

regards

« Ce qui est bien dans le fait d'être soi-même, c'est que vous l'êtes toujours »

Michelle Cole

VOLUME 17 NUMÉRO 3 - JUIN - JUILLET 2022

JOURNAL COMMUNAUTAIRE D'ASCOT



pages 4 et 5

DES NOUVELLES DE VOTRE CONSEIL MUNICIPAL

- Un été chaud en travaux
- Prioriser une épicerie au cœur du quartier
- Boisé Ascot-Lennox



AGA

JOURNAL REGARDS

page 3

NOUVELLE

TERRASSE PUBLIQUE

page 3

OBSERVATION DES PICS AU MONT-BELLEVUE

page 13



CAFÉ DE RÉPARATION

Près de 80 personnes, Accordeur·e·s, bénévoles et participant·e·s, étaient de la partie...

page 9

M'ENGAGER, POURQUOI C'EST BIEN ?

Faire preuve de solidarité est bénéfique pour la société, mais aussi pour soi...

page 7



LES PAPAS,
vous êtes formidables!

**PROCHAINE DATE DE
TOMBÉE DES TEXTES
ET DES PUBLICITÉS**
11 JUILLET 2022

**PROCHAINE DATE
DE PARUTION**
3 AOÛT 2022

RÉDACTION
600, rue Thibault
Sherbrooke QC J1H 6G7
Tél. : 819 861-9361
journalregards@gmail.com

PUBLICITÉ
819 861-9361
journalregards@gmail.com
ABONNEMENT ANNUEL
POSTAL : 35 \$ / 10 numéros

En
partenariat
avec :



Corporation Ascot en Santé
info@ascotensante.org
819 342-0996

f <https://www.facebook.com/AscotenSante/>

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

Québec



Regards est aussi disponible en format PDF sur le site :
<https://concertationascotensante.wordpress.com/>

Dépôts légaux : Bibliothèques nationales du Québec et du Canada

ISSN : 1715-6173

Tirage : 4950 exemplaires

Direction : Ginette Mercier

Distribution : Publisac

Graphisme : Liliana Leal

Révision et correction : Ginette Mercier, Tarik Rahem.

Conseil d'administration : Hugo Latour, Céline Landreville, Tarik Rahem, Benjamin Rancourt, Manuel Cardenas, Liliana Leal, Ginette Mercier.

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

f <https://www.facebook.com/JournalRegards>

Ne jetez pas ce numéro de Regards : recyclez-le !



ON SE RETROUVE !



Photo : Vivian Carter

Le congrès annuel de l'Association des médias écrits communautaires du Québec (AMECQ) est une occasion extraordinaire de faire des liens avec d'autres personnes qui travaillent aux mêmes objectifs. Ici, des participant·e·s de *Vues sur la Petite-Bourgogne*, du *Journal Regards*, de *L'écho de Saint-François de-la-Rivière-du-Sud*, du *Trait d'union du Nord* (Fermont) et du *Journal du Haut Saint-François*.

On se retrouve était le thème du Congrès 2022 de l'AMECQ qui s'est tenu à Longueuil la dernière fin de semaine d'avril.

Céline Landreville et Ginette Mercier, déléguées du *Journal Regards*, ont participé aux activités du samedi. Elles ont, l'une ou l'autre, suivi les formations suivantes : les rôles d'un conseil d'administration, la publicité locale sur les médias sociaux, la gestion de bénévoles et le portrait (comme genre journalistique).

La remise des prix de l'AMECQ a eu lieu lors d'un banquet le samedi soir. De nombreux journaux se sont démarqués et ont été reconnus pour la qualité de leurs textes (ou visuels) dans plus d'une douzaine de catégories. Quelques prix sont aussi en lien avec l'engagement. *Le journaldesvoisins.com*, soit le journal Web d'Ahuntsic-Cartierville, a remporté le titre convoité de *Média écrit communautaire de l'année*.



- imprimés commerciaux
- service de lettrage
- conception graphique
- estimation gratuite

D'une qualité et service impressionnant!

975-1, chemin Hamel
Sherbrooke, Qc J1R 0P7

info@imprimeriecarriere.com

819 569-0219



L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DU JOURNAL REGARDS



Hugo Latour, Céline Landreville, Tarik Rahem, Benjamin Rancourt, Manuel Cardenas, Liliana Leal et Ginette Mercier.



Ginette MERCIER
Directrice
Journal Regards

Fin avril, le journal a tenu son assemblée générale annuelle (AGA). Les membres ont eu l'occasion de s'exprimer sur leur vision du journal. C'était fort agréable de constater l'importance du *Journal Regards* pour toutes les personnes présentes. Les participant·e·s ont d'ailleurs fait d'excellentes suggestions !

En 2021, beaucoup de travaux ont été réalisés ou amorcés. Certaines actions avaient pour but de solidifier les bases du journal (telles la recherche de financement ou l'amélioration de processus internes). Mais certaines activités ont été plus concrètes et vous pourrez voir leur aboutissement dans les prochains mois.



Des participants à l'AGA du *Journal Regards* le 29 avril 2022

AU PIED DU MONT-BELLEVUE

Une de ces actions concrètes a été la participation du journal à l'élaboration d'un projet culturel du Baobab. Dans le cadre du projet *Au Pied du Mont-Bellevue* qui se déroule présentement, des personnes aînées du quartier se rencontrent au Baobab chaque semaine pour des ateliers d'écriture. Je ne vous en

dis pas plus pour tout de suite parce que dans le numéro du mois d'août, vous aurez tous les détails du projet, mais surtout, vous aurez la chance de découvrir les plus beaux écrits de nos aîné·e·s. Nous avons bien hâte de découvrir ce qu'ils et elles partageront avec nous!

NOUVELLE TERRASSE PUBLIQUE

Un projet de terrasse publique, avec plusieurs bacs de jardinage, verra le jour cet été au Carrefour Dunant. Plus précisément, cette terrasse sera devant le Baobab – café de quartier et les commerces avoisinants.

DES LÉGUMES ET DES FLEURS

Une activité de plantation de légumes et de fleurs dans les bacs aura lieu au Baobab – café de quartier, vendredi le 3 juin de 13 h 30 à 16 h 30. Ouvert à toutes et tous !

ASSEMBLÉE DE QUARTIER

Une assemblée de quartier d'Ascot en santé aura lieu pour l'inauguration de cet espace public, au Baobab – café de quartier, le jeudi 16 juin en formule 5 à 7. Venez célébrer avec nous ce nouvel espace collectif!

Karine Godbout, Agente en sécurité alimentaire – Ascot



DES NOUVELLES DE VOTRE CONSEIL !



Geneviève LA ROCHE
Conseillère municipale
District d'Ascot

Cela fera bientôt six mois que les citoyennes et citoyens de Sherbrooke ont élu un nouveau conseil municipal. Six mois bien remplis, avec plusieurs gros dossiers qui cheminent, notamment dans Ascot. Six mois aussi pour moi en tant que nouvelle conseillère. Mon constat : énormément de travail à abattre, des défis majeurs à relever, mais plus que jamais la motivation de faire bouger les choses. Il y a des virages majeurs à prendre, et même si ça ne se fait pas en claquant des doigts, le paquebot est en mouvement !

Alors, parce que ce n'est pas tout le monde qui a le temps et la patience de suivre les conseils municipaux sur le Web ou en personne, je vais tenter de vous informer régulièrement de ces changements, petits ou gros, qui ont des répercussions sur la vie et le paysage du quartier.

PRIORISER UNE ÉPICERIE AU CŒUR DU QUARTIER !

Comme vous le savez probablement, le fameux dossier de l'usage *grande surface* en bordure de l'autoroute (communément appelé le « dossier de l'épicerie ») a finalement connu son dénouement en mars dernier. Après plusieurs semaines de porte à porte et de travail acharné sur le terrain, la volonté de la Ville de

Sherbrooke et d'une grande majorité de citoyen·ne·s d'Ascot de prioriser le développement au cœur du quartier a finalement été exhaussée.

En effet, des 142 citoyen·ne·s considéré·e·s comme « habiles à voter » dans ce dossier, 80 ont pris position en faveur du retrait de l'usage *grande surface* en périphérie. Ce faisant, ils ont envoyé un message clair : on veut un développement commercial cohérent et soucieux de la population la plus vulnérable du secteur. Je tiens à remercier les nombreux citoyen·ne·s et organismes d'Ascot qui m'ont épaulée et encouragée tout au long du processus. C'est tout un honneur pour moi de représenter une communauté aussi solidaire et mobilisée. Un merci tout particulier également à ma prédécesseure Karine Godbout pour le travail réalisé en amont et pour cette belle collaboration !

Et merci à tous ces citoyen·ne·s du Carré Belvédère qui ont bien compris les enjeux que comportait ce dossier pour la communauté d'Ascot. Ça me touche de voir que même en étant fraîchement débarqué dans le secteur, on peut souhaiter contribuer et prendre part à la vie de notre collectivité. Bravo Ascot !

INFO TRAVAUX PRINTEMPS-ÉTÉ-AUTOMNE 2022

L'été s'annonce chaud en travaux, mais les bénéfiques devraient compenser les désagréments

temporaires. Voici une liste des principaux chantiers prévus.

- Réfection complète de la rue Galt entre Alexandre et Belvédère : plus d'arbres et de verdure, des voies cyclables et des infrastructures désuètes remplacées.



- Réalisation de deux nouveaux tronçons cyclables dans Ascot :

1. Voies cyclables sur McManamy entre Galt et Belvédère (connexion jusqu'à l'Université) : il est à noter qu'une entente a été prise pour permettre de conserver quatre espaces de stationnement devant le Marché Lemieux.
2. Voies cyclables sur Dunant, entre Belvédère et Kingston : connexion du tronçon Belvédère avec le tronçon Dunant vers Thibault. Il y aura retrait du stationnement sur rue du côté du Carrefour Dunant.

- Début de la construction du projet commercial d'Immostar au coin des rues Belvédère et Thibault.
- Aménagement d'une nouvelle entrée au Parc Belvédère (près du bureau d'arrondissement).



DES NOUVELLES DE VOTRE CONSEIL ! (SUITE)

- Réfection de la rue LaRocque, entre les rues Darche et de l'Union.
- Reconstruction de la rue Fabre, entre les rues Short et McManamy.
- Construction d'une passerelle cyclable sur le pont Joffre.

Pour en savoir plus, n'hésitez pas à consulter la carte interactive de la Ville à l'adresse Web suivante ou à vous inscrire aux alertes !

www.sherbrooke.ca/fr/services-a-la-population/routes-et-transport/entretien-des-routes/info-travaux

Par ailleurs, plusieurs personnes me contactent pour me signaler l'état de dégradation de leur rue. Pour faire régulièrement du jogging et du vélo dans le quartier, je peux en témoigner également. Dans les 20 dernières années, nous avons accumulé un énorme déficit d'entretien de nos infrastructures. Comme nous n'avons pas la capacité financière de refaire toutes les rues qui en auraient besoin, les services ont fait un bilan exhaustif de l'état des rues afin de prioriser les travaux en fonction des moyens que nous avons. Donc, ne perdez pas espoir, votre tour viendra !

Si vous souhaitez signaler des situations dangereuses ou des problèmes de sécurité, n'hésitez pas à contacter le 819 821-5858.

BOISÉ ASCOT-LENNOX



Deux ventes de terrains dans le Boisé Ascot-Lennox ont beaucoup attiré l'attention dans les dernières semaines, et avec raison. Vous êtes plusieurs à m'avoir interpellée, inquiet·e·s de la situation. D'abord, je tiens à dire que je travaille depuis le jour 1 de mon élection à la protection du boisé, qui est probablement la plus grande raison qui m'a amenée à faire le saut en politique. C'est un énorme travail qui ne peut pas s'accomplir en six mois de mandat. En effet, il faut savoir que le boisé est actuellement presque totalement privé, avec plus de 250 propriétaires différents.

La ville n'a aucun pouvoir légal actuellement d'empêcher des propriétaires privés de vendre leurs terrains à qui que ce soit. Nous n'avons malheureusement pas les moyens non plus d'acheter tous les terrains, soit 280 hectares au total. Nos leviers actuels sont donc majoritairement réglementaires, et nous travaillons sans relâche pour traverser les étapes obligatoires pour réussir à protéger le boisé.

Mais je tiens à vous rassurer sur le fait que même si des terrains sont vendus présentement, il n'y a pas de possibilité de construire dessus, et ce, pour la grande majorité du boisé. Même si c'est une grande déception que le Directeur des poursuites criminelles et pénales (DPCP), ou plus récemment une communauté religieuse, aient décidé de vendre à des intérêts privés alors que notre intention de protéger le boisé ait été clairement affichée, je n'ai pas reculé d'un iota sur l'objectif de préserver l'un des derniers grand boisé urbain de Sherbrooke !

Au plaisir de vous rencontrer dans les rues du quartier et d'échanger avec vous !



DROITS DES USAGERS : LE DROIT À L'HÉBERGEMENT



Claude MOREAU

Président du comité des usagers
Centre de réadaptation en
dépendance de l'Estrie

« C'EST LE DROIT POUR L'USAGER D'ÊTRE HÉBERGÉ DANS L'ÉTABLISSEMENT JUSQU'À CE QUE SON ÉTAT DE SANTÉ LUI PERMETTE UN RETOUR À DOMICILE OU QU'UNE PLACE DANS UN AUTRE ÉTABLISSEMENT LUI SOIT ASSURÉE. »

(Source : https://rpcu.qc.ca/droits/droits_12_droits/)

Le droit à l'hébergement est un droit qui a un important impact sur la qualité d'un épisode de service. Ce droit peut sembler évident mais comporte certains enjeux déterminants. En effet, si vous allez à l'hôpital et que votre état le requiert, vous vous attendez à ce que vous soyez hébergé le temps qu'il faudra. Là n'est pas l'essentiel du problème. Bien sûr, il y a la disponibilité de lits sur les étages qui fait qu'une personne puisse passer plus de temps à l'urgence. Bien souvent, c'est plutôt lorsque vous êtes considéré comme guéri que le problème apparaît.

En effet, dans certains services, comme en santé mentale et en soins de longue durée, le manque de disponibilité d'endroits alternatifs à l'hôpital est un problème. En santé mentale par exemple, plusieurs patient·e·s sont considéré·e·s comme suffisamment rétabli·e·s

pour quitter l'hôpital, mais n'ont aucun endroit sécuritaire où aller. Malgré leur rétablissement, certains ont besoin d'un environnement autre qu'un appartement autonome. L'endroit de choix pour eux peut être une ressource intermédiaire (RI), une ressource de type familiale (RTF), un centre de réadaptation (CR) ou un appartement supervisé. Ces endroits ne sont pas disponibles en quantité suffisante, ce qui fait que des patient·e·s occupent, malgré eux, des lits d'hôpitaux qui, comme tout le monde le sait, sont en pénurie.

Dans le cas des soins de longue durée, la pénurie d'espace dans les Centres d'hébergement de soins de longue durée (CHSLD) défraie la manchette des médias régulièrement. Encore là, des gens attendent à l'hôpital qu'un lit se libère ailleurs, dans un endroit adéquat.

Il y a aussi, en soins de longue durée, l'enjeu de la régionalisation. La plupart des personnes allant vivre en CHSLD veulent, le plus possible, demeurer dans leur région, proche de leurs familles et ami·e·s, ce qui est très compréhensible.

Avec l'épidémie de COVID-19, nous avons toutes et tous pris conscience que la qualité et la disponibilité des services de santé dépend de nos ressources d'hébergement dans les hôpitaux, soit le nombre de lits disponibles, qui lui, dépend de la disponibilité du personnel.

Certains droits de la Loi sur les services de santé et de services sociaux (LSSSS) ont comme bémol la disponibilité des ressources. Même si ce n'est pas le cas avec le droit à l'hébergement, force est de constater qu'en pratique, la disponibilité a un impact important.

SONDAGE SUR L'EXPÉRIENCE DES USAGERS

Du 1^{er} juin au 30 juin, les usagers du CIUSSS de l'Estrie – Chus sont invités à répondre à un sondage en ligne portant sur leur expérience de service (accueil, propreté et sécurité des lieux, respect des droits, communication).

Le sondage de 47 questions prend approximativement 15 à 20 minutes à répondre. Les réponses sont confidentielles et anonymes.

Pour participer au sondage, visitez le www.santeestrie.qc.ca/nouvelle/un-sondage-pour-ameliorer-lexperience-des-usagers puis cliquer sur le bouton 'Pour accéder au sondage' au bas de la page.



M'ENGAGER, POURQUOI C'EST BIEN ?

Agat **GRINBERG**

Responsable communication et marketing
Actions interculturelles

L'action bénévole existe depuis la nuit des temps. Le bénévolat est essentiel et aujourd'hui, plus que jamais, faire preuve de solidarité est bénéfique pour la société, mais aussi pour soi.

On le sait maintenant, et plusieurs études scientifiques l'ont prouvé, aider les autres procure de nombreux bienfaits, tant sur la santé physique que psychologique. Les bénévoles affirment que cet acte altruiste a développé chez eux un véritable sentiment d'épanouissement personnel et une meilleure estime de soi.

Pour notre économie, le bénévolat est important car il offre une

aide essentielle à des causes méritoires, aux personnes dans le besoin et à la communauté au sens large. De nombreux organismes communautaires comptent sur la générosité des bénévoles, car souvent ils ne sont que partiellement financés par le gouvernement ou les conseils locaux. En fait, ils dépendent presque uniquement d'équipes de bénévoles pour les aider à prospérer et à effectuer leur travail.

Le bénévolat peut aussi permettre à tout·e nouvel·le arrivant·e de faciliter son intégration sociale et de se familiariser avec le marché du travail canadien et avec la société de sa terre d'accueil. Par ce biais, le ou la bénévole peut obtenir des références, étendre son réseau professionnel, ajouter de nouvelles expériences à son CV, développer de nouvelles compétences et habiletés dans un

nouvel environnement, acquérir de l'expérience canadienne et se créer un réseau de nouveaux ami·e·s.

Mais le bénévolat n'est pas seulement un don, c'est un échange. Les bénévoles donnent leur temps, mais en contrepartie, ils et elles en retirent une expérience qui va au-delà de la tâche accomplie. Dans le contexte moderne, le bénévolat apparaît comme une expérience personnelle, citoyenne et solidaire, créatrice de liens sociaux et du capital social qui construit des communautés en santé.

Souhaitez-vous nous aider à bâtir une société plus juste, plus équitable et plus inclusive ?

Devenir bénévole, une bonne idée !

Pour faire du bénévolat chez Actions Interculturelles, appelez Livia au 819 822-4180 ou écrivez-lui à livia.ribeiro.coimbra@aide.org

URGENCE SOCIALE

REVITALISATION URBAINE ET SOCIALE – ASCOT EN SANTÉ

Le quartier Ascot et les intervenants d'Ascot en santé sont au cœur d'une vidéo portant sur l'organisation communautaire.

En effet, quatre vidéos de la série *Urgence Sociale* ont été lancées ce printemps à Sherbrooke, au Baobab. Ces vidéos, qui font la promotion de l'organisation communautaire, présentent chacune une approche différente. Parmi les nombreux projets de développement communautaire, c'est Ascot en santé qui a été retenu pour présenter l'approche socioéconomique.

La vidéo d'un peu moins de vingt minutes, *Approche socioéconomique : projet de revitalisation urbaine et sociale Ascot en santé à Sherbrooke*, peut être visionnée sur YouTube.





NOUVELLES DE L'ACCORDERIE



— COMITÉ JARDINAGE

Je suis impliquée dans le comité jardinage de l'Accorderie pour plusieurs raisons.

Premièrement, parce qu'il y a eu un atelier pour initier les enfants aux plaisirs du jardinage, en collaboration avec le Carrfour accès loisir, le 28 mai. Je souhaite que cet atelier leur ait permis de voir le temps et l'énergie qui sont nécessaires pour faire pousser les légumes qui se trouvent dans leurs

assiettes. S'ils peuvent apprécier ça, peut-être qu'on pourra contribuer à réduire le gaspillage alimentaire. En plus, le jardinage est une activité que toute la famille peut pratiquer ensemble. C'est une activité qui est bonne pour le physique ainsi que pour le moral.

Ensuite, le comité jardinage travaillera à la création de jardins en bac devant le Baobab café de quartier, des jardins où on

apprendra les notions de partage et de communauté.

Le jardinage est une merveilleuse thérapie. On peut relâcher notre stress, notre colère, notre peine, tout en ne faisant qu'un avec la nature.

Joignez-vous à nous pour créer ce petit coin de jardinage!

Donna Birch, Accordeuse et membre du comité jardinage

— COMITÉ ENVIRONNEMENT

30 AVRIL 2022 : COLLECTE DE DÉCHETS DANS LE SECTEUR DE LA RUE JOGUES

Le 30 avril dernier s'est tenue l'activité *Collecte de déchets* aux alentours de la rue Jogues. Les Accordeur·e·s impliqué·e·s dans le comité environnement de l'Accorderie ont organisé le tout en collaboration avec Action Saint-François. Action Saint-François est un organisme à but non lucratif (OBNL) dont la mission est la préservation des cours d'eau constituant le bassin versant de la rivière Saint-François en Estrie. L'organisme a été constitué le 5 août 1992 par des citoyen·ne·s qui avaient à cœur la qualité de l'environnement et la santé de nos cours d'eau.



Près de 20 participants étaient donc au rendez-vous et ont travaillé fort pour nettoyer principalement le secteur des OMH de la rue Jogues. Le tout s'est terminé en dégustant une

collation qui était une gracieuseté des AmiEs de la Terre de l'Estrie – Marché de solidarité régionale de Sherbrooke, avec qui nous avons collaboré pour l'événement.



Action Saint-François
organisme environnemental





NOUVELLES DE L'ACCORDERIE (SUITE)



— 1^{er} MAI 2022 : CAFÉ DE RÉPARATION

Le dimanche 1^{er} mai a eu lieu un Café de réparation au Baobab café de quartier.

Près de 80 personnes, Accordeur·e·s, bénévoles, ainsi que participant·e·s, étaient de la partie.

Le beau temps aidant, les gens ont pu se disperser à l'intérieur et à l'extérieur du café pour les

stations de réparation et activités suivantes :

- Station réparation informatique — électronique
- Café techno
- Station réparation textiles
- Station réparation petits électroménagers

- Station réparation vélo
- Station massage sur chaise
- Station pour les enfants et famille : heure du conte, distribution de livres

Nadja Guay, agente de mobilisation pour l'Accorderie de Sherbrooke





RUE PICARD : NOTAIRE ET ADMINISTRATEUR (1881-1973)

**Gérard COTÉ**Société d'histoire et du musée
de Lennoxville-Ascot**Jean-Marie DUBOIS**

Université de Sherbrooke

Cette rue, située entre les rues Belvédère Sud et de Dorval, est ouverte vers 1948 dans un secteur du canton d'Ascot qui vient d'être annexé à la ville de Sherbrooke. On ne connaît cependant pas la raison pour laquelle le nom du notaire Picard lui est attribué à cette époque : avait-il des intérêts fonciers à cet endroit ?

Chénier Picard est né en 1881 à Wotton, dans le comté de Richmond. Il est le fils d'Orpha Généreux, institutrice originaire de Québec, et de Jacques Picard (1828-1905), notaire et membre de l'Assemblée législative du Québec de 1867 à 1892. Chénier commence ses études au Collège Sainte-Marie, à Montréal, les poursuit au Séminaire Saint-



Photo : Legendre, René (1972) *Biographies et monographies des Cantons de l'Est* 1971. Les éditions sherbrookoises, p. 341

Charles-Borromée (Séminaire de Sherbrooke depuis 1959), puis étudie le notariat à l'Université Laval. Il est admis à la pratique du notariat en 1906 et établit son étude sur la rue Wellington Nord à Sherbrooke. En 1911 à Trois-Rivières, il épouse Marie Agnès Gouin (1889-1968). En 1912, il s'associe au notaire Ernest Sylvestre dans l'étude Sylvestre

& Picard, puis Sylvestre, Picard & Sylvestre en 1923. Le notaire Picard se dissocie de cette étude en 1926 et pratique seul sur la rue Wellington Nord.

Le notaire Picard est très actif dans son milieu. Il est gestionnaire de la Canadian International Paper Co., de La Prévoyance, de la Sherbrooke Pure Milk, du Fil national Ltée, de la Sherbrooke Real Estate Co. et de la Eastern Townships Produce Co. Il est membre du conseil d'administration du Sherbrooke Trust Co. de 1927 à 1937, président de 1937 à 1961 et président du conseil d'administration de 1961 à 1973. Par ailleurs, il est président de la Faculté de droit de l'Université Laval, membre du Club Social de Sherbrooke et du conseil d'administration des Fiduciaires de l'Université de Sherbrooke, qui lui décerne un doctorat *honoris causa* en droit. Il est aussi président de la Société Saint-Jean-Baptiste du diocèse de Sherbrooke, de 1921 à 1923. Le notaire Picard décède à Sherbrooke, le 9 décembre 1973.

VIEUX RÉFRIGÉRATEURS ET AUTRES APPAREILS DE RÉFRIGÉRATION OU DE CLIMATISATION

Saviez-vous qu'un seul appareil de réfrigération mal recyclé peut contribuer jusqu'à une tonne de gaz à effet de serre?

Avant de changer votre appareil, voyez si vous pouvez le réparer, le vendre ou le donner. Et s'il est rendu à sa fin de vie utile, veuillez vous assurer qu'il sera recyclé adéquatement. Pour ce faire, vous pouvez apporter vos vieux appareils de réfrigération ou climatisation à l'Écocentre Michel-Ledoux (1000, rue Léon-Trépanier) ou à l'Écocentre Rose-Cohen (365, rue Pépin).

Source : GoRecycle



Élisabeth BRIÈRE
DÉPUTÉE DE SHERBROOKE
Secrétaire parlementaire à la Santé mentale et aux Dépendances

Fière partenaire

1650, rue King Ouest
Bureau M-10, entrée rue Marchant
Sherbrooke, J1J 2C3

(819) 564-4200
Elisabeth.Briere@parl.gc.ca



HOMMAGE AUX MÈRES



Roukayatou Idrissa
ABDOULAYE

Agente de liaison
Responsable du dossier
immigration Ville de Sherbrooke

Le 8 mai dernier, c'était le jour consacré pour célébrer les mères. J'espère que la journée fut une journée de joie et surtout d'amour en abondance pour toutes les mères de sang, de lait, d'amitié, d'adoption, occasionnelles, temporaires, futures... toutes celles qui ont ce rôle à cœur!

Un adage malien dit : « Tout ce que nous sommes et tout ce que nous avons, nous le devons une fois seulement à notre père, mais deux fois à notre mère. »

Puis, comme disait l'immense écrivain malien, Amadou Hampâté Bâ : « L'homme, dit-on chez nous, n'est qu'un semeur distraité, alors que la mère est considérée comme l'atelier divin où le créateur travaille directement, sans intermédiaire, pour former et mener à maturité une vie nouvelle. C'est pourquoi, en Afrique, la mère est respectée presque à l'égal d'une divinité. »¹

Comme vous vous en doutez, je veux souligner cette journée dédiée à toutes les mères terriennes et au-delà, si elles existent.

LE MATRIARCAT

J'aimerais aussi parler du matriarcat, ce système « politique ou social où la seule filiation légale est la filiation maternelle et dans lequel la femme, la mère, détient l'autorité. »²

Savez-vous quelles sont les neuf sociétés matriarcales les plus connues dans le monde ?

- Les Moso en Chine
- Les Juchitan de Zaragoza au Mexique
- Les Khasi en Inde
- Les femmes de l'île de Kihnu, en Estonie
- La tribu des Akans au Ghana
- Les Miningkabau d'Indonésie
- Les Lao de Thaïlande
- Les Bijagos de Guinée Bissau
- Les Guayakis du Paraguay

Comme vous le constatez, le matriarcat se retrouve sur tous les continents.

Toutes ces sociétés ont en commun le fait que ce sont les femmes qui gèrent! Elles décident autant de l'application des lois, des finances et surtout de l'héritage. Ce sont elles qui héritent. Elles donnent également leur nom de famille aux enfants.

Chez les Guayakis, la croyance est qu'il faudrait le sperme de plusieurs pères pour qu'un enfant naisse en bonne santé. Résultat, les femmes ont souvent deux maris dans leur vie (ce qu'on appelle la polyandrie).

Chez les Khasi de l'Inde, une des rares communautés dans ce pays où la naissance d'une fille est plus fêtée que celle d'un garçon, c'est la plus jeune fille qui hérite de tout et qui devient la gardienne des traditions familiales.

Ceci est simplement pour vous donner un aperçu du fait qu'il existe des lieux où les femmes sont les « patronnes »!

1 Amadou Hampâté Bâ, Amkoullel, l'enfant Peul

2 <https://fr.wikipedia.org/wiki/Matriarcat>

ENVIE DE VOUS IMPLIQUER ?

Vous avez toujours eu envie de vous impliquer dans votre communauté ?

Nous avons besoin de vous ! Écrivez-nous pour signifier votre intérêt ou pour toutes demandes d'information supplémentaire à journalregards@gmail.com

Ville de
Sherbrooke

Geneviève La Roche
Conseillère du district d'Ascot

N'hésitez pas à me contacter!

819 674-5850

Genevieve.LaRoche@sherbrooke.ca



Services gratuits pour les jeunes de 15 à 30 ans

Cultiver mon intégration en emploi

Tu veux travailler? On est là pour t'aider!

- ✓ Services offerts en plusieurs langues
- ✓ Formations
- ✓ Accompagnement personnalisé
- ✓ Aide à l'intégration en emploi
- ✓ Prime à la persévérance
pouvant aller jusqu'à 500\$

**INSCRIS-TOI
DÈS MAINTENANT!**



INFORMATION

cmie@aide.org
819 822-4180

1945, rue Belvédère Sud
bureau 203, Sherbrooke

Actions
interculturelles

Depuis 1990

La diversité, c'est du monde



@Actionsinterculturelles

Financé en partie par le gouvernement
du Canada dans le cadre de la Stratégie
emploi et compétences jeunesse

Canada

Avec la participation financière de :

Québec



LES OISEAUX EXCAVATEURS DU PARC DU MONT-BELLEVUE

Marilou COURNOYER

Agente en environnement
au RPMB

Au parc du Mont-Bellevue, il suffit de jeter quelques coups d'œil aux alentours pour repérer des trous à l'intérieur de certains arbres. Ces cavités sont souvent attribuables aux oiseaux excavateurs. Les principaux oiseaux excavateurs sont les pics, qui font au moins une nouvelle cavité par année. Les mésanges et les sittelles sont également des espèces excavatrices, mais de façon plus occasionnelle; elles utilisent souvent les cavités déjà existantes. Les chicots (arbres morts encore enracinés) sont généralement privilégiés par les oiseaux excavateurs pour y nicher ou s'y réfugier; ils revêtent donc une importante valeur écologique.

LE RÔLE DES OISEAUX EXCAVATEURS

Les oiseaux excavateurs jouent un rôle clé dans l'écosystème du Mont-Bellevue, puisque plusieurs espèces utilisent les cavités qu'ils façonnent. Les utilisateurs secondaires de

cavités comprennent une foule d'espèces d'oiseaux, en plus de nombreux petits mammifères tels que les chauves-souris, les écureuils et les ratons laveurs.

Pour les oiseaux, le principal avantage de faire son nid dans une cavité réside dans la diminution du risque de prédation des œufs et des oisillons. De façon secondaire, l'utilisation d'une cavité permet de limiter les pertes de chaleur. Les mésanges, les sittelles et les grimpeaux sont d'ailleurs bien connus pour dormir dans les cavités à l'intérieur des arbres par nuits froides.

SIX OISEAUX EXCAVATEURS AU PARC DU MONT-BELLEVUE

Parmi les neuf espèces de pics présentes au Québec, six sont répertoriées au Mont-Bellevue : le pic flamboyant, le pic maculé, le pic à tête rouge, le grand pic, le pic chevelu et le pic mineur. Tous les pics ont un bec dur et pointu pour percer des trous dans le bois et une langue extensible pour capturer les insectes à l'intérieur des cavités. Ils ont également un crâne robuste et

une partie cartilagineuse à la base du bec pour absorber les chocs dus au martèlement du bois. À l'approche de la saison froide, le pic flamboyant, le pic maculé et le pic à tête rouge migrent vers le sud. En revanche, le grand pic, le pic chevelu et le pic mineur demeurent au Québec toute l'année.

À vos jumelles, prêts, bonne observation!



Ci-dessus, un arbre avec cavités; ci-dessous, un grand pic



VOTRE CARTE
PROFESSIONNELLE
ICI

PRIX PAR PARUTION

- 1 parution 65 \$
- 2 à 4 parutions 50 \$
- 6 parutions ou plus 40 \$

RPMB
REGROUPEMENT DU PARC DU MONT-BELLEVUE



SUIS-JE OBLIGÉ DE PORTER PLAINTE ?

Océane

Intervenante
DIRA-Estrie



Océane est intervenante en maltraitance chez DIRA-Estrie. Elle répond aux questions en lien avec la maltraitance et la bienveillance envers les personnes âgées. Écrivez-lui vos questions ! info@dira-estrie.org

Vous vivez une situation de maltraitance ou vous en êtes témoin ? Appelez-nous ! Service gratuit et confidentiel. www.dira-estrie.org

DIRA-Estrie, 819 346-0679.

Bonjour Océane,

Je pense que j'ai de la difficulté à dire « non » à mon fils. Il me demande souvent de l'argent et je veux l'aider, mais au fond ça affecte mes propres finances. J'aimerais apprendre comment dire « non » et que la situation change. Merci.

– Ghyslaine

Bonjour Ghyslaine,

Dire « non », c'est une manière de mettre ses limites dans une situation ou en relation. Mettre ses limites, c'est définir ce qui n'est plus acceptable pour soi. Ce n'est pas du tout égoïste, au contraire !

Mettre ses limites, c'est une façon de se respecter dans ce que nous sommes et ce que nous voulons. Et puis, quand on commence à se respecter, ça peut inspirer les autres à nous respecter également.

Comment le faire ? Comment dire « non » ? En effet, s'affirmer est une bonne manière d'établir ses limites avec autrui. C'est également une

façon de se responsabiliser dans la relation et de s'occuper de soi. Pour être solide dans notre « non », il est important de se rappeler la raison pour laquelle on refuse.

Chaque personne a ses limites qui lui sont propres, l'important est de connaître les vôtres et de voir ce que vous voulez faire par rapport à ça. Par exemple, vous voulez aider votre fils, mais ne plus lui donner d'argent. Pouvez-vous l'aider autrement ? En lui offrant votre support moral par exemple ou encore en l'accompagnant vers les ressources adéquates ?

Finalement, mettre ses limites est bénéfique pour soi et pour les autres avec qui on est en relation. Ça engendre du respect et ça aide les autres à prendre leurs responsabilités également.

Si vous avez d'autres questions, n'hésitez pas à contacter notre équipe d'intervention !

– Océane



PETITES ANNONCES

1,50 \$ / ligne (minimum 7,50 \$ par annonce)

■ SOUTIEN INFORMATIQUE

Je suis dans la cinquantaine, alors j'ai beaucoup d'expérience. Je suis un passionné d'informatique. Formation personnalisée, mise à niveau, réparation d'ordinateur, réinstallation du système d'exploitation avec sauvegarde des données. Pour me contacter, demandez Marc (ou laisser un message) :

819 823-9110 ou labroi2006@yahoo.fr.





INTERVENTION DE QUARTIER

PROGRAMMATION ÉTÉ 2022

INTERVENTION DE QUARTIER ASCOT-CLSC

Local : 1945, Des Grands-Monts, app. 8 et 9
En cas d'URGENCE PSYCHOSOCIALE,
composez le 811, option 2
Local fermé les lundis

INFIRMIÈRE SUR RENDEZ-VOUS

Pour clientèle sans médecin de famille
Vous devez prendre rendez-vous au :
819 780-2220 # 48140

DEMANDE D'AIDE PSYCHOSOCIALE SUR RENDEZ-VOUS

Informations, références
Vous devez prendre rendez-vous avec les
intervenantes de quartier au :
819 578-9336 ou 819 570-4000

BÉBÉ TRUCS ASCOT SUR RENDEZ-VOUS

Psychoéducatrice et infirmière sur place pour
répondre aux questions
Dernier jeudi du mois
Vous devez prendre rendez-vous avec Amélie au :
819 588-2563

FRIPERIE GRATUITE SUR RENDEZ-VOUS

Deux vendredis par mois
Vous devez prendre rendez-vous avec les
intervenantes de quartier au :
819 578-9336 ou 819 570-4000

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrie – Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke



DIRA-ESTRIE

Vous voulez parler à quelqu'un d'un conflit que vous vivez avec une personne, vous vous questionnez sur une situation difficile, vous avez des obstacles personnels ou simplement le goût de discuter en toute confidentialité ?

Mathieu Schommer, travailleur de milieu, peut vous écouter, vous informer, vous référer et vous accompagner vers les bonnes ressources de la communauté selon vos besoins.

Mathieu Schommer

Travailleur de milieu auprès des aînés de plus de 65 ans
DIRA-Estrie

Téléphone : 873 662-1610

Courriel : itmav@dira-estrie.org

Service gratuit grâce au soutien financier du secrétariat aux aînés du Gouvernement du Québec

CENTRE MULTI LOISIR



CENTRE
MULTI LOISIRS
SHERBROOKE

AÎNÉS AU CŒUR DU QUARTIER :

UNE PROGRAMMATION SUR-MESURE

RÉSERVEZ VOS VENDREDIS JUSQU'AU 17 JUIN :

Des activités gratuites et variées vous attendent.
Socialisez et faites de nouvelles rencontres!
Entrée libre.

ACTIVITÉS DU MOIS DE JUIN :

3 juin – Bouger pour garder notre motricité
10 juin – Pétanque CARAGS
17 juin – Atelier de cuisine et dîner de clôture
D'autres ateliers à venir cet automne!
Pour tous les détails, visitez
loisirsherbrooke.com/aines

Centre Multi Loisirs Sherbrooke

1010, rue Fairmount
819 821-5601



Jean Coutu

**François Maltais, Alexandra Allie
et Guillaume Beauregard**



**AIR MILES
Jean Coutu**

1363, rue Belvédère Sud, Sherbrooke
819 565-9595

Lundi au vendredi de 8 h 30 à 20 h

Samedi de 9 h à 18 h

Dimanche de 9 h à 18 h

**Payez maintenant vos achats
directement avec vos milles de
récompense AIR MILES.**

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

- ✓ Infirmière sur place
- ✓ Prélèvement sanguin et urinaire
- ✓ Administration de vaccins
- ✓ Remplacement de bandages
- ✓ Photo Passeport / Assurance Maladie
- ✓ Service de Fax et de Photocopies

**Le Baobab café de quartier présente:
CRÉER ENSEMBLE NOUS RAPPROCHE.
4 soirées de lancement de projets
artistiques réalisés par des nouveaux
arrivants et Québécois d'origine.**

<p>7 juin, 19h Lancement du livre jeunesse <i>Mon grand Bonheur</i> réalisé par des élèves de l'école Jean-XXIII et l'artiste Natali de Mello.</p>	<p>11 juin, 20h30 Spectacle-lancement de 9 chansons créées et enregistrées par 18 citoyens et l'artiste Ian Fournier.</p>	<p>18 juin, 20h Présentation de courtes scènes de théâtre créées sur le thème du rapprochement interculturel par 14 citoyens et l'artiste Patrick Quintal.</p>	<p>21 juin, 19h Lancement du recueil de poésie créé par 12 citoyens et l'artiste L'être persane et lecture de poèmes.</p>
---	--	---	--

Avec la participation financière de :

Québec 



Réservez vos billets gratuits au: <https://baobabcafe.ca/evenements>