaudron qui s'impliquent en offrant des denrées au plus démunies. D'autres se sont impliqués dans le quartier Jardins-Fleuris en réalisant des démarches durant plus de 15 ans pour la construction de jeux d'eau. La participation citoyenne embellit nos espaces, suscite l'entraide et forme un filet social. Ces citoyens et citoyennes méritent leur place et il importe de reconnaître leur apport positif dans le développement communautaire.

Itinérance autochtone : comprendre pour agir

Jean Doyon

Le Journal de rue de l'Estrie était récemment convié à participer à une visioconférence dans le cadre du volet Regards croisés du Réseau Solidarité itinérance du Québec (RSIQ) et dont le thème était l'itinérance autochtone, ses déterminants et ses approches en santé.

D'entrée de jeu, les participants ont eu droit à un rappel succinct, mais nécessaire de l'Histoire de la présence autochtone en terre d'Amérique du Nord.

Selon le Rapport sur l'itinérance au Québec (2025), les Autochtones compteraient pour 13 % des sans-abri, soit cinq fois plus que leur proportion dans l'ensemble de la population.

Une des particularités de l'itinérance chez les personnes autochtones est la dimension familiale que peut adopter celle-ci. Cet esprit familial et le besoin d'être avec des membres de sa communauté sont ainsi souvent vécus dans les espaces publics, faute d'espaces privés autochtones pour le faire.

Pour en apprendre davantage sur les enjeux liés à l'itinérance au Québec, visitez le site suivant : itinérance.ca

L'itinérance autochtone, découlant de la pauvreté et de la déconnexion historique de la terre, de la culture et de la famille, va bien au-delà du manque de toit. Elle traduit une déchirure profonde avec les piliers de l'identité autochtone que sont les traditions et le territoire — incluant également la perte d'identité spirituelle.

Anne Leblanc, conseillère en accès aux services de santé, et Pascal Hardy, conseiller en projets spéciaux en itinérance au RSIQ, ont mentionné que l'itinérance cachée chez les Premières Nations perdure jusqu'à l'effritement des liens familiaux et ancestraux. « Elle se vit d'abord dans les communautés sur les plans personnel et collectif et cette blessure engendre une détresse émotionnelle, brise la dignité de la personne, l'emprisonne dans une précarité prolongée et la coupe de ses racines et de son mieux-être global. Le processus de désaffiliation et de rupture sociales se manifeste par la difficulté pour

une personne d'avoir un domicile fixe, sécuritaire, adéquat et salubre en raison de la faible disponibilité des logements. »



SOURCE : © DANIELLE ARSENAULT, 2025

L'itinérance autochtone a des particularités bien à elle qu'il faut saisir pour mieux la prévenir.

Une autre particularité de l'itinérance des membres des Premières Nations réside dans le fait qu'ils doivent se déplacer fréquemment entre la métropole et leur communauté d'origine afin d'obtenir différents services que ce soit pour la santé ou la justice.

Cette situation fait en sorte qu'il leur est difficile de conserver un logement, notamment s'ils doivent le quitter pendant plusieurs mois.

Ainsi, l'objectif premier de l'activité était de permettre aux participants de mieux saisir ce qui est vécu concrètement dans les communautés des Premières Nations au Québec.

La force des héritages culturels et leur empreinte sont toujours bien présentes chez elles, de même que le bagage historique, colonial et intergénérationnel tant dans un contexte d'itinérance vécue en communauté qu'en milieu urbain.

Et si apprendre ne ressemblait pas à l'école ?

Stéphanie Breton, professeure agrégée en pédagogie en collaboration avec Mélanie Riendeau

Il y a des personnes pour qui le mot « école » ne fait pas penser à des souvenirs heureux. Pour certaines, c'est même tout le contraire. C'est un endroit associé à l'échec, à la honte, à l'impression de ne pas être à la hauteur. Et, quand cette impression s'installe tôt dans la vie, elle peut durer longtemps.

Alors, que fait-on quand on veut apprendre... mais qu'on ne veut plus revivre ça ?

Au printemps passé, j'ai eu la chance d'observer comment des adultes apprennent autrement au Centre d'éducation populaire de l'Estrie (CEP). En entrant dans ce type de lieu, on y rencontre des adultes ayant des parcours scolaires très différents, parfois marqués par des décrochages, des difficultés ou des expériences blessantes.

Pourtant, l'ambiance n'est pas celle d'une classe traditionnelle. On entre plutôt dans un espace qui ressemble, selon les mots de plusieurs apprenants, à une « deuxième maison ». On apprend différemment. Parfois, on utilise des images, des gestes, des exemples de la

vie de tous les jours pour comprendre un mot ou une idée. On peut bouger, discuter, essayer autrement. Ce n'est pas seulement être assis à simplement écouter.

Le programme d'apprentissage adaptatif centré sur les personnes tient compte de leurs besoins, leurs envies, leur rythme.

Même si cela ne ressemble pas toujours à ce que l'école reconnaît comme des « connaissances », le programme se met au diapason de chacun des vécus différents et des nombreuses choses que ces personnes ont acquises. On part de ce qu'elles savent déjà. De ce qu'elles ont appris dans leur vie, au travail, dans leur famille, dans leur pays d'origine. Même

si ce n'est pas écrit dans un cahier, ça compte.

Une fois, dans un atelier, une apprenante a expliqué comment elle faisait « à sa manière » pour accomplir une tâche. Plutôt que de rappeler la façon dont elle avait montré la tâche, la formatrice a écouté, observé, et laissé place à cette manière de faire. Cette scène, simple en apparence, en dit beaucoup sur les possibilités de s'adapter à ce nouveau défi.

Cela change la manière dont les personnes se voient. Quand ce qu'on sait déjà est reconnu, on se sent moins en échec. Un endroit où l'on redécouvre comment reconstruire une relation avec l'apprentissage.



SOURCE : © GENEVIÈVE LEROUX, 2025

Des organismes permettent à des personnes immigrantes, en situation de précarité ou qui effectuent un retour les bancs d'école d'apprendre autrement.

Petit à petit, quelque chose se transforme. Les personnes osent davantage. Elles participent. Elles montrent ce qu'elles font. Elles expliquent leurs façons de faire. Et surtout, elles commencent à se voir autrement.

Apprendre redevient possible.

L'interdiction des cellulaires dans les écoles : les répercussions

Mélanie Riendeau

L'interdiction des téléphones cellulaires dans les écoles, bien que controversée à ses débuts, s'impose aujourd'hui comme une réponse nécessaire aux défis croissants de l'éducation moderne. Cette mesure, adoptée par de nombreux systèmes scolaires, vise à restaurer la vocation première de l'école : être un sanctuaire pour l'apprentissage et la socialisation.

L'impact le plus immédiat concerne la concentration. Le simple fait d'avoir un téléphone à portée de vue, même éteint, mobilise une partie des ressources cognitives de l'élève.

Plusieurs études suggèrent une corrélation positive entre l'interdiction des appareils et l'amélioration des notes, particulièrement chez les élèves qui rencontrent déjà des difficultés d'apprentissage. La simple présence d'un téléphone, même rangé dans un sac, crée une « perte d'attention » constante.

En éliminant cette distraction, on permet aux jeunes de retrouver un état de concentration profonde. Les enseignants constatent une participation plus active et une meilleure rétention des informations, car le cerveau n'est plus interrompu par le bourdonnement incessant des notifications.

Le climat social est souvent la répercussion la plus frappante lors de l'application d'une telle mesure : on assiste au retour

du « bruit » dans les couloirs et les cafétérias. On observe une augmentation des interactions face à face. Les élèves

recommencent à se parler, à jouer et à résoudre des conflits de vive voix plutôt que par messagerie interposée. Ce retour

à la communication verbale est crucial pour développer l'empathie et des habiletés sociales. De plus, l'interdiction réduit considérablement les incidents de cyberintimidation, comme la prise de photos ou de vidéos à l'insu des autres, créant ainsi un environnement plus sécurisant pour tous.

L'interdiction n'est pas sans friction. La confiscation et la gestion des appareils peuvent créer des tensions entre la direction et les familles. D'un côté, beaucoup de parents souhaitent pouvoir joindre leur enfant en cas d'urgence ou pour coordonner le transport après l'école. Et, de l'autre, certains éducateurs craignent que l'interdiction totale empêche d'enseigner la citoyenneté numérique.

L'interdiction des cellulaires ne doit pas être vue comme un retour en arrière, mais comme une condition essentielle pour permettre aux élèves de s'épanouir dans un monde numérique sans en devenir les esclaves dès les bancs d'école.



SOURCE : ©PIXABAY. SOUS LICENCE.

Plusieurs bienfaits ont été observés à la suite de l'interdiction de l'usage des téléphones cellulaires dans les écoles québécoises et canadiennes.

Je vis dans les mots

Jacques Quintin, philosophe

Je dois cette chronique à Nathalie Plaat qui aime les mots. J'aimerais aussi partager ma passion des mots avec vous, lecteurs et lectrices.

Ma première révélation est survenue lorsque j'avais dix ans. Je consultais un livre chez ma grand-mère qui n'était qu'une série de mots, sans définition, sans texte explicatif: que des mots comme un thésaurus. Ce livre a disparu et j'y pense souvent. À la même période, en lisant un poème de Hugo, je suis tombé sur le mot *âme*. Depuis, c'est probablement l'un des plus beaux mots que je connaisse. Comme celui de beauté. Que dire du mot *philosophie*!

Depuis, j'ai appris l'anglais, l'allemand, le grec ancien, le latin, l'italien, l'espagnol. J'ai exploré aussi un peu de sanskrit. J'ai tenté l'hébreu. J'aime les mots des langues autochtones.

L'été dernier, je voyageais à Stockholm et à Copenhague. C'était comme si je me promenais dans un dictionnaire. Dans la rue, les autobus, le métro, sur les publicités, les avis, les musées: tout mon plaisir consistait à retracer ou à faire des liens avec la langue allemande. Je vis la même chose dans les Pays-Bas.

Je ne parle pas le portugais, mais j'y prends plaisir: j'y vois de l'espagnol et du français. Pas surprenant que j'aime la traduction. J'ai en ma possession une dizaine de traductions de l'Iliade d'Homère. À chacun ses névroses!

Je possède aussi chez moi plus d'une centaine de dictionnaires. Pour toutes les langues, mais aussi des dictionnaires thématiques, comme un dictionnaire étymologique des plantes, de zoologie, de l'anglais, de l'allemand, du latin, du grec ancien.

Mes philosophes préférés sont ceux qui pensent à travers les mots comme Heidegger, Gadamer et bien d'autres. Et tous les matins, ma journée commence avec les mots: je complète une grille de mots croisés.

Un mot, ce n'est pas quelque chose qu'on invente. Les mots nous précèdent. On y découvre tout un monde. Voire un vocabulaire. Par exemple, le mot *amitié*. J'y entends le mot *aimer*, *fidélité*, *sensibilité*, *sentiment*, *affection*, *attachement*, *attraction*, *bienveillance*, *bonté*, *camaraderie*, *chaleur*, *confiance*, *intimité*, *tendresse*, et j'en passe. Dans ce mot, il y a toutes mes rencontres



SOURCE : © PEXELS. SOUS LICENCE.

Les livres permettent le partage d'une passion pour les mots. C'est notamment le cas pour notre collaborateur, le philosophe Jacques Quintin qui aborde ici la valeur que les mots ont pour lui.

amicales, mais aussi des rencontres faites de trahison. Aussi des promesses qui ne se sont jamais réalisées. Comme quoi, les mots sont ce qui nous font rêver.

Je me désolé de voir la disparition de certains mots. Les nouveaux sont révélateurs d'un monde appauvri. Les mots de prospérité, d'adaptation, d'efficacité me vident de ma substance. Je ne parle même pas des mots qu'on invente ni de toutes ces réformes de la langue. On parle de pollution, de crise écologique, mais on ne parle pas de la disparition des mots qui s'adressent à notre imagination. C'est la raison pour laquelle je préfère une mise en scène épurée comme dans Sol et Gobelet. Ils me font exister. Non merci au crémage et à la fioriture qui étouffent.

C'est donc avec les mots que je voyage, je pense et j'aime. Il y a plus de vérité dans les mots que dans le réel.

Catherine Boileau

Conseillère municipale
Brompton

catherine.boileau@sherbrooke.ca
819 674-5817

Ville de
Sherbrooke



FERNANDA LUZ

CONSEILLÈRE MUNICIPALE
CARREFOUR

fernanda.luz@sherbrooke.ca
819 674-2880

Ville de
Sherbrooke



Laure Letarte-Lavoie

Conseillère municipale
Hôtel-Dieu

laure.letarte-lavoie@sherbrooke.ca
819 674-2883

Ville de
Sherbrooke



Députée fédérale
de Sherbrooke

Élisabeth
Brière

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

Le Festival des Cantons, c'est coq'chose !

Mhist – Musée d'histoire de Sherbrooke

Vous trépignez d'impatience en attendant la Fête du Lac et ses grands artistes? Saviez-vous qu'avant même cette fameuse fête de juillet, Sherbrooke a laissé place à un festival digne des grands élans collectifs: le Festival des Cantons.

Un festival qui prend toute la ville d'assaut

Né dans le sillage de l'émission Soirée canadienne et justement orchestré par l'animateur de l'émission, Louis Bilodeau, le festival porte dès ses débuts une ambition claire: faire vivre et rayonner la culture québécoise dans ce qu'elle a de plus accessible et rassembleur. Mais au-delà du folklore, c'est toute une communauté qui s'active. La ville devient un espace partagé et réinventé pour quelques jours.

Les rues du centre-ville changent de nom et de vocation: une rue des Artisans où l'on découvre des savoir-faire ou encore une rue des Antiquaires qui invite à fouiller le

passé. Des places éphémères surgissent: pour les enfants, pour les aînés, pour les « gros bras ». Pour certaines éditions, une grande scène est même installée en plein cœur de l'intersection King/Wellington!

Cette appropriation de l'espace urbain est au cœur de l'expérience: Sherbrooke n'est plus seulement un décor, elle devient un terrain de jeu collectif.

Grand succès pour tous

Le Festival des Cantons, c'est surtout une célébration des gens ordinaires où chacun y trouve sa place. On ne vient pas seulement y assister, on y participe.

Des artistes de la relève aux concours musicaux, des familles venues pique-niquer aux compétiteurs de sciage de bois, tous contribuent à l'ambiance. On y voit une société qui se regarde avec fierté, qui affirme ses racines tout en s'ouvrant à des formes d'expression variées: gastronomie, théâtre, musique et sports.

Et puis, il y a ce slogan qui dit que le Festival des Cantons, c'est « coq'chose », appuyé par cette image forte du coq-girouette, symbole à la fois de tradition et de mouvement. Comme lui, le festival capte les vents de son époque: un désir de rassemblement, une quête d'identité, une envie de célébrer ensemble.

Un héritage culturel

De l'été 1974 à celui de 1979, ce rendez-vous transforme littéralement la ville en véritable théâtre populaire, où se mêlent traditions, créativité et fierté régionale.



ndes de la Ville de Sherbrooke, Musée d'histoire de Sherbrooke.
SOURCE : ©FONDS DE LA VILLE DE SHERBROOKE, MUSÉE D'HISTOIRE DE SHERBROOKE
Des enfants s'amuse au Festival des Cantons de l'édition de 1974.

La fin du Festival des Cantons laisse un héritage, celui d'avoir prouvé qu'une ville peut vibrer au rythme de ses citoyens, que la culture peut être une fête ouverte à tous. Aujourd'hui encore, son esprit survit dans les grands événements qui animent Sherbrooke, y compris la Fête du Lac.

Nous cherchons des bénévoles

Vous aimeriez vous impliquer au Journal de rue de l'Estrie? Joignez-vous à notre équipe de bénévoles! Rédaction, graphisme, événements et tâches ponctuelles. Pour signaler votre intérêt écrivez-nous au production@jdrestrie.ca

Joanie Bellerose

Conseillère municipale
Quatre-Saisons

joanie.bellerose@sherbrooke.ca
819 347-9218



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

RPHI
Regroupement des propriétaires d'immeubles résidentiels

FOURNISSEUR MEMBRE

AFO
ASSOCIATION DES PROPRIÉTAIRES DE QUÉBEC

FIER MEMBRE

ACQP
Association Québécoise de la Gestion Personnelle

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

SHERBROOKE 819 200-5332
WWW.SOLUTIONCIMEX.COM

ACQUIS
pour une bouchée de

par une famille dans le pétrin

DONNEZ

Vêtements
Articles de maison
Divertissement

AU **COMPTOIR FAMILIAL** DE SHERBROOKE

Le moins cher, le plus généreux

La jeune fille qui pleurait des perles

Erick Gauthier

Rarement ai-je été surpris par un film, surtout par un qui est si court. *La jeune fille qui pleurait des perles* (2025) m'a été recommandé, et je dois l'avouer, au début, j'étais réticent, mais en même temps curieux. Après l'avoir visionné, je suis heureux, et troublé. Cette chronique me permet de vous partager tout cela.

Ce court métrage, réalisé à Montréal, par Chris Lavis et Maciek Szczerbowski a gagné l'Oscar du meilleur court métrage d'animation au début de l'année. Cependant, ne pensez pas à du dessin, mais plutôt à une technique de *stop motion* avec des personnages qui ont l'air de marionnettes en papier mâché, ce qui donne un look très spécial, mais aussi envoûtant. Pensez à *Coraline* ou *L'Étrange Noël de monsieur Jack*.

Le film, qui a aussi été produit par l'Office national du film du Canada (ONF), n'est pas le premier à être mis en nomination pour une telle cérémonie, mais enfin, cela est très valorisant d'avoir gagné cette année. Les réalisateurs peuvent être très fiers d'eux!

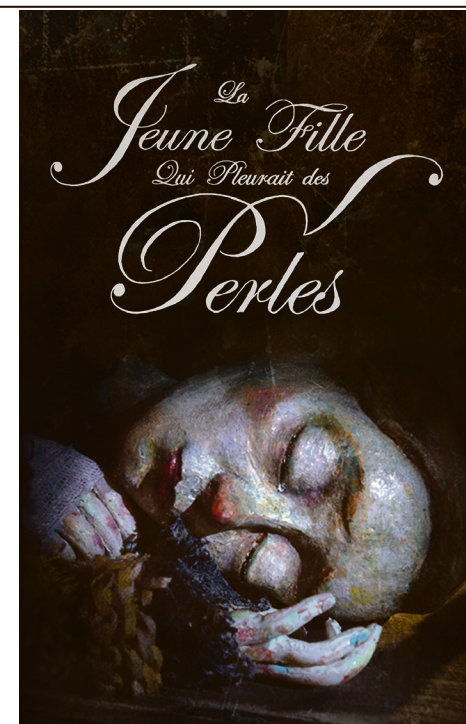
Mais de quoi est-il question dans ce court métrage? On rencontre un vieillard qui surprend une jeune femme dans son bureau en train de le voler, et au lieu de se fâcher, il lui raconte une histoire. Nous reculons à Montréal dans les années 80, un garçon rencontre — à travers un mur — une jeune femme vivant une situation très difficile. Quand celle-ci pleure, les larmes deviennent des perles. Le jeune homme, surpris, y voit un moyen de se faire un peu d'argent en allant les vendre à un prêteur sur gages.

L'acheteur est surpris, se demande quelle est la provenance des perles et en veut d'autres. Le garçon, lui, ne veut que remettre une partie à la demoiselle qui a pleuré pour qu'elle soit heureuse. S'ensuit

donc un dilemme: l'appel du gain contre le bonheur — ou le malheur — d'autrui. Un paradoxe. L'acheteur veut des perles et notre jeunot veut de l'argent pour plaire à cette dame. Cependant, plus elle est heureuse, plus longtemps elle demeure sans pleurer.

Je ne dis pas tout, le film étant quand même sous la barre des 20 minutes, mais l'histoire est directe et sombre. L'ambiance fait beaucoup penser à *La petite fille aux allumettes*.

Le message est puissant et universel. Le scénario est très bien ficelé, l'animation est sublime. C'est aussi une très bonne démonstration du talent québécois, qui est capable de créer quelque chose de court, mais très profond. Ce court métrage a le pouvoir de toucher un public international. Je vous le suggère



SOURCE : © ONF. USAGE ÉQUITABLE.

Le court métrage québécois *La jeune fille qui pleurait des perles* a récemment été primé d'un Oscar. Notre collaborateur, Erick Gauthier, nous partage ses impressions après son visionnement.

totallement, le temps d'un café! Il se trouve sur le site de l'ONF.

Pour relire les chroniques cinéma de notre collaborateur Erick Gauthier, rendez-vous au jdrestrie.ca/le-journal/

Un repas chaud peut tout changer.

À La Chaudronnée de l'Estrie, chaque repas partagé et chaque sourire offert fait une réelle différence pour les personnes en situation de vulnérabilité dans notre communauté.

Chaque jour, de nombreuses personnes frappent à notre porte pour trouver :

- 🍲 Un repas chaud
- 👂 Un moment d'écoute et de soutien
- 💛 Un peu d'espoir

La Chaudronnée de l'Estrie inc.



Soupe populaire

470 Bowen Sud, Sherbrooke J1G 2C7

**Mais pour continuer à aider, nous avons besoin de vous.
Ensemble, nourrissons la solidarité et réchauffons des vies.**

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

Au pays des *ani-mots*

Pierrette Denault

Une année en poésie est un album qui plaira autant aux grands qu'aux petits. Il propose de faire, jour après jour, un voyage dans deux univers à la fois, celui des animaux et celui de la poésie. Un poème à partager chaque jour, comme un dessert à deux fourchettes!

Un mariage parfait

Le monde des animaux nous fascine depuis la nuit des temps, c'est bien connu. Celui de la poésie est un peu moins connu. Dans cet album publié chez Gallimard Jeunesse en 2025, Emmanuelle Leroyer a rassemblé des centaines de poèmes — un poème sur les animaux à partager chaque jour.

Petites ou éléphantesques, domestiques ou sauvages, aquatiques ou volantes, les bêtes retiennent l'attention des poètes qui sont sensibles à la beauté de leurs mouvements, à leurs couleurs à leur étrangeté, à leur langage.

L'album est divisé en 12 parties, chacune représentant un mois. Chaque jour apparaît un « ani-mot », la *biopoésie*.

Certains textes sont inédits, quelques-uns sont très connus (comment de ne pas succomber à nouveau à la beauté des poèmes d'Éluard ou de Bashô!).

Les poètes

Ils sont près de 200. Ils sont contemporains (Anne Sylvestre, Aragon, etc.) ou de siècles derniers (Desnos, Hugo, Prévert, Nelligan, Lamartine, Issa, etc.). Ils sont de contrées lointaines (entre autres plusieurs auteurs japonais, russes, hispanophones) ou d'ici (on retrouvera avec joie les Joséphine Bacon, Hélène Dorion).

Les formes

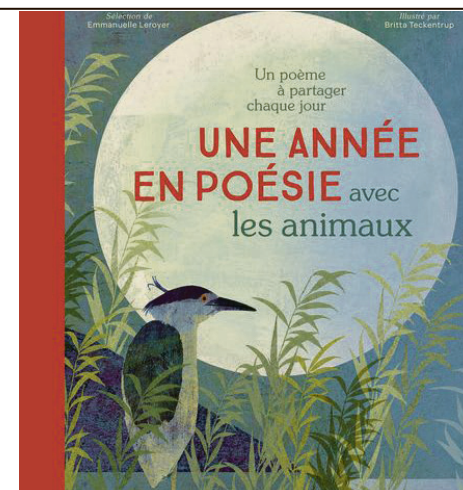
Parfois informels, d'autres fois plus encadrés (haïkus, comptines, calligrammes, etc.), les poèmes (courts ou longs) invitent à la lecture à voix haute tant la musicalité est

présente. Papis et mamies se régaleront autant que les tout-petits.

Les illustrations

On doit les illustrations au talent remarquable de l'Allemande Britta Teckentrup. L'artiste s'exécute au collage et à la gouache. Ses dessins réalistes et ludiques font honneur aux animaux et retiennent le regard. Ici une chouette, reine de la nuit; là un raton laveur qui pêche dans les eaux bleues; plus loin, Pompon, l'ours blanc, trône au musée.

Sur plus de 300 pages, on s'enfoncé dans le royaume des animaux qui nous regardent les regarder. Peut-être entendent-ils le chant des poètes? Chose certaine : la magie opère.



SOURCE : © GALLIMARD JEUNESSE. USAGE ÉQUITABLE.

L'album *Une année en poésie* réunit poésie, animaux et illustrations. Il fait découvrir des poètes de partout et de toute époque à raison d'un poème par jour.

Une année en poésie est un album à oublier sur une table à café — juste au cas où un enfant passerait par-là, un beau gros livre à déposer dans le coin-lecture de chaque classe. Un album indispensable pour apprivoiser la poésie sous ses diverses formes. Et pour voir se marier l'amour des mots et celui des animaux.

La science-fiction : quand la spéculation construit le récit

Véronique Lessard

Après l'univers merveilleux de la *fantasy*, la science-fiction propose une autre forme d'évasion : un imaginaire fondé sur l'anticipation, la technologie et les transformations possibles du monde. Le récit repose sur des hypothèses rationnelles — scientifiques, sociales ou technologiques — pour explorer des futurs plausibles ou des réalités alternatives.

La science-fiction ne se limite pas aux vaisseaux spatiaux ou aux robots. Elle interroge des enjeux contemporains majeurs : intelligence artificielle, dérives du progrès, environnement, structures politiques et place de l'humain dans l'univers.

Qu'est-ce que le genre science-fiction ?

La science-fiction se définit par l'extrapolation du réel. Elle s'appuie sur des éléments

connus — avancées scientifiques, tendances sociales, innovations — et les projette dans un contexte transformé. Contrairement à la *fantasy*, fondée sur le merveilleux, elle recherche une cohérence logique, même dans ses idées les plus audacieuses.

Ses origines remontent à Jules Verne et H. G. Wells. Au 20^e siècle, Isaac Asimov et Philip K. Dick ont approfondi les relations entre humains, machines et réalité. Aujourd'hui, le genre constitue un espace majeur de réflexion sur le futur.

Comment reconnaître un roman de science-fiction ?

Un roman de science-fiction présente généralement : un contexte futuriste ou technologiquement avancé, des innovations plausibles et une réflexion sur les impacts humains, sociaux ou éthiques.

L'intrigue s'organise autour d'une idée centrale — invention, découverte ou transformation — dont les conséquences structurent le récit.

Quelles sont les principales sous-catégories de science-fiction ?

- La *hard* science-fiction se caractérise par une rigueur scientifique élevée;
- La *soft* science-fiction focalise sur les enjeux humains;
- La dystopie offre une vision pessimiste du futur;
- L'uchronie présente une histoire alternative;
- Le *space opera* mise sur les aventures spatiales à grande échelle;
- Le cyberpunk crée un univers technologique sombre.

Pourquoi lire de la science-fiction ?

La science-fiction offre un recul critique sur le présent en imaginant ses prolongements. Elle remet en question nos choix collectifs et agit comme un laboratoire d'idées, permettant d'anticiper des dérives ou d'explorer des alternatives.

Vers le prochain genre

Après les futurs possibles de la science-fiction, le roman historique propose un retour vers le passé, en recréant des époques avec un regard narratif et critique.

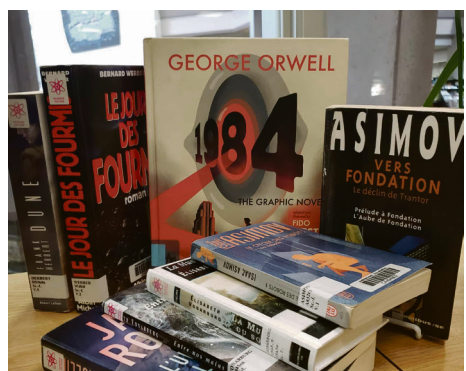
Auteurs et autrices incontournables

Québec et francophonie : Élisabeth Vonarburg, Esther Rochon, Laurent McAllister

International : Isaac Asimov, Ursula K. Le Guin, Arthur C. Clarke, Philip K. Dick

Quelques suggestions de lecture

Chroniques du Pays des Mères, Élisabeth Vonarburg
L'Épuisement du soleil, Esther Rochon
Suprématie, Laurent McAllister
Fondation, Isaac Asimov
La Main gauche de la nuit, Ursula K. Le Guin
2001 : l'Odyssée de l'espace, Arthur C. Clarke



SOURCE : © SARAH LAVOIE, 2026

La science-fiction s'intéresse à des enjeux contemporains.

Le visiteur

Bernard A. Couture, camelot au Journal de rue

Des yeux d'ange d'un bleu céleste
Auréolé de félicité et d'amour
Un regard qui parle à l'oreille
Un silence éloquent sur l'amour

Regard complice d'un cœur bohème
Captif de ton regard de bienveillance
Je deviens un exalté sentimental
Je crois que tu incarnes le merveilleux

Prestance et élégance, ta présence
Ton sourire me transporte dans un ailleurs
Un lieu magique où l'amour est enfanté
Merveilleux sont les rituels de l'amour

Honoré par le sacre de l'amour
Le cœur solitaire n'existe plus
Regard complice qui détermine une vie
Un cupidon en attente prêt à nous visiter

Poème du printemps

Thomas Smith, camelot au Journal de rue

Écoute les oiseaux chanter
Chanter du matin au soir
Ils chantent parce que le printemps est là
Enfin arrive le beau temps

Les fleurs qui sortent quand il fait beau soleil
Les gens qui sortent à l'extérieur pour en profiter
Le printemps est un nouveau départ
Pour profiter des belles journées ensoleillées

Nous sommes tous contents quand le beau temps est là
Quand toute la neige est fondue
Pour pouvoir marcher sur le beau gazon vert
Au beau soleil, en écoutant les oiseaux chanter et en voyant les fleurs sortir

Vilain Cancer

Alain Lamoureux

Il m'a surpris à l'improviste
Regrets, remords
Rien ne me mord
J'ai tout accepté.

Je cours après mon souffle
Aux moindres gestes je m'essouffle
Je n'ai plus l'air d'aller
Je la cherche pour m'entraîner.

Voilà le glas a sonné
Le verdict est tombé
Cancer de stade 2
M'est diagnostiqué.

Pour avoir fumé toute ma vie
Des nodules se sont multipliés
Chirurgie ou chimiothérapie
Le tout sera à déterminer.

Radiologie et biopsie
Endocrinologie, cardiologie
EBUS et résonance magnétique
Tepscan et prise de sang

Pneumologue et chirurgienne
Poseront leur diagnostic
Une opération est à cédule
J'attends ce moment.

Des revers, des travers
Des épreuves, des maladies
Et malgré cela, je survis
La flamme attise la vie.

Et même si j'ai des torts
Pour sûr qu'après la mort
Tout me sera pardonné
J'en serai libéré.

Merci aux lecteurs

René Guillemette

Merci aux lecteurs
vous aidez beaucoup nos camelots
Grâce à votre fidélité,
vous assurez leur stabilité

Merci aux lecteurs
vous contribuez à combler des besoins essentiels
ils ont toujours besoin de votre générosité
c'est de la bienveillance

Merci aux lecteurs
d'améliorer leur qualité de vie,
vous êtes une source d'espoir
dont ils ont vraiment besoin

Merci aux lecteurs
pour ces gestes si importants
C'est votre vérité
et vous en serez récompensés

La musicienne derrière la rue Laurette-Desruisseaux

Gérard Coté et Jean-Marie Dubois (Université de Sherbrooke)

Cette rue, qui fait le lien entre les rues Bousquet et Kateri dans le secteur de Deauville, est ouverte en 1960. Elle porte le nom de Bousquet jusqu'en 2006 alors qu'elle est renommée Laurette-Desruisseaux pour rappeler la mémoire d'une grande dame qui a consacré sa vie à la musique.

Laurette Desruisseaux est née en 1903 à Sherbrooke. Elle est l'aînée des quatre enfants de Sarah Gauthier (1871-1909) et de Geoffroy Desruisseaux (1861-1923), hôtelier au centre-ville de Sherbrooke. Sarah et Geoffroy s'étaient épousés en 1902 à Warwick. Laurette est la sœur de Paul Desruisseaux, ancien propriétaire de La Tribune ainsi que de CHLT, CHLT-FM et CHLT-TV dans les années 1950 et 1960.

Laurette étudie chez les sœurs de la Présentation-de-Marie, à Coaticook, et au Mont-Notre-Dame, à Sherbrooke. Elle étudie ensuite à Québec et à Montréal, où elle obtient un baccalauréat en piano. C'est dans cette dernière ville qu'elle épouse en 1924 le chirurgien Rodrigue Boisvert (1898-1963). Elle séjourne alors trois ans à Paris, se perfectionnant en chant et piano au Conservatoire.

En 1948, elle est l'instigatrice du Festival de la Jeunesse qui, de 1949 à 1966, décerne des bourses et le grand prix annuel au jeune ou à la jeune s'étant le plus distingué en musique classique.

En 1949, avec le fondateur des Jeunesses musicales du Canada, Gilles Lefebvre, elle collabore à la création de cet organisme. En 1951, elle joue un rôle déterminant dans le choix du site et dans la fondation du premier camp musical au monde, au parc du Mont-Orford. Ce camp constitue le début du Centre



SOURCE : © JACQUES DANCHE

Laurette Desruisseaux est une musicienne qui a marqué la scène estrienne.

d'arts d'Orford, qui deviendra Orford Musique en 2016.

En 1969, Laurette est récipiendaire du Prix Valmore-Olivier de la Société Saint-Jean-Baptiste du diocèse de Sherbrooke, pour souligner son dévouement inlassable à l'endroit des jeunes musiciens et musiciennes. Elle décède en 1989 et elle est inhumée dans la concession familiale du cimetière de Saint-Michel. En 2008, on attribue son nom au nouveau pavillon administratif du Centre d'arts d'Orford.

ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

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

«Connaitre, Aimer, Servir»

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

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

Agora pour un Québec sans pauvreté

Collectif pour un Québec sans pauvreté

Le Collectif pour un Québec sans pauvreté vous invite à son agora citoyenne, qui se tiendra à Québec les 22 et 23 mai. Il est maintenant temps de vous inscrire pour participer!

Le Collectif pour un Québec sans pauvreté vous invite à son agora citoyenne, qui se tient à Québec les 22 et 23 mai. Il est maintenant temps de vous inscrire pour participer!

L'évènement se veut en quelque sorte le point culminant de la tournée du Collectif dans les différentes régions du Québec : un moment pour unir nos forces et mettre de l'avant une autre vision de la lutte contre la pauvreté, fondée sur les droits et la dignité humaine.

Le discours doit changer. Parlons de pauvreté!

L'agora citoyenne se déclinera en trois grands moments : une journée de réflexion collective et de croisement de savoirs et savoir faire (22 mai, de 9h à 17h), un

moment festif où rayonneront solidarité et engagement (22 mai, de 19h à 22h) et, moment central de l'évènement, une manifestation nationale visant à remettre la lutte contre la pauvreté au premier plan politique, à l'approche des élections provinciales (23 mai, de 11h30 à 15h). Des autobus partiront de l'Estrie.

Du transport sera organisé à deux moments pour participer :

- Le jeudi 21 mai, en fin d'après-midi, pour participer aux deux jours de l'agora citoyenne et à la manifestation nationale. Le retour se fera le samedi 23 mai vers 17h30;
- Le samedi 23 mai, il y aura aussi un aller-retour pour les personnes qui peuvent uniquement participer à la manifestation.

Nos camelots

Saviez-vous que les camelots du Journal de rue sont des travailleurs et travailleuses autonomes ? Ces hommes et ces femmes achètent le journal 2 \$ et le revendent 4 \$ à nos points de distribution autorisés.

Les camelots portent visiblement une carte avec leur nom et leur photo. Cette carte fait office de permis de vente, vous assurant le respect d'un code de vie de leur part et d'un bon service à la clientèle.

Les pourboires sont acceptés.

Merci de les encourager et de les aider à obtenir un revenu d'appoint essentiel pour combler leurs besoins de base !



Les propos tenus par les personnes n'engagent qu'elles-mêmes et n'engagent aucunement les organismes liés au projet.

Changer de route

Pierrette Denault

L'histoire commence aux Pays-Bas et se poursuit au Québec, plus précisément à Sherbrooke. C'est une histoire d'amour comme on les aime. Qui dure depuis plus de vingt ans. On est à l'Université de Groningue. Lui est venu d'Allemagne pour faire un baccalauréat en marketing; elle, du Québec pour réaliser une session d'études en littérature. Il s'appelle Michael Jungbauer et a déposé ses valises en Estrie en 2003 chez celle qu'il a rencontrée dans une bibliothèque universitaire. Il n'est pas reparti.

Très vite, Michael entreprend des démarches de résidence permanente. Une personne lui donne sa chance. «Je suis éternellement reconnaissant à François Béland qui m'a assisté pas à pas dans cette étape complexe, surtout quand on ignore tout des rouages du système, quand on ne maîtrise pas parfaitement la langue.»

Après avoir obtenu un permis de travail ouvert, le jeune bachelier en marketing devient directeur des ventes.

Puis, en 2009, il s'inscrit à la maîtrise à l'Université de Sherbrooke : son mémoire portera sur la valorisation économique des produits du terroir du Québec. Comment ne pas y voir là une autre preuve de son intégration réussie?

En 2014, une grande entreprise manufacturière lui ouvre ses portes : très vite, leurs produits récréatifs n'auront

plus de secrets pour lui. Mais la cadence l'amène vers une remise en question fondamentale. Est-ce vraiment à ce rythme qu'il veut mener sa vie? Et puis, là-bas à Mönchengladbach, ses parents se font vieillissants. Aller les visiter une semaine par année ne suffit pas, il aimerait bien faire autrement, être plus présent. Et respirer un peu.

Devenir son propre employeur

À la recherche d'un travail qui lui offre davantage de flexibilité, il se tourne vers sa passion de jeunesse, le vélo, et fonde sa propre entreprise : Vélobahn mécanique vélo. Dans son atelier ou à votre domicile, il répare votre bicyclette, y met tout son amour. «Rien ne me plaît davantage que de raviver un vieux vélo abandonné depuis des années et de voir son ou sa propriétaire l'enfourcher avec émotion... Je contribue à ma manière à la santé des gens. J'ai une clientèle fidèle

dont plusieurs personnes âgées pour qui soulever un vélo devient difficile. Je me rends à leur domicile avec ma vélobahn (c'est mon atelier ambulante) pour faire les réparations nécessaires.»

Étant devenu chef de sa propre entreprise, il peut choisir le moment de ses vacances. «Je me rends environ un mois par année auprès de mes parents, je prends tout mon temps, je respire enfin.»

Un conseil aux personnes immigrantes

Michael leur suggérerait de ne pas hésiter à aller à la rencontre des gens dans le cadre d'une activité culturelle ou sportive. «Le club cycliste de Sherbrooke, par exemple, m'a permis de développer un réseau social et professionnel. Aussi de découvrir les plus beaux paysages de la région.»

Des remerciements bien sentis

Parmi les personnes qui ont facilité son intégration, Michael n'a que des bons mots pour sa conjointe et pour sa belle-famille. «On a tant à apprendre quand on arrive en pays étranger. Rien n'est



SOURCE : © COURTOISIE DE MICHAEL JUNGBAUER

Michael Jungbauer est un passionné de vélo. Il en a fait son gagne-pain.

pareil, ni la langue, ni la culture, ni les codes. Ces gens-là ont été et seront toujours des alliés inconditionnels.»

En somme, la vie de Michael Jungbauer ressemble à un parcours de pistes où montagnes et vallons se succèdent. Après avoir franchi plusieurs étapes, il se dit heureux dans sa société d'accueil. On lui souhaite une vie en équilibre.

De simples gestes...

Voici quelques conseils dont nous pouvons nous inspirer pour accueillir les nouveaux arrivants avec qui nous sommes en contact dans notre quartier, sur notre lieu de travail ou à travers nos loisirs.

- Soutenez un commerce local tenu par un immigrant et profitez-en pour en découvrir davantage sur les membres de votre communauté.
- Conseillez des endroits où acheter des produits abordables et de bonne qualité.

Source : Le Réseau en immigration francophone de la Colombie-Britannique, Gestes pour accueillir un nouvel arrivant, disponible au www.rifcb.ca

Pour appuyer la cause

Communiquez avec nous pour en savoir plus.

- ☎ Téléphone : 819 348-0086
- ✉ Courriel : info@jdrestrie.ca
- 🌐 Site Web : jdrestrie.ca/le-journal/devenir-membre



Les articles des pages *Parcours migratoires* sont produits grâce au soutien financier de :



Recommencer encore

Pierrette Denault

« Recommencer encore » ont été les premiers mots de Brave Cimole en débarquant au Québec. Ce jeune Congolais s'en souvient comme si c'était hier. Pour lui, le fait d'immigrer ici signifiait la fin des mauvais jours. Désormais, il pouvait s'ancrer, oublier la guerre.

Souvenirs de la petite enfance

Brave a vécu dans la ville de Bukaru jusqu'à l'âge de 13 ans. Son papa était directeur d'école et pasteur; sa maman s'occupait de la marmaille – il y avait huit enfants à élever – et d'un petit commerce de pagnes. Brave aimait sa vie là-bas. Avec ses amis, il jouait au soccer tous les jours et cela faisait son bonheur.

Puis, un jour, il a fallu quitter la République Démocratique du Congo (RDC). La famille n'était plus en sécurité, la guerre empoisonnait leur vie. Il fallait fuir, tout abandonner, quitter d'urgence.

Premier déplacement

Parmi les 6,9 millions de Congolais à trouver refuge ailleurs, la famille Cimole fuit vers le Burundi voisin. Pour chacun, c'est le deuil: ne plus revoir les autres membres de la famille laissés derrière, ne plus revoir les amis, devoir apprendre une nouvelle langue, alors qu'en RDC on parlait le swahili.

Un autre déplacement

À l'été 2024, grâce aux programmes d'aide humanitaire, madame Yvonne s'envole vers le Canada avec six de ses huit enfants. Il faut à nouveau apprendre une autre langue, de nouvelles coutumes.

Des déplacements massifs

L'ampleur des déplacements massifs provoqués par les tensions ethniques et les différends commerciaux a forcé près de 6,9 millions de Congolais à trouver refuge ailleurs. Source : Nations Unies

Tout le monde s'inscrit à l'école, même la maman. Brave va à l'école Leber. Un sentiment de quiétude les habite enfin.

La vie à l'école

Brave préfère l'école d'ici. « Les classes sont peu nombreuses, les enseignantes sont très patientes et elles prennent le temps de bien t'expliquer. Là-bas, j'ai connu des classes de plus de soixante élèves; on ne faisait que copier ce que l'enseignant écrivait au tableau. Et gare à toi si tu ne suivais pas ou si tu arrivais en retard à l'école, le bâton n'était pas loin. »

« Le soccer m'a sauvé »

Brave rayonne lorsqu'il parle de soccer. « Ce sport m'a permis de tout oublier. Je me souviens de mes premiers jours à Sherbrooke alors qu'on a découvert, mes frères et moi, un terrain de soccer tout près de notre nouvelle demeure. On y allait toujours. On retrouvait même des



SOURCE : © CATHERINE SABOURIN, 2026
Brave Cimole est un jeune Congolais qui a immigré au Québec il y a quelques années.

gars qui avaient immigré avant nous et qui parlaient notre langue d'origine. »

Brave en stage

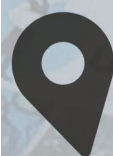
Brave fait un stage au Pain voyageur. Il trouve sa patronne, Catherine Sabourin, gentille et douce. Il fait de nombreux apprentissages, améliore sa façon de communiquer avec les adultes. Il est conscient qu'il doit améliorer sa rapidité. Son plus grand souhait: s'inscrire un jour en génie mécanique. À dix-sept ans, Brave se permet de rêver à un bel avenir.



CINÉMA en plein air



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



Retrouvez nos camelots aux points de vente suivants :

- Cathédrale Saint-Michel
- Cinéma Galaxy
- Estrie Aide
- Familiprix Trottier & Cliche / Dollar Plus
- IGA Bouchard
- Maison du Cinéma
- Marché de la Gare de Sherbrooke
- Marché Prospect
- Maxi (Galt Ouest)
- Maxi (Grandes-Fourches)
- Maxi et cie (Portland)
- Métro Plouffe
- Restaurant Eggsquis (King Est)
- Rue Wellington Nord et Théâtre Granada
- Salle Le Tremplin

Pour en savoir plus : jdrestrie.ca/le-journal/points-de-vente/



Ce qui compte pour vous compte pour nous.



Notre mission est de vous accompagner pour vos arrangements préalables ou lors du décès d'un proche, et ce, de façon empathique et transparente. Comptez sur nous pour vous offrir des services qui correspondent réellement à vos besoins.

Éternellement dévoués



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DE L'ESTRIE

RÉSIDENCES FUNÉRAIRES

Cass

FUNERAL HOMES

Vers un vent favorable à l'économie circulaire ?

Ahmed Alex Adjanouga Odoun

Le modèle économique qui domine actuellement notre société est qualifié de linéaire. Selon le Rapport sur l'indice de circularité du Québec, ce modèle repose sur l'approche « extraction-fabrication-élimination ». À chaque maillon de cette chaîne, de l'extraction à l'utilisation, nous surconsomons des ressources et de l'énergie, créant inévitablement une quantité massive de gaspillage, de pollution et de rejets.

À l'inverse, Recyc Québec estime que l'économie circulaire propose de faire « plus et mieux avec moins ». Effectivement, c'est un système qui repense entièrement la logique de production et de consommation pour éliminer les déchets dès la conception des produits.

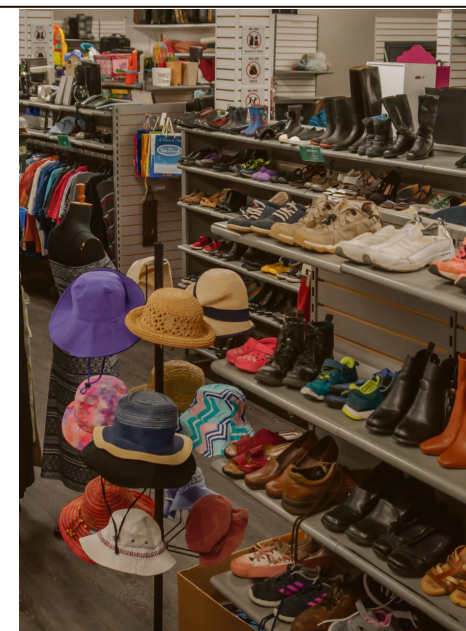
L'objectif est d'optimiser l'utilisation des ressources à chaque étape de leur cycle de vie. Concrètement, cela signifie réduire notre consommation à la source, utiliser les objets plus longtemps (réparation, partage, réemploi), recycler les matières et laisser les systèmes naturels se régénérer. C'est, par exemple, redonner à la communauté des produits alimentaires non consommés au lieu de les jeter à la poubelle. Ici, rien ne se perd.

Il convient alors de se demander où se situe le Québec dans ce virage mondial. Le constat appelle à l'action. L'indice de circularité de l'économie du Québec s'établit à seulement 3,5% (certaines publications citant même 2,5%), ce qui est nettement inférieur à la moyenne mondiale de 8,6%.

Selon le même rapport, l'empreinte de la province est très lourde: un Québécois consomme en moyenne 32 tonnes de matières par année, contre environ 20 tonnes pour un Européen. En effet, l'économie québécoise repose sur une forte linéarité, une surconsommation et une grande dépendance aux importations. À titre de comparaison de ce qui est réalisable, un pays comme les Pays-Bas a déjà atteint un taux de circularité de 24,5%.

La transition vers l'économie circulaire est un impératif pour freiner la dégradation environnementale et sociale. D'un point de vue écologique, l'économie linéaire alimente directement la crise climatique et la perte de biodiversité. Au-delà de l'environnement, le modèle circulaire offre de profonds bénéfices socioéconomiques. Il permet de stimuler les économies locales ou communautaires en tirant profit de nos richesses régionales et de nos entrepreneurs innovants.

Pour les citoyens, privilégier le commerce de seconde main, la location ou la réparation permet de dépenser moins tout en épargnant. Elle permet d'accéder à des produits de consommation à des prix raisonnables surtout par l'entremise des services de dépannage alimentaire.



SOURCE : © DANIELLE ARSENAULT, 2025

Des organismes comme le Comptoir familial œuvrent dans l'économie circulaire. La friperie permet de réutiliser des vêtements.

Enfin, bâtir une économie circulaire est le meilleur moyen de rendre nos sociétés plus résilientes face aux crises futures, en garantissant un monde écologiquement sain et socialement équitable.



Ta face quand tu réalises que ton expérience de maman est pleine de compétences transférables.

Gérer des crises, planifier, négocier, s'adapter... Ton quotidien de maman, c'est aussi un coffre rempli de compétences transférables!

Au Cime on t'aide à les reconnaître et à les mettre en valeur dans ta recherche d'emploi.

**Contacte nous pour vérifier ton admissibilité :
819-564-0202 poste 219.**

Avec la participation financière de:



Doit-on opter pour des capsules réutilisables pour notre café ?

Mélanie Riendeau

Dans la consommation courante, on parle souvent de « capsules environnement » pour désigner la solution de rechange aux produits à usage unique. Remplacer des capsules en aluminium jetables par des capsules en inox rechargeables devient généralement un choix dit « zéro déchet », mais est-ce un choix éclairé ?

En cuisine, délaisser l'aluminium jetable pour une capsule en inox rechargeable permet d'éliminer des milliers de déchets annuels tout en savourant votre café local.

Côté entretien, la révolution des capsules hydrosolubles transforme nos habitudes. En ne transportant que le concentré actif plutôt que de l'eau, nous réduisons drastiquement les émissions de CO₂ liées au transport et supprimons le plastique à usage unique. Opter pour ces solutions, c'est allier économie et respect de la planète sans sacrifier notre confort quotidien.

État de la santé psychologique chez les jeunes au Québec

Luc Breton

Le professeur Gabriel Blouin-Genest du Centre interdisciplinaire de développement en santé et la professeure Mélissa Généreux ont récemment diffusé les résultats d'un des volets du projet Le triple nexus « changements climatiques – migration – santé publique ».

Ce projet touche plus particulièrement aux impacts de l'immigration sur la santé de la population québécoise.

Les constats faits lors du projet démontrent que «les perceptions sur la migration, le climat et la santé influencent la santé mentale ainsi que la polarisation au Québec», mentionne le Professeur Gabriel Blouin-Genest, chercheur principal de l'étude, dans la section Nouvelles sur le site Web de l'Université de Sherbrooke.

Une détérioration de la santé mentale chez les 18-29 ans

L'étude présente un constat majeur chez les populations étudiées — les jeunes adultes de l'Estrie et de la Montérégie: depuis la pandémie, la santé mentale des jeunes connaît une détérioration. Chez les 18-29 ans, on note une augmentation des symptômes anxieux qui augmentent de 21% à 31% de 2021 à 2025 et des symptômes dépressifs passant de 23% à 30% de 2021 à 2025.

La professeure Généreux rapporte qu'une hausse du sentiment de solitude est le changement observé le plus important. En quatre ans, il monte de 41% à 58%. En d'autres termes, six jeunes adultes sur dix se sentent isolés.

La professeure Généreux fait état d'un «malaise générationnel face aux bouleversements sociaux et climatiques faisant en sorte que les jeunes ont de plus



SOURCE : © PIXABAY. SOUS LICENCE.

L'État de santé mentale des jeunes adultes se détériore.

en plus de difficulté à donner un sens compréhensible à leur vie dans ce contexte de crises multiples».

Une plus grande polarisation politique

L'équipe de recherche qui a mené l'étude constate une polarisation accrue chez les jeunes adultes à un extrême ou l'autre de l'échiquier politique. Ainsi, on passe de 13% en 2021 à 20% en 2025 de jeunes adultes s'identifiant à gauche alors que ces chiffres passent de 5% en 2021 à 9% en 2025 pour la droite.

Il faut également noter que les hommes sont deux fois plus nombreux que les femmes à se situer à droite, un phénomène qui reste stable entre 2021 et 2025.

«Ce basculement témoigne d'un climat social plus tendu, dans lequel les crises successives semblent avoir érodé le lien de confiance entre l'État et la population», souligne le Professeur Gabriel Blouin-Genest.

Renforcement des facteurs de protection pour un mieux être collectif

L'équipe de recherche met de l'avant certains «leviers de protection» qui bénéficieraient à la santé mentale des jeunes comme «recréer des liens sociaux, communautaires et intergénérationnels, favoriser la connexion à la nature, à l'art et à la culture, encourager un dialogue social ouvert et respectueux et renforcer les compétences socioémotionnelles».

Les auteurs mentionnent que la quête de sens, le sentiment d'appartenance ou la lutte contre l'isolement demandent des actions collectives pour garantir l'accès à un logement stable, à une alimentation adéquate et à des environnements sains et sécuritaires.

Les deux chercheurs affirment que ces besoins fondamentaux présentent les conditions essentielles à la réduction de la charge mentale des jeunes générations.

VOUS SOUHAITEZ ÉCRIRE DANS LE JOURNAL ?

Voici comment!

- 1 Proposez un projet d'article à l'adresse courriel suivante : **production@jdrestrie.ca**
- 2 Attendez l'approbation de votre projet avant de vous lancer dans la rédaction.
- 3 Lors de la rédaction, respectez la longueur de **450 mots maximum** et les principes éditoriaux.
- 4 Soumettez votre article au maximum le jour de la **date de tombée**.
- 5 Attendez l'**approbation** et la **révision** de votre article.
- 6 Effectuez les **changements demandés** par l'équipe de production s'il y a lieu.
- 7 L'**équipe de production** se charge ensuite du montage, de l'envoi à l'impression et de la publication.

Pour plus d'infos :
jdrestrie.ca/le-journal/processus-de-publication/



Geneviève La Roche

Conseillère municipale
Ascot

genevieve.laroche@sherbrooke.ca
 819 674-5850



·Café

·Boulangerie artisanale

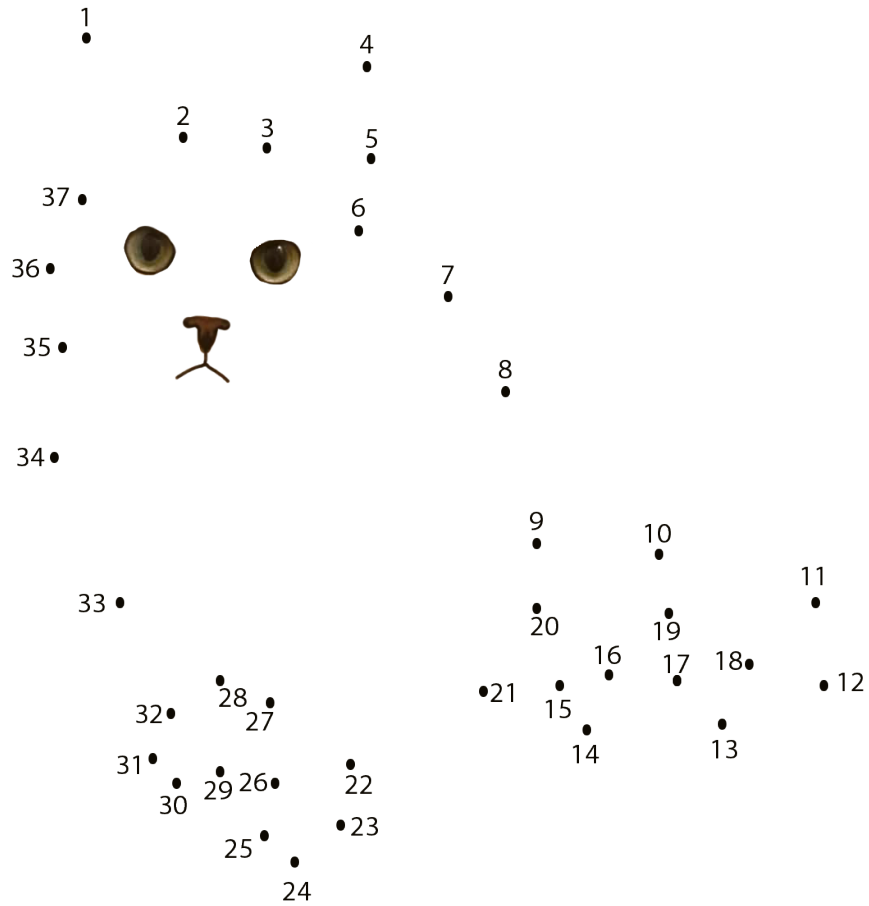
·Traiteur

pain voyageur café
 SIMPLICITÉ | AUTHENTICITÉ

819 566-1111 369, rue King Est, Sherbrooke

Points à relier

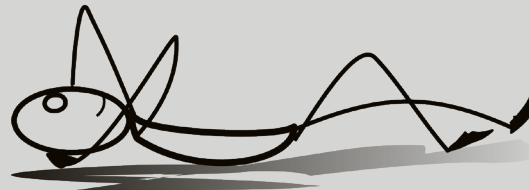
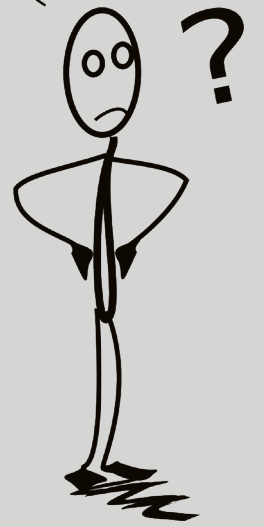
Relie les points pour découvrir l'animal mystère!



Créé par Noémi Roy, étudiante en Techniques de bureautique

SUDOKU

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



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

Mots cachés

Mot à trouver de 14 lettres : Quand les pays du monde échangent et travaillent ensemble.

- | | | |
|-----------|--|-----------|
| A | | L |
| Argentine | | Laos |
| Australie | | M |
| C | | Maldives |
| Canada | | Maroc |
| Chine | | N |
| E | | Norvège |
| Égypte | | P |
| Espagne | | Pérou |
| G | | Pologne |
| Grèce | | V |
| J | | Venezuela |
| Jamaïque | | |

J	A	U	S	T	R	A	L	I	E
C	A	R	G	E	N	T	I	N	E
A	M	M	A	L	D	I	V	E	S
N	P	M	A	R	O	C	O	G	P
A	O	C	H	I	N	E	U	Y	A
D	L	R	N	D	Q	O	I	P	G
A	O	A	V	A	R	U	L	T	N
I	G	S	O	E	A	T	E	E	E
I	N	O	P	S	G	R	E	C	E
V	E	N	E	Z	U	E	L	A	N

Créé par Gaële Houde, étudiante en Techniques de bureautique

Réponse : MONDIALISATION

Journal de rue de l'Estrie

Assemblée générale annuelle
Lundi 15 juin à 13h
255, rue Galt Ouest, Sherbrooke

Confirmez votre présence par courriel (info@jdrestrie.ca) ou par téléphone au 819 348-0086. Les membres recevront l'ordre du jour et autres documents pour l'AGA par courriel, mais il est aussi possible de se les procurer en passant au bureau du Journal à compter du 1^{er} juin.

Société de loisir ornithologique de l'Estrie

Portes ouvertes
30 mai de 7 h à 12 h
Marais Réal D. Charbonneau, rue Lévesque, Sherbrooke

Portes ouvertes de la Société de Loisir Ornithologique de l'Estrie (SLOE). Les guides expérimentés de la SLOE seront sur place pour vous faire découvrir la beauté des oiseaux qui vivent dans ce lieu magnifique en plein cœur de la ville de Sherbrooke. Vous pouvez réserver votre place en visitant le site Web de la SLOE ou en vous présentant à la tente d'accueil directement sur le site. Des visites guidées sont offertes toutes les heures et toutes les demi-heures.

En cas de pluie, l'évènement sera remis au 31 mai 2026.

Centre d'action bénévole de Sherbrooke

Bibliothèque vivante
25 mai de 13 h à 15 h (arrivée libre durant cette période – dernier emprunt à 14h30)
Local du parc Bureau au 925, rue Walsh, Sherbrooke

Venez rencontrer nos bénévoles qui partageront avec vous différentes facettes de leur implication, passée ou présente! Gratuit, sans inscription et ouvert à toutes et tous!

Table Itinérance Sherbrooke

Cocktail littéraire du Forum itinérance de Sherbrooke
25 mai de 16 h 30 à 19 h 30
Le Hall de la Salle Alfred-Desrochers au Cégep de Sherbrooke, situé au 200 rue Terrill à Sherbrooke

L'autrice Mélikah Abdelmoumen échangera autour de son livre *Traité de la petite bonté* avec Caroline Paquette, coordonnatrice terrain à la Coalition sherbrookoise pour le travail de rue. La soirée sera animée par Félix Morin, conseiller pédagogique au collégial, animateur en librairie et chroniqueur.

Fête du parc du Debonair

13 juin de 13 h à 16 h
Parc du Debonair au 445, rue de la Caravelle, Sherbrooke

Venez renforcer les liens de notre communauté et partager des moments uniques dans une ambiance chaleureuse. Au programme : jeux gonflables, zone 0-5 ans. Tous les résidents du quartier sont invités à la Fête du parc du Debonair : activités sportives, zone ludique, collations, breuvages et bien d'autres encore! Rejoignez-nous pour une journée de découvertes, de sourires et de plaisir. La fête est gratuite et ouverte à toutes et à tous !

Famille Plus

Carnaval des couleurs !
20 juin de 15 h à 19 h
Entre la Place Genest et rue Delorme, Sherbrooke

Au menu : pique-nique, jeux de kermesse, atelier de hula-hoop, maquillage, clown ambulant, musique, donnerie de vêtements pour enfants et ados...et plus encore! Bouchées et collations offertes gratuitement sur place. Passez nous voir, que ce soit pour quelques minutes ou tout l'après-midi — c'est l'occasion parfaite de se rassembler, de profiter du quartier et de créer de beaux moments ensemble

GRIS Estrie

Le GRIS Estrie vous ouvre ses portes
17 mai de 10 h à 14 h
1255, rue Daniel, Sherbrooke

Dans une ambiance conviviale et décontractée, l'équipe invite la population à venir découvrir l'organisme, échanger et en apprendre davantage sur ses services. Au programme : brunch, ateliers, discussions et activités pour petits et grands.

Corporation du printemps musical de Sherbrooke

Sherbrooke en musique
Du 9 au 24 mai 11 h à 18 h
Marché de la Gare au 710, place de la Gare, Sherbrooke

Sherbrooke en musique est un rendez-vous printanier incontournable qui met en lumière la richesse musicale de la région. La 22^e édition invite citoyennes, citoyens et touristes à découvrir une programmation variée à travers une série de spectacles extérieurs gratuits présentés les samedis et dimanches après-midi, notamment autour du Lac-des-Nations et à l'Université de Sherbrooke.

Le Mois de la jeunesse sherbrookoise

Le MJS est de retour pour une deuxième édition

Tout au long du mois de mai, plus de 60 activités gratuites seront proposées aux jeunes de Sherbrooke. Cet événement annuel est une belle occasion de faire rayonner les initiatives, les activités et les services qui soutiennent la jeunesse sur le territoire. Le MJS, c'est plus qu'un événement : c'est un mouvement qui favorise les rencontres, la création de liens et la participation des jeunes à la vie de leur communauté. C'est aussi une invitation à explorer, découvrir et, surtout, s'amuser ensemble.

La programmation complète est disponible ici : tcjs.ca/projet/le-mois-de-la-jeunesse-sherbrookoise/

Festival AVEC

30 mai au 8 juin
151, rue de l'Ontario, Sherbrooke

Venez célébrer l'ouverture de la quatrième édition du Festival AVEC le 30 mai dès 17 h 30. Rencontrez une famille circassienne unique avec le spectacle *Cirqu'en Famille!* Jolain, Christine, leurs deux enfants et leur petit chien Pirouette vous attendent lors de cette soirée colorée. Jonglerie, monocycle, numéro interactif et tissu aérie, animations et numéros sous un éventail de disciplines vous attendent lors de cette soirée colorée! Programmation complète au festivalavec.ca/programmation/

Le Journal de rue de l'Estrie remercie les Chevaliers de Colomb de Fleurimont pour leur appui.



**FLEURIMONT
9086**

**FIER PARTENAIRE DU
JOURNAL DE RUE DE L'ESTRIE**

Lancement du Circuit Nourricier

Dimanche 14 juin de 10 h à 16 h
Parc de la St-François, Sherbrooke

La matinée débutera par la présentation de quatre jardins solidaires de Sherbrooke, suivie d'une corvée collective pour mettre les mains à la terre. À midi, Plumus de Lua offrira un spectacle en live pour accompagner le dîner, avant de poursuivre la journée avec un atelier animé par Isabelle Béliveau d'Éco-Motion, qui expliquera les fondements scientifiques de notre lien à la nature. La journée se terminera par un atelier de semis et de décoration de pots, dans une ambiance latine animée par un DJ. Une journée pour célébrer l'été, l'agriculture urbaine et le verdissement, en famille ou entre amis.

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

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

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

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



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



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

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

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

defipolyteck.com



Maintenant disponible en ligne!



JDREstrie.ca

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.

Merci de contribuer à la prospérité sociale de notre région