



Journal de rue de l'Estrie

L'ITINÉRAIRE VERS LA PROSPÉRITÉ SOCIALE



LA BOUQUINERIE DU ROTARY

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

819 452-2665 | bouquinerie@rotarysherbrooke.org



Les camelots vous parlent
Témoignages: Gérard et Stéphane
PAGES 2 et 3



Troubles de la personnalité
Michaël Bégin lève le voile...
PAGE 17



L'enfant-joie. C'est elle, c'est Lola. Tu reconnais son rire en grelots, sa manière de placoter avec Bilou, sa façon culottée d'entrer dans ta bulle. Une vraie petite effrontée. Tu es un peu farouche, elle s'en fout. Elle attrape ta main, t'entraîne vers un banc – pas celui-là, l'autre. Son gros chien assis entre vous deux. Elle prend une grande respiration, elle plonge. Creux. Lola a toujours une histoire à raconter. Cette fois, il est question d'une pluie d'étoiles qui illuminent le quartier.

Texte de Pierrette Denault / Source de l'image : Jean-François Dupuis © 2021




Noël pour la paix

Merci de nous aider dans notre mission!

Don suggéré 5\$ www.caritas-estrie.org

Les camelots sont des travailleurs autonomes. Ils achètent le journal 2\$ la copie et le revendent 4\$ sur nos points de vente autorisés. Les pourboires sont acceptés.

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.

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

CONSEIL D'ADMINISTRATION

- Luc Breton, président
- Pierrette Denault, vice-présidente
- Suzanne Ménard trésorière et secrétaire
- Olga Renaud, administratrice
- René Guillemette, administrateur
- 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 editrice : Nancy Mongeau
- Directeur adjoint : Gabriel Martin
- Révisseurs : Frédéric Garain, Suzanne Ménard, Pierrette Denault, Gabriel Martin et Mylène Roy
- Photographes : Nicole Boisvert, Nancy Mongeau et Jean-François Dupuis
- Recherchistes : Pierrette Denault et Francine Goupil
- Intervenant social : Grégoire-Étienne Saint-Aubin
- Rédacteurs et rédactrices : Nancy Mongeau, Pierrette Denault, Gérard Favreau, Mathieu K. Blais, Luc Breton, Stéphane Duperron, l'équipe de SOS Grosse Estrie, Amélie Demers (SAPC), Gabriel Martin, Patricia Wellington Leclerc, L'équipe de la Chaudronnée de l'Estrie, Nicole Beaudet, Madeleine Drolet-Valiquette, Bernard Couture, Tom Néron, Benjamin Villeneuve, René Guillemette, Béatrice Dupont-Chartier, Marc Bolduc, Jacques Quintin, Josée Emond, François Fouquet (coopérative funéraire de l'Estrie), Service des communications (UdeS).

Imprimeur : Hebdo Litho
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

En personne : 470, rue Bowen Sud, Sherbrooke
Téléphone : 819 348-0086
Courriel : production@jdrestrie.ca
Site web : www.JdrEstrie.ca

SOMMAIRE

Page éditoriale p. 2
Voix libre p. 3 et 4
Partenaires communautaire
SOS Grosse Estrie p. 5
SAPC p. 5
La Chaudronnée de l'Estrie p. 12
Affaires municipales p. 6 et 7
Société p. 8, 9 et 18
Communautaire p. 10
Linguistique p. 11
Culture p. 13
Livres p. 14
Poésie p. 15
Psychologie p. 16 et 17
Coopérative funéraire de l'Estrie p. 19
Philosophie p. 20
Sherbrooke collectivité accueillante p. 21
Divertissement p. 22
Annonces communautaires et culturelles p. 23

Financé par le
gouvernement
du Canada



Nancy Mongeau

Nous souhaitons tous qu'une nouvelle année commence par l'espoir. Chaque personne garde en son cœur différents souhaits pour les gens qu'elle affectionne et pour ses propres aspirations, mais nous pensons aussi à la société en général. Inutile de répéter que toutes les crises que nous traversons actuellement nous touchent, que ce soit directement ou de manière empathique.

Nous agissons à la mesure de nos moyens et de nos capacités pour aider les autres ; chaque geste de gentillesse et de soutien porte une dose d'évolution et de chaleur. Il me peine cependant de constater que l'Humanité répète sans cesse les mêmes erreurs et nos collaborateurs en sont souvent inspirés lors de la rédaction de leurs textes. On peut le remarquer dans ce numéro avec le poème de notre camelot Bernard, qui s'insurge contre la guerre en pensant à son ami Sakhy, dont la fille vit au cœur du conflit en Ukraine ; avec les textes de Pierrette qui nous invite à changer de regard sur la pauvreté ; et avec les nombreuses chroniques à caractère social visant à nous sensibiliser ou à nous informer pour lutter contre des biais cognitifs ou des préjugés tenaces.

Au Journal de rue, nous continuons de croire à l'évolution de notre société et nous espérons que le meilleur se produise. C'est pourquoi nous publions aux pages 16, 17 et 20, les articles en psychologie et en philosophie rédigés par nos collaborateurs, lesquels permettent à notre lectorat d'acquérir des outils pratiques de cheminement personnel. Nous invitons également des organismes communautaires, tels que SOS Grosse Estrie et le Service d'aide en prévention à la criminalité, à partager leurs connaissances et à présenter leurs services.

Nouvelle page contre le racisme

Il semble difficile de prendre conscience de nos propres préjugés et partis pris. Nous croyons bien saisir ce qu'est le racisme, mais, quand on creuse la question, on se rend compte que nous en ignorons une importante partie et que nous propageons des préjugés. Si on généralise (les personnes de telle race ou de telle religion pensent ceci) ou si l'on se fie aux stéréotypes (les gens qui proviennent de tel pays font tous cela), il se peut qu'on fasse preuve de racisme. Raciste, moi? Jamais! Et pourtant... N'entend-on pas dire souvent que la faute revient aux immigrants si on attend trop longtemps à l'urgence d'un centre hospitalier ou lorsqu'on paie trop cher pour un loyer difficile à trouver? La corrélation peut sembler évidente, elle fait écho jusque dans les plus hautes sphères décisionnelles de notre société.

Le fait de jeter le blâme sur un groupe de citoyens est-il la solution ou même la réelle source de nos problèmes? Nous constatons que non quand on se rend compte que les gens sur le terrain dans le milieu communautaire, ainsi que dans les réseaux de la santé et de l'éducation, prévoyaient ces crises il y a plusieurs années déjà. On aurait pu les écouter et mettre en place des solutions en

amont afin d'éviter une aggravation des difficultés ciblées.

Ces questions sont complexes. La solution n'est donc pas simple, même pour le gouvernement. Contrairement à une cause de nos problèmes, les nouveaux arrivants sont plutôt perçus comme une solution. En effet, de très nombreuses personnes issues de l'immigration deviennent infirmières, préposées aux bénéficiaires et même médecins. Ces gens travaillent, paient leurs impôts, quoi qu'en disent les croyances populaires.

Le Journal de rue de l'Estrie souhaite éclairer son lectorat au sujet de l'immigration et de la lutte contre le racisme. Vous trouverez un premier article dans ce numéro, et d'autres viendront dans le volume 23, à la page *Sherbrooke collectivité accueillante*.

Nous espérons que vous apprécierez votre lecture et nous vous invitons à collaborer à la production du Journal de rue en vous impliquant bénévolement. Communiquez avec nous pour plus d'information sur ce que vous pouvez accomplir au sein de notre organisme de bienfaisance enregistré.

L'importance de la langue

Pierrette Denault

À la page 21 de ce numéro, je vous présente des gens que j'ai eu la chance de rencontrer à Sherbrooke au cours de ma vie. Quel bonheur de partager avec vous, même brièvement, leurs histoires dans notre nouvelle page sur l'immigration. Ces gens et bien d'autres se sont intégrés à la société québécoise et enrichissent maintenant notre communauté.

Toutefois, rien de tout cela n'aurait été possible sans le pouvoir de la langue. Communiquer étant la clé maitresse de l'insertion, je m'explique mal certaines décisions annoncées cet automne concernant la fermeture de classes de francisation... un outrage dont plusieurs personnes immigrées se remettront difficilement ou peut-être jamais, certains préférant quitter le Québec. Je m'explique mal pourquoi le gouvernement actuel modifie le financement de façon sauvage faisant passer de 28 à 5 le nombre de classes de francisation à l'école Saint-Michel. Selon le Syndicat de l'enseignement de l'Estrie, la décision du gouvernement fera disparaître 70 emplois alors que 600 personnes immigrantes n'auront plus accès à ce service. Le mécontentement est

répandu chez les enseignants : pour avoir enseigné pendant 35 ans, je connais l'importance des équipes-écoles. La tâche partagée au quotidien avec ces collègues de longue date est une grande motivation. Qu'en est-il dans le cas qui nous préoccupe de l'expertise de cette équipe qui, au fil des ans, a tissé des liens très serrés et qu'on démantèle sans préavis!

Ces compressions déguisées entraîneront des conséquences sur le quotidien et l'avenir de plusieurs personnes : que de parcours interrompus, de rêves brisés, de liens de confiance à vau-l'eau. Est-ce ainsi qu'on « prend soin », monsieur le ministre de la Francisation?!

De la souffrance à la reconnaissance

Gérard Favreau

Bonjour, je m'appelle Gérard et je suis camelot. On ne rêve pas de devenir camelot, on le devient par la force des choses. J'étais voué à un bel avenir. À l'âge de 5 ans, on me voyait docteur. Hélas, il y a eu un événement qui a tout changé.

Lorsque j'avais justement 5 ans, ma mère a voulu me tuer. Donc, à la suite de cela, j'ai subi un violent choc post-traumatique, qui a eu pour conséquence une incapacité à fonctionner en société, et ce, pendant une bonne partie de ma vie. Par exemple, les employeurs ne voulaient pas d'un employé avec des problèmes de santé

mentale. Exclu du marché du travail, j'ai suivi le chemin de la pauvreté.

J'aurais voulu un bon travail, une vie normale, avec une bonne pension. Malheureusement, ce n'est pas ce qui est arrivé. Je ne dis pas cela pour me plaindre, mais ce fut ma réalité pendant longtemps.

Aujourd'hui, j'ai une vie acceptable pour moi. J'ai un toit sur la tête, je mange à ma faim, je prends soin de moi, je suis en santé, j'ai ce travail de camelot que j'apprécie. Et je suis très fier de mon cheminement.

Je tiens à souhaiter un joyeux Noël dans la paix à mes clients et une bonne et heureuse année 2025. Je vous dis merci du fond du cœur pour l'amour que vous m'offrez et l'encouragement que vous m'apportez en achetant le journal. J'ai beaucoup de reconnaissance envers vous et je me considère chanceux que vous soyez dans ma vie. Je remercie également le Maxi Portland de si bien m'accueillir chaque semaine.



Gérard Favreau, camelot du Journal de rue de l'Estrie.

* Source : Jean-François Dupuis © 2022

PS – Si vous avez un manteau d'hiver 4XL et que vous voulez le donner, appelez au Journal de rue (819 348-0086). Merci beaucoup!

Des vêtements à donner ?

Nous sommes à la recherche d'un manteau de très grande taille pour Gérard. Veuillez noter que, sauf dans des cas d'exception comme celui-ci, le Journal de rue n'accepte pas les dons de vêtements. Si vous souhaitez vous départir de vêtements, apportez-les au Partage Saint-François, au Comptoir familial de Sherbrooke ou chez Estrie Aide. Ces organismes luttent directement contre la pauvreté à Sherbrooke et offrent des vêtements gratuits ou du matériel à des personnes dans le besoin (comme nos camelots) et au Journal de rue.

Les artères de mon cœur

Mathieu K. Blais

La rue Morkill évoque le souvenir de Richard Dalby Morkill, cependant je n'ai aucun souvenir de cette rue, puisque je viens tout juste d'y déménager.

Tout comme Emily Brontë et Karl Marx, Morkill est né en 1818. À l'âge de 18 ans, il réalise son rêve en quittant l'Angleterre pour le Bas-Canada. Il s'installe dans un tout petit hameau en plein essor surnommé « Les Fourches ».

En m'installant sur la rue Morkill, je réalise aussi une sorte de rêve. J'ai toujours adoré son nom qui sonne comme celui d'un groupe *death metal* que l'on pourrait traduire par « plus de meurtres ».

Je lui imagine des titres à succès tels que *My Funny Psychopath*, *Stabbed with a Toothbrush* ou encore *Bloody Bubble Bath*.

En 1840, Morkill ouvre le premier magasin général de Sherbrooke avec, à ses côtés, Luvia Doolittle Osgood qu'il vient tout juste d'épouser.

Récemment séparé, j'ai sous-loué la petite maison centenaire d'un couple de cyclistes qui a décidé de prendre une année sabbatique pour pédaler jusqu'au Mexique.

Las de vendre de la moulée à cochons, Morkill se lance en politique et devient maire de Sherbrooke en 1873, veuf en 1881, pierre tombale en 1900 et, finalement, petite rue oubliée en 1991.

Il n'y a pas de passé pour moi sur la rue Morkill. Il n'y a que de l'avenir. De l'avenir et des légions de questions.

Combien de matins me reste-t-il à me lever? Combien coûte une concession au cimetière? Combien vaut mon cœur sur le marché noir? Combien de rues vais-je encore habiter? Combien d'entre elles vont s'ajouter à mon système sanguin pour irriguer mon cœur de souvenirs?

Je n'ai jamais habité sur la rue qui porte mon nom de famille, celle dédiée à Omer Blais, ingénieur et échevin municipal avec qui je n'ai aucun lien de parenté.

Contrairement à Richard Dalby Morkill, je ne serai jamais une rue.

Pour devenir une rue, encore faut-il mourir. Et encore faut-il le mériter. Idéalement on est conquérant, fondateur



* Source : Mathieu K. Blais © 2024

ou homme d'affaires. Ça augmente les chances d'être sélectionné.

Si je régnais sur le comité de toponymie, je donnerais aux rues les noms de gens décédés et que j'ai connus, mais qui n'ont rien fait pour mériter un tel honneur, sauf celui d'avoir traversé ma vie, comme on traverse une rue sans regarder, avant de disparaître au bout d'une autre.

Ainsi, je pourrais habiter sur les rues Gérard-Foucault, Donald-Grondin, Claudette-Arès, Gilles-Perreault, Arturo-Sanchez, Louise-Manseau, Claude-Drouin, Jonathan-Miller, Diane-Aubé, Wesley-Evans, Charles-Antoine-Chenay,

Jeanne-Sévigny, Martin-Richard, Jean-François-Miquelon, Isabelle-Boisvenu...

Mais c'est peine perdue.

Il n'y aura jamais assez de rues au monde pour porter les noms de tous ceux que je ne veux pas qu'on oublie.

La chronique *Les artères de mon cœur* est une autofiction historique : ce récit mêlant la fiction et l'autobiographie de l'auteur rapporte des éléments historiques véridiques au sujet de noms de rue à Sherbrooke.

Florence

Luc Breton

Le beau Félix aux cheveux bouclés et au regard angélique me rend dingue quand il me demande : « Grand-papa, est-ce que je peux aller te voir à la campagne ? » Quel privilège d'avoir un enfant dans sa vie et quelle joie pour un enfant d'avoir un grand-parent! Ma grand-mère maternelle, Florence, habitait tout près de la maison de mes parents dans notre village. De l'amour, des becs sur la bouche, de la bonne humeur, du sucre à la crème, de la tarte au chocolat, des beignes. Ce qui se passait chez elle, restait chez elle et on savait très bien que grand-maman serait complice du méfait et muette face à ma mère.

Au milieu des années 1980, ma marraine Jeanne enregistre sur une cassette le récit de ma grand-mère qui, pendant deux heures, survole son histoire. Cet enregistrement voyage dans sa famille de onze enfants, chez les petits-enfants et, en 2017, une autre tante m'en fait cadeau.

Trente ans s'écoulaient entre le décès de Florence en 1987 et le moment où j'écoute la cassette. Installé confortablement, seul, je suis fébrile, ce que je vis est irréel. Sa voix, ses intonations, son rire taquin tout en retenue, ses expressions anglaises héritées de sa mère irlandaise. Son rythme est lent et continu. Elle suit religieusement les étapes de sa vie, de son premier emploi à l'Hôtel Marbleton jusqu'à la mort de mon grand-père. Elle décrit avec précision sa tenue de mariage et celle de son époux lors de leur union le 28 novembre 1922. Le

voyage de noces se fera attendre 25 ans, direction Boston et Rhode Island, où habitent la plupart des membres de la famille de Georges. Elle reprend son souffle et interprète une chanson en français et une autre en anglais. Un moment bouleversant qui me touche droit au cœur. Je ferme les yeux et je la vois, dans sa chaise berçante.

Sans tomber dans le misérabilisme et les détails superflus, elle évoque à mots couverts que vivre avec ses beaux-parents pendant seize ans, dans une très petite maison sans commodités, alors qu'un nouveau-né arrive tous les dix-huit mois, demande un certain courage. Mon grand-père occupe différents emplois, huissier, postier, maître d'église, il aime la boisson. Florence ne s'apitoie pas sur son sort, « même si l'argent est rare ».



Florence, la grand-mère de Luc, à ses noces d'or le 28 juillet 1972.

▪ Source : Luc Breton © 1972.

Les conventions sociales et les sensibilités de l'époque musèlent la parole des femmes, cristallisent les croyances religieuses. Malgré ces injonctions, ma grand-mère, qui déteste viscéralement René Lévesque et le Parti Québécois, se prononce ouvertement. Les changements sociaux des années 1960-70 ébranlent ses certitudes. Florence encaisse en silence cette révolution tranquille et l'insolence de la nouvelle génération, mais demeure une figure tutélaire pour son clan.

Quelques mois après son décès, mon amoureux est entré dans ma vie sur un plateau d'argent. Les grand-mères auraient-elles un certain pouvoir sur notre destinée ? J'aimerais croire que, de là-haut, je ferai de beaux clins d'œil à Félix, mon petit prince.

À la manière de Luc Breton, nous vous invitons à partager un souvenir personnel avec le lectorat du Journal de rue. Longueur du texte : 450 mots maximum.

Soumettez-le à l'adresse production@jdrestrie.ca.

Un compagnon pour contrer la solitude

Stéphane Duperron

Concernant ma chronique de fin d'année, je vous partage l'incidence de l'arrivée de ma chienne Luna dans ma vie.

Avant celle-ci, j'avais adopté un autre chien qui n'était pas mon premier choix à l'époque. J'étais bénévole à la SPA de l'Estrie et il y avait un mâle de trois ans qui ressemblait à Luna, il s'appelait Boris. Avec le remboursement d'impôt surprise que j'avais reçu, je me suis dit que je reviendrais le chercher. Malheureusement, lorsque je suis revenu, il avait déjà trouvé preneur. Il ne restait plus qu'un chien de disponible, donc c'est lui que j'ai pris comme compagnon, je l'ai nommé Boudha, j'ai été un bon maître pour lui. Avec ses 130 livres, il ressemblait à Scooby Doo, mais en vrai.

Un an plus tard, la vie m'a offert un cadeau, Luna, sept mois. Un voisin, qui

savait qu'elle subissait de mauvais traitements, l'a confisquée à son maître et remis à un autre voisin qui avait déjà une autre femelle Labrador, Molly. Cela faisait deux semaines qu'elle était chez lui, et mon Boudha était seul pendant mes journées de travail.

Mon voisin, quant à lui, ne pouvait plus la garder. Il souhaitait cependant qu'elle demeure dans le voisinage pour la voir grandir. Donc, je lui ai offert de la prendre avec moi pendant un certain temps, cela ferait un compagnon pour Boudha. Après une semaine, ça allait vraiment bien, je l'ai donc fait enregistrer à mon nom. Nous avons formé un beau trio pendant deux ans, Luna, Boudha et

moi. Puis, j'ai décidé de confier ce dernier à un jeune couple, alors qu'il avait cinq ans, pour me concentrer davantage sur mon affectueuse et loyale Luna.

Voilà où la présence de Luna dans ma vie prend tout son sens : dans le film « seul au monde », Tom Hanks avait son Wilson, moi, j'ai ma Luna. Je me suis senti bien souvent seul au monde, j'ai toujours recherché la vie à deux, sans succès. Luna fait office de présence, c'est une amie, une « partner ». Nous ne sommes plus seuls au monde. Voilà l'incidence de son arrivée dans ma vie.



Stéphane et sa chienne Luna

▪ Source : Marie-Thérèse Lebeau, Journal de rue de l'Estrie © 2024

SOS Grossesse Estrie

L'équipe de SOS Grossesse Estrie

À qui s'adresse l'organisme

Depuis 1988, SOS Grossesse Estrie est le seul organisme pro-choix reconnu en Estrie dans la région, par le CIUSSS de l'Estrie CHUS, à détenir une expertise d'intervention et de prévention pour les grossesses imprévues. Les services s'adressent aux jeunes filles, aux femmes, aux personnes trans ou non-binaires qui vivent une grossesse imprévue, qui craignent d'être enceintes ou qui vivent une situation difficile durant la grossesse.

De plus, les services peuvent s'étendre à l'entourage ou au réseau de la personne (partenaire, proche, famille, équipe d'intervention, personne-ressource, etc.).

Depuis sa création, l'organisme a aidé et sensibilisé des milliers de personnes, tout en couvrant les neuf MRC de l'Estrie.

Les cartes en main pour faire ton choix

L'organisme offre différents services pour t'aider à faire ton choix lors d'une grossesse imprévue ou d'une situation difficile pendant la grossesse.

Nos services d'aide sont pro-choix, gratuits, confidentiels et bilingues. Deux volets sont pris en charge par l'organisme.

Volet intervention

Nous offrons de l'écoute téléphonique, de l'aide par courriel ou par clavardage en ligne, des rencontres d'aide au choix, des tests de grossesse gratuits en présence d'une intervenante, des références vers d'autres ressources, ainsi que de l'accompagnement à l'interruption de grossesse.

Volet prévention

Nous offrons également plusieurs services de sensibilisation et de prévention, notamment des kiosques, des animations, des ateliers, des formations ou toutes autres activités pertinentes.

La sensibilisation est un outil essentiel pour connaître les ressources d'aide véritablement fiables et il est primordial d'en promouvoir la visibilité.

Grossesses imprévues

Comme aucune méthode contraceptive n'est sûre à 100 %, une grossesse

imprévue peut arriver. Des statistiques rapportent qu'environ une grossesse sur deux n'est pas prévue.

D'un autre côté, une femme sur trois aura recours à un avortement au cours de sa vie. Il nous apparaît donc essentiel que nos services d'aide soient bien connus de la population.

L'idée que les grossesses non planifiées concernent surtout les adolescentes étant très répandue, il est important de savoir qu'en fait, toute personne sexuellement active est à risque.

Libre-choix

En cas de grossesse imprévue, il revient à la femme enceinte de faire le choix qui lui semble le mieux selon son vécu, ses croyances, sa culture, sa religion, etc. À SOS Grossesse Estrie, nous offrons du soutien et accompagnons toute personne dans son processus de décision, et ce, sans jugement. Nous croyons fermement au choix libre et éclairé : chaque personne a la capacité et la pleine autonomie de décider pour elle-même, ainsi que pour son corps, puisqu'il s'agit d'un droit.



Pour plus d'information ou pour nous joindre : SOSGrossesseEstrie.org
Tél. : 819 822-1181,
ou sans frais 1 877 822-1181

* Source : SOS Grossesse Estrie © 2024.

D'ailleurs, il existe seulement trois organismes d'aide, d'intervention et de références pro-choix au Québec :

- SOS Grossesse Estrie
- SOS Grossesse (Québec)
- Grossesse-Secours (Montréal)

SOS Grossesse Estrie est là pour toi, sans jugement ni influence, quel que soit ton choix !

Services d'aide en prévention de la criminalité

De 1964 à 2024 : 60 ans d'engagement communautaire

Amélie Demers, conseillère clinique au Centre résidentiel communautaire L'Étape du SAPC

Le 11 décembre 2024, les Services d'aide en prévention de la criminalité (SAPC) célèbre son 60^e anniversaire. 60 années d'engagement envers la communauté en prônant des valeurs de respect, de sécurité et de justice.

Les premières pierres de l'organisme furent posées en 1958 par un groupe de citoyens bénévoles, désireux d'établir un pont entre les détenus de la prison Winter de Sherbrooke et la collectivité. Ainsi naissait le Service d'aide aux prisonniers, qui veillait à procurer divers articles religieux comme des bibles aux détenus. Six ans plus tard, le 11 décembre 1964, c'est le SAPC qui voyait officiellement le jour, aidant principalement les prisonniers dans leurs besoins spirituels, moraux, intellectuels et physiques.

Il nous semble important de souligner l'ouverture, en 1978, du Centre résidentiel communautaire (CRC) La Traverse. En 1988, eut lieu l'inauguration du CRC L'Étape, dont l'offre de service est axée sur des résidents qui vivent avec une problématique de toxicomanie. Sommairement, l'intervention en CRC vise à offrir

un milieu de vie transitoire chaleureux et adéquat aux contrevenants.

Depuis 60 ans, le SAPC offre un accompagnement spécialisé pour répondre aux besoins et favoriser la réinsertion sociale de tout individu présentant des difficultés d'adaptation en société. Les bénéficiaires peuvent être des personnes contrevenantes, des personnes défavorisées, des personnes à la santé mentale fragile, toxicomanes, en situation d'itinérance ou tout autre type de personne réclamant aide et soutien. Son apport social et communautaire contribue à lutter contre la pauvreté et l'exclusion, ce qui favorise une diminution significative de la criminalité.

Le SAPC propose une intervention personnalisée qui répond aux besoins spécifiques de chaque individu afin qu'il se ré-

alise et qu'il développe des compétences. Les programmes suivants visent à prévenir la récidive tout en favorisant la réintégration au sein de la communauté : le Programme d'accompagnement justice et intervention communautaire, le Suivi communautaire, le Programme de travaux compensatoires, L'ÉtincELLE/Programme mère-enfant(s), le programme bénévole, le CRC La Traverse et le CRC L'Étape.



Merci à tous les employés et partenaires qui ont, depuis 60 ans, laissé leur marque au SAPC et qui ont contribué à son déploiement.

À écouter...

Les voix de la réhabilitation est un balado offrant un aperçu touchant et constructif du milieu de l'intervention, ainsi que de la vie des personnes judiciairisées et de certaines victimes.

Il s'adresse aux organismes de réintégration ou oeuvrant en milieu carcéral, ainsi qu'aux intervenants et intervenantes, même novices ou qui sont encore sur les bancs d'école. Ce balado vise aussi à rejoindre le grand public, afin de le sensibiliser à cette réalité encore méconnue et lever des barrières psychologiques à l'égard des individus marginalisés sortant de détention.

Parmi les principaux sujets touchés, on aborde l'employabilité d'anciens détenus, la justice réparatrice, la réintégration sociale des personnes âgées, la réintégration des personnes autochtones. On parle aussi d'individus ayant des problèmes d'enjeux de santé mentale, de déficience intellectuelle ou atteints d'un trouble du spectre de l'autisme et des femmes.

Source : Association des services de réhabilitation sociale du Québec

Quatre intersections du centre-ville plus sécuritaires

Gabriel Martin

La Ville de Sherbrooke travaille à des modifications importantes à quatre intersections stratégiques du centre-ville, situées sur la rue King, entre les rues Wellington et Saint-François. Ces travaux visent à renforcer la sécurité des piétons tout en maintenant une circulation automobile fluide.

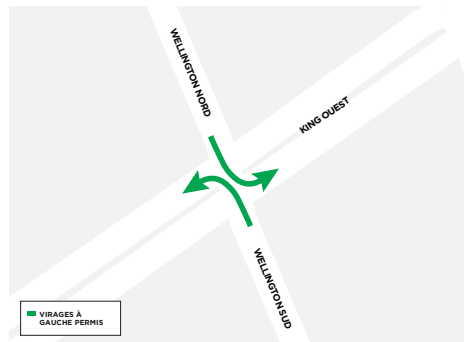
Les travaux ont débuté le 12 novembre à l'intersection des rues King Ouest et Wellington. Les feux de circulation ont été modifiés pour permettre un virage à gauche depuis Wellington Nord et Wellington Sud vers King Ouest. En outre, le signal de passage piéton sera

désormais activé automatiquement en journée et en soirée.

Les travaux se poursuivront avec divers ajustements des feux de circulation aux intersections de la rue King Ouest avec les rues du Dépôt, des Grandes-Fourches et

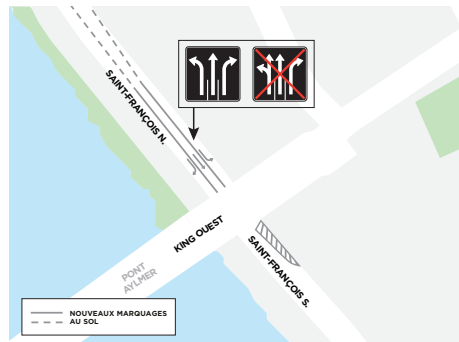
Saint-François Nord. Une modification importante concernera également la rue Saint-François Nord : la voie de gauche, qui permettait jusqu'ici de continuer tout droit ou de tourner à gauche, sera désormais réservée uniquement aux virages vers la rue King Est.

Pendant les travaux, des signaleurs seront présents pour diriger la circulation, et des ralentissements sont à prévoir. À terme, la sécurité des piétons, qui préoccupe nombre de citoyens et citoyennes, devrait s'en trouver bonifiée.



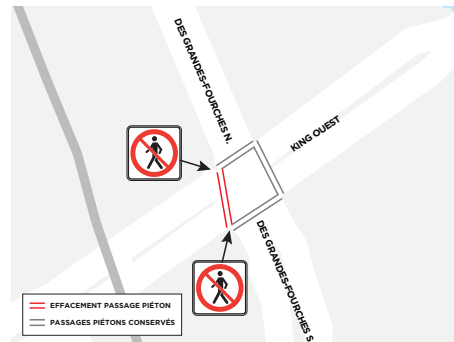
Le plan du coin des rues King Ouest et Wellington (Nord et Sud)

▪ Source : Ville de Sherbrooke © 2024



Le plan du coin des rues Saint-François (Nord et Sud) et King Ouest

▪ Source : Ville de Sherbrooke © 2024



Le plan du coin des rues Des Grandes-Fourches et King Ouest

▪ Source : Ville de Sherbrooke © 2024

Déneigement

La Ville de Sherbrooke a sous sa responsabilité l'entretien d'environ 1100 km de rues, 380 km de trottoirs et 200 km de pistes cyclables. Pour toute demande ou observation concernant le déneigement, il est en tout temps possible de joindre le service concerné par téléphone (au 819 821 5858) ou avec un formulaire en ligne (disponible au sherbrooke.ca, sous l'onglet *Services à la population*, rubrique *Entretien des routes*, section *Opérations de déneigement*).

Merci à tous ceux et celles qui nous soutiennent généreusement

JOYEUX TEMPS DES FÊTES!

La Chaudronnée de l'Estrie
470, rue Bowen Sud
Sherbrooke (Québec) J1G 2C7

www.chaudronweb.org/wp/faire-un-don

Nouvelle taxe sur l'immatriculation à Sherbrooke

Gabriel Martin

À compter du 1^{er} janvier 2025, la taxe sur l'immatriculation des véhicules de promenade s'appliquera sur tout le territoire de Sherbrooke. La taxe, d'un montant de 34 \$, sera incluse dans les avis de renouvellement de la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ), envoyés aux propriétaires de véhicules concernés.

La mesure, adoptée par le conseil municipal en mai dernier, vise à financer le développement du transport collectif local. La Ville entend utiliser les fonds recueillis pour mettre en œuvre le *Plan stratégique de développement du transport en commun 2023-2032* de la Société de transport de Sherbrooke.

La taxe sur l'immatriculation vise les véhicules de promenade à usage personnel, comme les automobiles, les véhicules utilitaires sport et les minifourgonnettes destinées à transporter moins de dix personnes. Les véhicules commerciaux, institutionnels, ainsi que les motocyclettes et cyclomoteurs sont pour leur part exemptés.

Les avis de renouvellement envoyés par la SAAQ incluront cette nouvelle taxe dès novembre 2024 pour les paiements anticipés. Les citoyens qui prévoient



La nouvelle taxe contribuera à financer le transport collectif à Sherbrooke.

• Source : Société de transport de Sherbrooke © 2021.

quitter la province pour une longue période peuvent d'ores et déjà s'acquitter des frais d'immatriculation en personne dans un centre de service de la SAAQ.

Pour des renseignements supplémentaires, la Ville invite la population à consulter la page web dédiée sur son site (sherbrooke.ca/taxe-immatriculation) ou à contacter la Division du revenu, par courriel (revenu@sherbrooke.ca) ou par téléphone (819 821-5626, poste 2).

Parcours photo Sherbrooke 10^e anniversaire

Présenté jusqu'en septembre 2025 à la promenade du Lac-des-Nations, le Parcours Photo Sherbrooke *Ville en mouvement* constitue un événement culturel et touristique d'envergure voué à la promotion de la photographie dans les Cantons-de-l'Est.

Ces expositions sont une initiative de photographes régionaux passionnés, en collaboration avec Destination Sherbrooke, la Ville de Sherbrooke, le Musée des beaux-arts de Sherbrooke, le Club photo de Sherbrooke et le Comité Arts et Culture Jacques-Cartier.

La Ville remercie le comité organisateur composé du Musée des beaux-arts de Sherbrooke et du Comité Arts et Culture Jacques-Cartier.

Évelyne Beaudin

Mairesse de Sherbrooke

mairie@sherbrooke.ca

819 823-8000



Changer de regard

Pierrette Denault

Le Journal de rue de l'Estrie vous invite à profiter du temps des Fêtes et du début de cette nouvelle année pour changer votre regard sur les personnes en situation de précarité.

Nous savons tous à quel point les préjugés sont tenaces lorsqu'il s'agit de pauvreté. On cultive à l'égard des personnes pauvres des idées préconçues, on prononce des jugements à la hâte, on ne mesure pas toujours les conséquences de nos paroles. Et si on se faisait collectivement le cadeau de regarder autrement, de remettre en question nos perceptions?

Le mépris a un prix

Prenons le temps d'observer les conséquences de nos préjugés — elles sont nombreuses et insidieusement enracinées. Les préjugés blessants

stigmatisent les personnes visées. Se faire traiter de paresseux, de profiteur, d'irresponsable et même de coupable de sa situation n'a rien de productif. Qui peut le mieux mesurer les impacts de tels propos sur la personne que l'on dénigre? Poser la question, c'est y répondre. Dans le cadre de la rédaction du livre *Livraison directe*, j'ai eu l'occasion de recueillir des témoignages troublants à ce sujet. Plusieurs facteurs peuvent mener une personne vers une situation de précarité : maladie, guerre, perte d'emploi, violence, séparation, etc. De manière sournoise (ou même frontale), on pointe du doigt les

personnes victimes de pauvreté. Les médias sociaux, les radios-poubelles pullulent d'exemples qui véhiculent des préjugés menant à l'exclusion. Conséquence : la personne pauvre à qui on martèle le message, et qui l'endosse bien malgré elle, finit par se mettre en retrait. Souvent même, elle se retire de sa vie familiale, de toute vie sociale.

Une citoyenneté à part entière

Qu'attendons-nous pour remettre à leur place les grandes gueules qui répandent leur venin au sujet des personnes pauvres? Nous avons ce pouvoir. Celui de faire preuve de compassion et de solidarité envers les plus démunis, de devenir leurs alliés... Si on changeait notre regard. Si on acceptait le fait qu'une personne vivant une situation de précarité a droit elle aussi à une citoyenneté à part entière, on contribuerait alors à l'aider à (re)trouver sa place dans la cité.

La Loi visant à lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale définit la pauvreté comme étant la condition dans laquelle se trouve un être humain qui est privé des ressources, des moyens, des choix et du pouvoir nécessaires pour acquérir et maintenir son autonomie éco-nomique ou pour favoriser son intégration et sa participation à la société.

LIVRAISON DIRECTE
Au cœur du Journal de rue de l'Estrie



Encouragez nos camelots
en vous procurant ce livre produit par le Journal de rue.
Tous les profits iront au Fonds des camelots pour la participation à des activités sociales et l'achat de produits essentiels.
Disponible chez les partenaires suivants : **Biblarie GGC, Librairie Les Deux Sœurs et Librairie Appalaches.**


Pierrette Denault a rédigé une série d'entrevues avec des personnes vivant de la pauvreté qu'on peut lire dans ce recueil du Journal de rue de l'Estrie

▪ Source : Journal de rue de l'Estrie © 2023

Ensemble, mettons en pratique le proverbe amérindien suivant : « Ne juge aucun homme avant d'avoir marché avec ses mocassins durant deux lunes. »

« C'est notre regard qui enferme souvent les autres dans leurs plus étroites appartenances, et c'est notre regard aussi qui peut les libérer. »

Amin Malouf, *Les identités meurtrières*

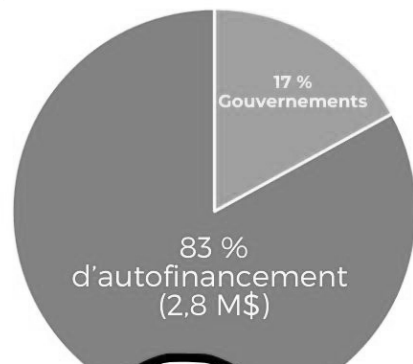


MOISSON ESTRIE

Tous les jours, chaque semaine, toute l'année

www.moissonestrie.com

Notre financement



17 %
Gouvernements

83 %
d'autofinancement
(2,8 M\$)

Saviez-vous que pour chaque 1 \$ donné à Moisson Estrie, nous arrivons à redistribuer des denrées d'une valeur de 14 \$?

Nos actions

1 257 689 KG
de denrées récoltées
chez + de 72 fournisseurs

=

Valeur marchande redistribuée
15,6 M\$

Nous redistribuons à + de
60 ORGANISMES
communautaires en Estrie

+

18 468
dépannages alimentaires
remis directement

ENSEMBLE, DONNONS du **COEUR...** aux **VENTRES**

Une course éternelle contre la fraude

Patricia Wellington Leclerc

En ce moment même, des fraudeurs n'attendent que vous pour vous dépouiller. Les antivirus portent à croire qu'ils nous protègent. Est-ce vrai ? Est-ce la seule solution ? Non. Ce dénouement vous appartient.

L'accès aux courriels, aux numéros de téléphone et aux réseaux sociaux ouvre la porte aux malveillants. Qui n'a pas eu vent des vols d'informations des membres de la caisse populaire Desjardins. Eh bien, j'en fais partie. Plus tard, pendant la Covid, je reçois un SMS. Un montant du gouvernement doit être déposé dans mon compte. Cela a du sens, j'attends justement un dépôt de celui-ci de la somme indiquée. Je clique sur le lien et me voilà devant une fenêtre requérant l'inscription de ma carte de débit ainsi que mon mot de passe. Rien de bizarre, le site semble si réel. Par la suite, j'ai la nécessité de répondre aux questions de confidentialité. Tous les choix des questions sont présents, je dois simplement répondre à celles que j'ai adoptées sur mon compte accèsD. Sans réfléchir, je continue. À ce moment, la quête de mon numéro de carte de crédit. Vertige ! Je suis face à un cambrioleur. Sous le choc, j'arrête tout. Je prends la direction de mon compte bancaire de façon sécuritaire, je change mon mot de passe et mes questions confidentielles, je contacte Desjardins, qui me félicite de ma rapidité d'action, et ils annulent ma carte de débit. Fiou, j'y suis presque passée.

Facebook, des jeunes gens d'un pays lointain, tous plus beaux l'un de l'autre, font croire à une relation amoureuse qui durera éternellement. Un mois passe, et les demandes d'argent commencent. À la

suite d'un refus, ils deviennent violents, vous faisant passer pour une personne sans cœur. Et cela fonctionne. La victime se sent injuste et donne de l'argent sans compter. Elle l'aime sincèrement et lui ne souhaite que du bien. Malheur à l'arnaqué, en plus de perdre son argent, il s'appauvrit d'amour-propre.

N'oublions pas les appels téléphoniques qui vous embobinent d'un dû au gouvernement, et proposent d'acquitter la somme par carte de crédit. Cette manœuvre carbure vraiment. Le gouvernement ne contacte pas par téléphone ou par courriel pour réclamer le paiement d'une dette par carte de crédit, ni pour quémander vos informations bancaires.

Pour finir, emprunter de l'argent via un micro prêt peut aider à se sortir d'un moment délicat. Cependant, des frais administratifs ne peuvent être demandés. C'est illégal ! Ne payez pas et fermez net la conversation. Les escrocs vous tiendront en laisse, vous extorquant sans cesse des montants entre 80 \$ et 250 \$ pour vous assurer de recevoir ce prêt qui ne vient jamais. Tristesse à celui qui est déjà sans le sou.

Soyez vigilants. Des malcommodes profitant du malheur des autres sont présents partout. Cela porte à réfléchir, alors réfléchissez !



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

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

«Connaitre, Aimer, Servir»

819 565-3667 | 373, rue King Est, bureau 230-B
genevieve.hebert.safr@assnat.qc.ca | Sherbrooke (QC) J1G 1B4

MERCI DE DONNER AU SUIVANT GRÂCE À VOUS...



Nous venons en aide aux gens dans le besoin et subventionnons plusieurs organismes communautaires sherbrookois.

Deux adresses à Sherbrooke

151, rue Bowen Sud

1555, rue Dunant

Tél. : 819 569-5336

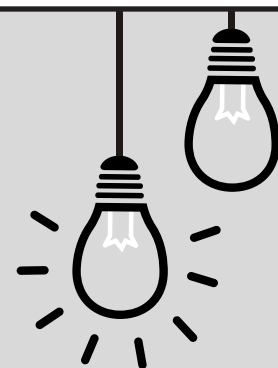
Dons acceptés 7 jours / 7

comptoirfamilialdesherbrooke.com

LE
**COMPTOIR
FAMILIAL**
DE SHERBROOKE

ÊTRE DES NÔTRES, UN CHOIX VALORISANT!

Saviez vous que...



Le CIME peut vous aider à mettre en place votre politique de prévention de la discrimination, de l'intimidation et du harcèlement en milieu de travail et de formation?

cime
CENTRE D'INTÉGRATION
AU MARCHÉ DE L'EMPLOI

Pour **+** d'information

www.cime-emploi.com
elisas@cime-emploi
819 446-3779

Caritas Estrie lance une nouvelle bougie de Noël

Gabriel Martin

Le 14 novembre dernier, Caritas Estrie a lancé sa 41^e campagne de la bougie de Noël. Cette année encore, la vente de cette bougie permettra de récolter des fonds pour lutter contre la pauvreté dans la région. L'an passé, 84 initiatives locales ont bénéficié de cette campagne annuelle.

La cérémonie de lancement s'est déroulée à la Chaudronnée de l'Estrie, un organisme bien connu dans la communauté pour ses services de repas

destinés aux personnes en situation de pauvreté et pour son service de fiducie volontaire. François Lemieux, coordonnateur de l'organisme, a pris la parole pour souligner l'importance de la solidarité locale, et a rappelé que chaque contribution, même modeste, fait une différence.

Il est possible d'obtenir la bougie de Noël de Caritas Estrie en échange d'un don de 5 \$ ou plus. Elle sera notamment offerte au Marché Prospect, à Sercovie, à la place Belvédère (le 13 décembre) et au Canadian Tire du Plateau Saint-Joseph (les 13, 14 et 15 décembre). Pour obtenir davantage d'informations, il est possible de contacter directement Caritas Estrie (au 819 566-6345) ou de joindre sa directrice générale, Nadia Choubane (au 819 342-2036).



La marche est l'expérience de la simplicité. Plusieurs sentiers publics aménagés en Le lancement de la campagne de la bougie a eu lieu en présence de plusieurs bénévoles, Chevaliers de Colomb, partenaires et membres du conseil d'administration de Caritas Estrie.

▪ Source : Nancy Mongeau, Journal de rue de l'Estrie © 2023

- LA GROTTTE DE LANTERNES -
AU MARCHÉ DE NOËL

HIVER DE LUMIÈRES

**AU MARCHÉ DE LA GARE
DE SHERBROOKE 13 H À 16 H**

30 NOV-1 DÉC / 7-8 DÉC / 14-15 DÉC

**DÉAMBULATOIRE
LE 15 DÉCEMBRE À 16 H**

INFORMATIONS : [PETITESLANTERNES.ORG/HIVERDELUMIERES](https://petiteslanternes.org/hiverdelumieres)

Bardanes, craquias, toques ou picpics? Une question épineuse

Gabriel Martin, linguiste

Il y a quelques semaines de cela, une collaboratrice m'interrogeait sur les capitules de bardanes, ces petites boules épineuses qui s'accrochent couramment aux vêtements des randonneurs et à la fourrure des animaux. Constatant qu'on les nomme différemment selon la région, elle m'a demandé de lister les principales désignations en usage sur le territoire québécois.

À l'instar de nombreuses plantes, la bardane s'est vu attribuer divers surnoms populaires au fil des années. Un coup d'œil dans l'incontournable *Glossaire du parler français au Canada* (1930) permet d'apprécier la profusion lexicale à laquelle les espèces du genre *Arctium* donnaient déjà lieu il y a un siècle. En effet, l'ouvrage dissémine à travers ses pages une quinzaine de désignations plus ou moins communes des bardanes ou de leurs capitules : aux évocateurs *piquants*, *teignes* et *toques* qu'il recense, s'ajoutent ainsi les pittoresques *artichauts*, *diabes*, *lépacs* et *rapacs*, de même que les multiples *crakias*, *grakias*, *grateaux*, *graterons*, *gratias*, *grattons*, *glouterons* et *gloutons*.

Le *Parler populaire du Québec et de ses régions voisines* (1980), une précieuse source d'informations géolinguistiques récoltées de 1969 à 1973, aide à affiner le portrait en fournissant des données sur les emplois traditionnels les plus fréquents et sur leur distribution géographique. Quelques désignations ressortent du lot lorsqu'on croise les relevés de l'entrée *bardane* (volume 5, question 1033) avec des corpus récents. On constate ainsi que les formes *craquia* et *graquia* sont assez présentes dans les parlers de l'Ouest (représentés par Montréal), tandis que le nom *toque* domine dans les parlers de l'Est (représentés par Québec). On note par ailleurs que, dans les parlers acadiens, la faveur va principalement au surnom poétique d'*amoureux*, une allusion à la manière dont les capitules de bardane s'accrochent aux gens comme s'ils en étaient épris.

Certaines de ces formes, peu usitées en Estrie, pourront étonner le lectorat du *Journal de rue*. À Sherbrooke, en effet, on réfère habituellement au capitule de la bardane avec le nom masculin *picpic*, parfois simplifié en *pipic*.

Bien qu'il soit peu attesté à l'écrit et dans les travaux linguistiques, ce nom est beaucoup plus courant dans la région que ses autres équivalents.

Ainsi donc, alors que le français du Québec est largement standardisé et qu'il tend à s'homogénéiser, quelques régionalismes comme *craquia*, *toque* et *picpic* distinguent encore les parlers locaux. Anecdотiques en apparence, ces particularismes méritent en fait d'être célébrés et protégés pour ce qu'ils sont : de précieux fragments du patrimoine linguistique aptes à susciter des discussions enjouées, voire par moment à faire réfléchir sur des questions aussi fondamentales que la transmission culturelle et les identités collectives.

Les petits crochets des picpics leur permettent de se fixer sur la fourrure des animaux qui les frôlent. Ce mécanisme illustre un exemple d'épizoochorie, un mode de dispersion des semences où les graines s'accrochent au corps d'un animal pour être transportées vers de nouveaux endroits. Dans les langues latines, la zoochorie inspire parfois des noms populaires liés à l'amour, comme celui d'*amoureux* en français acadien. On note une métaphore similaire à l'œuvre dans l'espagnol *amor seco* (littéralement *amour sec*), qui réfère à des espèces dont les graines ou les fruits secs utilisent le procédé en question.



Les capitules des bardanes et des chardons ayant des apparences similaires, ils sont souvent confondus les uns avec les autres.

▪ Source : Unsplash. Sous licence.

Devenez membre! ✂

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

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

Nom : _____

✉ : _____

@ : _____

☎ : _____

Signature : _____

Vos coordonnées seront ajoutées à notre liste de membres afin de vous envoyer votre reçu de charité, des invitations et autres communications. À tout moment, vous pourrez demander le retrait ou apporter des modifications en communiquant avec nous : 819 348-0086 ou infos@jdretrie.ca

Faites votre don!



J'appuie la cause du Journal de rue.

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

Par la poste :

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

Par don en ligne : jdretrie.ca/donner

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

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



Hon. Marie-Claude Bibeau DÉPUTÉE COMPTON STANSTEAD M.P.

MINISTRE DU REVENU NATIONAL
MINISTER OF NATIONAL REVENUE

BUREAU DE CIRCONSCRIPTION | RIDING OFFICE
175 Queen, #204, Sherbrooke, QC J1M 1K1
819 347-2598

INFO@MCBIBEAU.CA | MCBIBEAU.CA
f t i MCLAUDEBIBEAU

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




Députée fédérale de Sherbrooke

Élisabeth Brière

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

Raïs Kibonge

Conseiller municipal
Lac-des-Nations
rais.kibonge@sherbrooke.ca
819 993-4468



Ville de Sherbrooke

« Je travaille à la qualité de votre milieu de vie! »

Halte-chaueur

L'équipe de la Chaudronnée de l'Estrie

Cette année encore, nous sommes fidèles au poste pour la halte-chaueur, offerte depuis le 16 novembre dernier. Le service demeurera ouvert jusqu'au 30 mars et, si les grands froids persistent, il pourra être prolongé.

Il était grand temps d'ouvrir, car nos « chaudronniers » et « chaudronnières » avaient bien hâte! La preuve : on nous demandait depuis le début de l'automne s'il y aurait une halte cette année et, si oui, quand elle serait enfin ouverte.

La halte-chaueur est un endroit convivial et amical pour se retrouver, pour socialiser, pour prendre un café et une collation. Et surtout, évidemment, pour se réchauffer et échapper, l'espace de quelques heures, aux rigueurs de l'hiver.

Nico et Mathieu seront présents chaque fin de semaine, samedi et dimanche de 8h30 à 16h, pour vous écouter, vous parler ou juste « straight chiller » avec vous si chacun y met du sien et que tout se passe harmonieusement.

Bien que le contexte de la halte-chaueur est différent et que l'ambiance est plus détendue qu'en semaine, il y a quand même des règles à respecter, des règles qui ont été établies en tenant compte de l'opinion des usagers. Le respect de tout un chacun est de mise. Pas de bagarre, pas de chicanes, pas de vol envers l'organisme ni entre usagers. De même, aucune violence ni « deal » ne sera tolérée à l'intérieur ou sur le terrain. La base, quoi! Le tout, simplement dans le but de maintenir une ambiance agréable et un sentiment de confort et de sécurité pour tous, vous y compris.

Nous sommes bien sûr ouverts à vos suggestions (de films, d'activités ou autre) pour agrémenter les journées et avoir du fun en gang!

Dans les mots de nos usagers, la halte-chaueur peut vous apporter bien des avantages : « Comme il n'y a rien la fin de semaine, on apprécie d'avoir accès à la halte-chaueur! », confie Sindy R. « Pour notre sécurité, pour pouvoir se réchauffer et on sait que les intervenants ne seraient pas obligés d'être là la fin de semaine... Alors, on l'apprécie encore plus! », ajoute-t-elle. François D. va dans le même sens : « Déjà d'avoir un organisme qui fonctionne 7 jours sur 7, wow! Juste le fait de pouvoir se rassembler, de jaser un peu pis de décompresser, ça fait vraiment du bien. »

N'hésitez pas à venir nous rencontrer et à utiliser notre service de halte-chaueur. C'est avec grand plaisir que nous vous accueillerons!



Nicolas et Mathieu, intervenants sociaux à la halte-chaueur de Chaudronnée de l'Estrie.

▪ Source : Chaudronnée de l'Estrie © 2024.



L'an dernier, plus de 1300 personnes ont eu recours aux services de la Chaudronnée de l'Estrie.

▪ Source : Chaudronnée de l'Estrie © 2024.

Souvenirs d'une artiste inspirante

Nicole Beaudet

Quelle chance que celle d'avoir des amies lectrices qui ont le souci du partage! C'est grâce à l'une d'elles que j'ai lu *Louise Latraverse*, un livre paru au printemps 2024 chez Québec Amérique.

Elle est comédienne, metteuse en scène, animatrice et autrice en plus de fille, sœur, femme, mère. Ouf! Elle présente ce livre non comme une autobiographie, mais plutôt comme un choix de présenter des histoires, des bribes de souvenirs qu'elle a choisi de partager. C'est en effet un retour sur diverses facettes d'elle au quotidien et dans sa vie professionnelle.

De son enfance, elle partage avec nous ce moment sublime d'un certain jour de l'An où, sur son « petit pouf », elle récite des poèmes qui lui valent l'écoute et les applaudissements des siens. Voilà un premier pas qui promet.

Les courts textes qu'elle nous présente sont pleins de vie, lumineux, faciles à lire et agrémentés de photos en noir et blanc ou en couleur qui mettent en contexte les bouts de vie racontés. Ses dessins de style naïf expriment sa sensibilité, réjouissent l'œil et procurent des moments de douceur.

Nous y rencontrons une femme de 83 ans libre, heureuse, ravie qu'on l'apprécie sans être dérangée par le fait que certains ne peuvent la supporter. Elle aborde les passions qui lui ont permis de vivre des moments exaltants, mais qui ont aussi été source de douleur à certains tournants de sa vie. Ces moments charnières qu'elle retrace nous parlent d'une vie marquée par des rencontres inspirantes et des amitiés tissées serrées au fil des ans. Elle a su faire preuve d'audace et de ténacité pour demeurer fidèle à elle-même. On se souvient d'elle, entre autres, comme actrice dans « Côte de Sable », cocréatrice du spectacle avant-gardiste « Les Girls », directrice du Quat'Sous. Ce métier sans stabilité économique l'a poussée à développer divers talents ainsi que son imagination débordante. Son voyage en Inde au début de la cinquantaine et sa psychanalyse ont été des occasions de poser un regard différent sur la vie.



Le livre rédigé par Louise Latraverse révèle des histoires et des souvenirs personnels.

▪ Source : Québec Amérique © 2024. Usage équitable.

Une confiance touchante nous parle de son grand amour avec le défunt Emmett Grogan et de son petit bonheur appelé Max, leur fils, qui illumine sa vie.

Ce qui surprend, c'est sa façon de voir le vieillissement comme une chance! « La vieillesse, c'est supposé être le plus beau moment de notre vie puisque c'est le dernier que l'on vivra. Moi, je

veux réussir ma mort ». Cette vision est révélatrice de la vie active, créative et tournée vers l'action qui l'a toujours habitée. Elle demeure bien vivante, continue d'avoir des projets et sait goûter la vie, l'amitié, l'amour au quotidien.

Merci, Madame Latraverse, d'être encore et toujours source d'inspiration.

Consomme la bonne information

Élixir

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

Substances psychoactives (alcool, cannabis, vape, médicaments, MDMA, etc.)
Jeux de hasard et d'argent
Cyberdépendance

info@elixir.qc.ca | 819 562-5771 | [f](#) Élixir | [@](#) elixir_halte | [g](#) elixir_jeunesse
www.elixir.qc.ca

FIER PARTENAIRE DU JOURNAL DE RUE

SOLUTION CIMEX

Unis contre les punaises de lit et autres parasites.

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

TRAITEMENT À LA VAPEUR TRAITEMENT PAR CONGÉLATION DÉTECTION CANINE TRAITEMENT THERMIQUE

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

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

FOURNISSEUR MEMBRE: RPHI (Région de la Capitale-Nationale) FOURNISSEUR MEMBRE: APO (Association des Propriétaires du Québec) FIER MEMBRE: ACOG (Association Québécoise de la Gestion Parasitaire) 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

Un parcours exploratoire rafraîchissant

Madeleine Drolet-Valiquette

Paru au printemps dernier, *Langue(s) en portage* nourrit une réflexion sur les littératures autochtones basée sur les textes d'une panoplie de figures littéraires dont Marie-Andrée Gill, Natasha Kanapé-Fontaine et Virginia Pésémapéo Bordeleau. L'autrice du livre, Marie-Ève Bradette, cherche à y recenser des idées établies sur la présence des langues autochtones dans la littérature contemporaine. Elle offre de les analyser sous une lentille nouvelle et sensible.

Ce qui accroche l'intérêt au premier abord est le concept défendu dans l'avant-propos. Face à une question qui paraît banale, mais qui suscite encore bien des passions, Marie-Ève Bradette emploie « la méthode du point médian [...], afin de rendre visible la présence du féminin dans l'écriture, tout en signifiant, à même l'espace intermédiaire du point, un spectre du genre beaucoup plus large et fluide » (p. 5). Cet usage, qui consiste à utiliser des formes comme « écrivain-e-s » plutôt que « écrivain et écrivaine », serait, selon l'autrice, une manière autochtone de s'approprier la langue française.

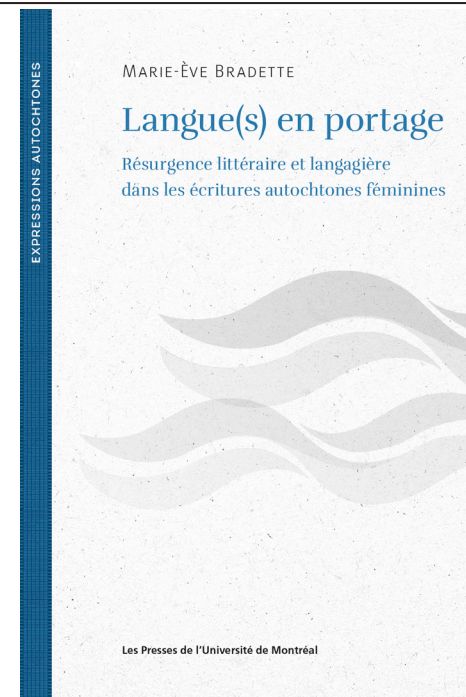
Ce livre constitue un bon survol des littératures autochtones. Le lectorat est amené à décortiquer plus de six œuvres

contemporaines en s'appuyant sur le savoir d'une dizaine de chercheurs et chercheuses dont le travail est peu connu. À travers quatre chapitres (*littérature et langage; corporalités langagières; territorialités langagières et les pouvoirs du langage*), on explore le concept de la réappropriation. L'interprétation proposée des œuvres se conçoit en effet par le rapport au corps, au territoire et aux cultures autochtones.

L'intérêt de la lecture de *Langue(s) en portage* se noue surtout face au désir de création et diffusion du savoir sur ces littératures. L'autrice souhaite certainement son travail accessible pour les gens qui aimeraient mieux comprendre ou lire différemment ces œuvres. Et cette volonté de partage oriente la démarche

du livre : « Le sujet n'a-t-il pas été épuisé, me demandera-t-on, abordé sous tous les angles possibles? En fait, si le territoire est effectivement très souvent mobilisé dans les études thématiques au sujet des littératures autochtones, je considère que les liens essentiels entre la langue et le territoire, liens qui fondent ce que je tente de dégager comme état une théorie autochtone du langage, sont peu analysés et que les études sur le sujet, notamment celles produites en français, sont insuffisantes » (p. 106).

Malgré tout, l'intention de transmission que *Langue(s) en portage* comporte semble freiné par le style d'écriture. Par moment, les tournures de phrases, quoique élégantes, laissent croire que le livre s'adresse à un public avisé plutôt



▪ Source : Presses de l'Université de Montréal © 2024. Usage équitable.

qu'à un public général. N'est-ce pas contradictoire considérant la visée du livre? Néanmoins, si vous cultivez un intérêt tant pour la littérature que pour les cultures autochtones, cette lecture saura vous titiller la curiosité et élargir vos horizons culturels!



▪ Source : Les Éditions de la Francophonie © 2024. Usage équitable.

La blessure d'abandon

Pierrette Denault

Le récit est porté par la voix d'une petite fille intérieure aux cent poupées. En toile de fond : la blessure d'abandon. « C'est un livre sur la peur de perdre, la peur de se perdre, dit l'auteure Marie-Thérèse Lebeau. J'ai perdu et je ne suis pas morte. »

La blessure d'abandon

Selon Sylvie Tenenbaum, psychologue qui collabore à la revue *Psychologies*, bien souvent, la blessure d'abandon naît d'un traumatisme originel, celui de la perte d'un des parents, voire les deux, au très jeune âge. L'événement est alors vécu comme un déchirement interne, qui rompt le sentiment de sécurité nécessaire au bon développement psychique et provoque une hypersensibilité à l'absence des figures d'attachement. Les personnes qui en souffrent se construisent avec l'idée tenace (et biaisée) qu'elles ne valent rien, ou que personne ne veut d'elles. Le désamour de soi est un sentiment profondément ancré qui accompagne la blessure d'abandon.

Cueillie par un ange

L'expérience du vide, Marie-Thérèse Lebeau l'a vécue dès sa naissance. Alors que cet événement aurait pu être, comme

chez la plupart des enfants, un moment de grand bonheur, et peut-être même de réconciliation entre son père (alcoolique) et sa mère (dépressive), l'arrivée de la petite Marie-Thérèse est plutôt l'objet de chicane. Dès cet instant, on la sépare de sa mère.

Huit mois plus tard, sa grand-mère maternelle vient la chercher. L'ange qui l'accueille. Elle deviendra, à 73 ans, une mère de substitution. Les deux complices développeront une relation fusionnelle, chacune connaissant les petits caprices et les inquiétudes de l'autre. Marie-Thérèse est sans cesse habitée par la peur de perdre cette *maman* si vieille qu'elle « aime à la folie comme une puce à l'agonie ».

Cueillie par un ange est un récit écrit en tableaux brefs présentés de façon chronologique et accompagnés de photos de famille. Il se veut une offrande à toute personne qui a eu un parcours semblable.

C'est un message d'espoir qui démontre que, malgré une série d'embûches, la vie peut être épanouissante et qu'on peut surmonter la blessure d'abandon. Qu'il est possible de faire grandir son enfant intérieur et de retrouver ses qualités intrinsèques.

L'auteure

Marie-Thérèse Lebeau a eu une carrière bien remplie : après avoir décroché un emploi en psychiatrie, elle a œuvré dix-sept ans dans un centre d'hébergement pour personnes âgées, et quinze ans avec la clientèle adulte en santé mentale dans un CLSC. Elle profite de la vie avec sa famille (conjoint, enfants et petits-enfants), s'adonne avec bonheur à l'écriture et à la lecture. Elle est intervenante à temps partiel au Journal de rue depuis peu.

Pour se procurer le livre, on contacte l'auteure à l'adresse : marie_t40@hotmail.com

Le dédain des honneurs

Bernard Couture

Le conflit pour acquérir le pouvoir
L'époque des démocraties belliqueuses
République de tyrans gouvernée par des pirates
Dénués de tout sentiment, ils veulent la guerre

Ils veulent reproduire le césarisme romain
Un empire malade au destin tragique
De potentats qui refusent d'être des petits rois
Des inconscients sans remord, ils se militarisent

Le crépuscule arrive avec la nuit noire de l'âme
En secret ils régulent le tic-tac de la guerre
Un métronome sans âme qui engourdit l'esprit
Hypnotisés nous acceptons de participer à la guerre

Des civils habillés en soldat les armes à la main
Convaincus que l'histoire leur donnera raison
Ils vont vivre des choses impossibles à oublier
Affronter les fatalités de la guerre loin des cris de joie

La guerre demeurera toujours l'ennemi des l'humanité
Au seuil de l'abîme la mort nous attend
Inutile de gémir sur un champ de bataille
Les cris de douleur n'ont pas d'écho dans une guerre

Aucune incertitude la mort est incurable
Tragédie de mourir sur un champ de bataille
Devenir une âme errante qui se cherche
Perdu dans les limbes à la recherche d'une tombe

Mon amie

Tom Néron

Mon amie, papillon, reine, fée ou étoile,
Tu rêves l'azur, oui, puis une robe à toi,
Une robe lactée plus blanche que la voile
Du navire des dieux, sclère en l'œil plein d'émoi.

Mon amie, pour l'amour du ciel ainsi je parle,
Afin que, par hasard, si tu lis ce court mot,
Tu saches que, beauté, moi qui ne suis pas marle,
Je t'offre ma présence, et veux panser ta peau,

Même si, cependant, nous ne serons pas couple,
Ni tourtereaux. Courage et crois à ton destin,
Car tu peux, mon amie, espérer mon cœur souple
Qui te dit un « je t'aime » au moment clandestin.

La générosité

René Guillemette, artiste peintre

La générosité
Ça nous permet de donner
Pour être heureux
Soyons généreux
La générosité
C'est de partager
Avec ceux qui sont dans le besoin
C'est notre façon d'en prendre soin.

La générosité
C'est savoir aider
Supporter notre prochain
J'aurai peut-être besoin d'aide demain.

La générosité
On doit la pratiquer
Ça nous reviendra toujours
Quand on en aura besoin un jour

Pour retrouver ma bonne humeur et mes ailes
Je joins encre et rage
C'est l'incarnation du bonheur, comme elle
Je les garde en point d'ancrage

Benjamin Villeneuve

Je veux changer! Pourquoi est-ce difficile?

Béatrice Dupont-Chartier

La nature humaine est pleine de changements. De la naissance à l'âge adulte, à travers les turbulences du vieillissement, l'individu est confronté à autant de modifications de son environnement que de ses comportements. Pourtant, ne vous est-il jamais arrivé de ne pas être capable de modifier l'un de vos comportements ?

De vouloir perdre du poids, diminuer votre consommation d'alcool ou commencer la course à pied, pour vous rendre compte que les efforts pour modifier votre comportement, pour aborder un changement, sont beaucoup plus considérables que ce que vous croyiez?

Cet article vous explique pourquoi les gens devraient éviter de se blâmer et offre une piste de solution afin de poursuivre ses ambitions de changement.

Le phénomène des forces opposantes

Quand ce cas se présente, il arrive qu'on ait tendance à se blâmer, ou à blâmer

notre environnement. Je ne perds pas de poids, car je n'ai pas accès à un entraîneur spécialisé. Je ne suis pas capable de courir; je manque de motivation.

Ce n'est pas votre manque de motivation qui vous retient, mais bien un processus cognitif bien caractéristique de l'humain. En effet, il est programmé pour aimer la stabilité. La stabilité est rassurante, constante. Le cerveau a besoin de comprendre le système complexe de valeurs, de compétences, de buts, de choix et d'ambitions, l'individu est un tout global. Pour cela, il existe un processus cognitif qui résiste aux changements trop radicaux.

En effet, deux forces opposantes s'affrontent; la force réalisatrice et celle de la conservation. La première contient les désirs de changement, et elle se bat contre la deuxième, qui préfère la continuité. C'est ce phénomène qui permet une stabilité globale, mais c'est aussi cette dernière, parmi d'autres raisons, qui peut expliquer la difficulté d'effectuer un changement dans son comportement.

Que faire pour faciliter un changement?

En premier lieu, il faut comprendre que le changement radical est fortement encadré par le cerveau. Vouloir changer son mode de vie du jour au lendemain peut être tentant, mais il s'agit d'un défi de taille pour l'organisme, et il existe un risque que l'individu retombe dans ses vieilles habitudes rapidement.

Faire des changements graduels, se donner de petits objectifs et les atteindre peut réellement créer une motivation qui créera des changements plus conséquents à long terme.

Également, modifier son environnement social peut aider à entamer le changement. Par exemple, une personne qui souhaiterait être plus organisée aurait plus de facilité à le faire à l'aide d'un entourage qui, lui aussi, est organisé. C'est également le cas pour les personnes vivant des problèmes de toxicomanie; il est difficile pour eux d'arrêter de consommer et de continuer à fréquenter les personnes avec qui elles menaient cette activité. L'environnement social a donc des effets réels sur nos comportements, et donc sur les changements que l'on peut apporter à ceux-ci.

L'ouverture d'esprit

Marc Bolduc, psychologue

Dans notre monde contemporain, l'ouverture d'esprit est devenue indispensable pour vivre ensemble de manière harmonieuse.

Les différences individuelles – qu'elles soient religieuses, culturelles, politiques, sociales, économiques, ou liées au genre et aux valeurs – sont aujourd'hui omniprésentes dans notre quotidien. Avec la mondialisation, nous sommes exposés à une diversité sans précédent qui nous invite, et parfois nous force, à sortir de notre zone de confort pour comprendre des perspectives autres que les nôtres. L'ouverture d'esprit devient alors non plus une simple qualité, mais une nécessité pour cohabiter – pacifiquement et enrichir nos propres perspectives.

L'ouverture d'esprit implique la capacité à écouter véritablement et à comprendre ce qui nous différencie des autres. Elle suppose de rechercher des compromis et des solutions qui tiennent compte des besoins et des préoccupations de tout le monde. Cela favorise un climat de respect, de tolérance et de coopération.

Elle contribue à atténuer les tensions et à promouvoir un climat de respect mutuel, où chacun se voit libre d'exprimer son identité et ses opinions sans crainte de jugement.

L'ouverture d'esprit dans le couple

De la même façon, être ouvert d'esprit dans une relation de couple est essentiel pour une vie harmonieuse. L'ouverture d'esprit permet de reconnaître, respecter et accepter les différences entre les partenaires. En étant ouvert d'esprit, on est plus disposé à écouter l'autre, à considérer ses points de vue et à trouver des compromis qui respectent les besoins et les valeurs de chacun.

L'ouverture d'esprit dans les relations humaines

Elle favorise la compréhension et le respect mutuels : être ouvert permet de mieux comprendre le contexte, les expériences, les opinions et les sentiments des autres.



• Source : Pixabay. Sous licence.

Elle renforce les liens interpersonnels: la tolérance et l'ouverture d'esprit favorisent des interactions positives et enrichissantes avec les autres. Elle crée un sentiment de connexion et d'appartenance. Elle favorise également un environnement où chacun se sent accepté et valorisé pour ce qu'il est.

Pour développer votre capacité à être souple, tolérant et ouvert dans les relations humaines, voici quelques conseils pratiques :

- Évitez les jugements hâtifs : gardez l'esprit ouvert avant de tirer des conclusions sur les autres;
- Pratiquez l'empathie : mettez-vous à la place des autres et essayez de comprendre leurs sentiments, leurs besoins et leurs points de vue;
- Soyez curieux : Posez des questions et montrez de l'intérêt pour les expériences et les perspectives des autres;
- Respectez les différences : apprenez à accepter et à valoriser les différences d'opinions, de cultures et de modes de vie.

Troubles de la personnalité

Lever le voile sur un tourment au long cours

Service des communications | Université de Sherbrooke

Du *Joker* névrosé à l'obsessionnelle traqueuse de *Baby Reindeer*, en passant par l'hôtelier matricide d'Alfred Hitchcock et l'effrayant carnassier Hannibal Lecter, les protagonistes aux prises avec un trouble de la personnalité sont dépeints dans bon nombre de films et séries télévisées. Si ces représentations permettent de ressentir et de mieux comprendre les difficultés vécues par ces personnes souffrantes, elles contribuent toutefois souvent à perpétuer, aux fins d'une intrigue narrative dramatique, plusieurs stéréotypes tant spectaculaires que péjoratifs. Entre l'exagération, les amalgames et la simplification, comment naviguer dans ces eaux troubles et saisir plus fidèlement ce que sont les troubles de la personnalité?



▪ Source : Photomontage de Michel Caron, Université de Sherbrooke © 2024

Spécialisé en psychopathologie développementale et en développement identitaire, le professeur Michaël Bégin en connaît un rayon en matière de troubles de la personnalité, de difficultés relationnelles et de trauma complexe. Pour le spécialiste, si l'on veut mieux comprendre ce qu'est le trouble de la personnalité, il importe de d'abord s'intéresser à ce qu'est la personnalité.

Selon les définitions qui font consensus, la personnalité réfère à un patron de perceptions de soi, des autres, de différentes situations et de réactions et comportements affectifs qui s'est développé à l'enfance et à l'adolescence. Stable dans le temps, ce patron perdure à l'âge adulte, poursuit le professeur Bégin.

« La personnalité caractérise le fonctionnement d'une personne dans un éventail de situations, tant au travail que dans ses relations, ses loisirs. C'est ce qui la rend unique, et c'est ce qui fait qu'on la reconnaît, qu'on n'a pas le sentiment d'être face à quelqu'un de différent à travers les contextes. » - Professeur Michaël Bégin, du Département de psychologie de l'Université de Sherbrooke.

Un écart avec la réalité et des difficultés relationnelles

Dans le cas du trouble de la personnalité, l'on assiste à un écart avec la réalité des patrons de perception et des réactions affectives et comportementales chez un individu. Le professeur Bégin parle d'une « distorsion assez sévère » et de « réactions et comportements démesurés » dans la façon de se percevoir et de voir les situations, par rapport au contexte réel.

Sur le plan interpersonnel, le manque général d'empathie et la difficulté à nouer et à conserver des relations où il

y a une proximité, une intimité, sont des caractéristiques qui peuvent être communes aux différents troubles de la personnalité. Ces gens sont affectivement plus réactifs que la norme, et ils ont un défi supplémentaire pour parvenir à se décentrer de leur propre expérience, à se réguler, pour faire de la place à l'expérience de l'autre.

En général, ces personnes sont conscientes que quelque chose ne fonctionne pas dans leurs relations, sans nécessairement savoir ce qui leur appartient ou ce qui appartient à l'autre.

Si, pendant plusieurs décennies, les spécialistes ont travaillé avec un système permettant de catégoriser les différents troubles – narcissisme, personnalité limite, paranoïa, etc. – l'on s'entend aujourd'hui sur une définition plus contemporaine, ajoute le psychologue. Un noyau commun d'éléments propres à l'identité et au fonctionnement de la personne, de même qu'à son fonctionnement interpersonnel, caractérise les troubles de la personnalité, qui ne sont pas complètement dissociés les uns des autres.

Ne jamais sauter aux conclusions

Tant dans les représentations fictives – séries télé, films – que par rapport à ce que l'on observe dans nos dynamiques avec certaines personnes, le professeur Bégin note une tendance pernicieuse à conclure parfois trop rapidement à la présence d'un trouble de la personnalité :

« Il ne faut pas se fier, à titre expérientiel, à une ou deux caractéristiques prototypiques d'un trouble de la personnalité, comme le manque d'empathie et la manipulation, pour sauter aux conclusions. »

Il rappelle que le trouble de la personnalité se développe au long cours et caractérise le fonctionnement de la personne de façon stable et cohérente dans le temps, et ce, dans un ensemble de situations, tant avec des inconnus que des proches.

Pour ce dernier, les meilleures représentations à l'écran de personnes souffrant d'un trouble de la personnalité sont celles qui fournissent le plus d'information sur le passé des personnages, qui permettent d'avoir une idée de l'évolution de leur situation dans le temps, et non pas uniquement de leur fonctionnement actuel.

Les problématiques liées à la personnalité découlent en effet de traumatismes ou de difficultés qui apparaissent tôt dans le développement, à l'enfance et l'adolescence, et qui se sont exacerbées et chronicisées au fil du temps.

Naître avec un trouble, ou l'acquérir?

Lorsque l'on tente d'expliquer comment un trouble de la personnalité se développe chez quelqu'un, le modèle développemental diathèse-stress prédomine. Cette théorie suggère que le développement des troubles mentaux peut résulter d'une interaction entre une vulnérabilité préexistante (diathèse) et des facteurs de stress environnementaux.

Les tempéraments et traits de caractère chez les tout-petits sont innés et variés. Certains vont davantage vers les autres, alors que d'autres sont plus réactifs, plus sensibles ou plus renfermés. L'environnement dans lequel les enfants grandissent peut induire un stress supplémentaire, suivant leurs caractéristiques spécifiques.

Un lien est par exemple bien établi entre le développement de troubles de la personnalité chez de jeunes enfants ayant grandi dans des environnements traumatiques, où il y a pu y avoir de la violence, des abus ou de la négligence, explique le psychologue. Toutefois, la problématique peut se développer dans des milieux tout à fait adéquats, et à l'inverse, quelqu'un qui aurait vécu dans un milieu traumatique ne développera pas forcément de trouble, il n'y a pas qu'une seule trajectoire.

Il donne pour exemple celui d'un bébé, davantage réactif que la moyenne des tout-petits, qui souffre de surcroît d'eczéma sévère. Lorsque sa mère le prend pour le consoler, sa peau lui fait tellement mal, qu'il associe ce geste de sa mère à un geste de violence envers lui. Déjà, il développe une vision du monde beaucoup plus hostile qu'elle ne l'est en réalité, simplement par ses caractéristiques propres et son état de santé, raconte le professeur Bégin.

À la lumière de l'ensemble de l'information permettant de mieux cerner ce qu'est un trouble de la personnalité, comment il se développe et se vit, l'on comprend que le phénomène est hautement complexe, et qu'il importe d'user de prudence lorsque vient le temps de l'aborder. Si certaines séries télévisées et productions cinématographiques permettent de sensibiliser le public aux enjeux découlant des troubles de la personnalité, il n'en demeure pas moins qu'elles sont aussi susceptibles de créer des stéréotypes et de la stigmatisation autour de la santé mentale. C'est important d'en prendre conscience et de faire la part des choses, conclut Michaël Bégin.

Naloxone

Nicole Beaudet

Nous entendons beaucoup parler de la crise des opioïdes et de ses effets néfastes partout dans le monde. La consommation de ces drogues prescrites ou achetées illégalement est fréquente, et ce, dans divers milieux. Personne n'est à l'abri!

La mauvaise utilisation des opioïdes prescrits contre la douleur ainsi que la prise de médicaments sans ordonnance sont courantes. Toutefois, la situation la plus fréquemment rencontrée est liée à la consommation de drogues illicites de toutes sortes, dont on connaît plus ou moins la provenance et la composition.

La sensibilisation à cette problématique est importante pour contrer les accidents liés à la consommation sous toutes ses formes. Au 31 juillet 2024, 37 personnes avaient été victimes de surdose en Estrie. Les signes d'une surdose incluent une envie extrême de dormir, une respiration très lente ou absente, un rétrécissement des pupilles et une diminution du rythme cardiaque. Face à cette situation, la naloxone est un antidote à action rapide, qui peut neutraliser les effets de la drogue en rétablissant la respiration en 2 à 5 minutes. Son action est temporaire et peut nécessiter

des administrations répétées toutes les 3 minutes en fonction du type et de la dose de l'opioïde impliqué. Il se présente sous deux formes: en inhalation nasale et en injection.

Il va sans dire qu'une surdose représente une situation d'urgence nécessitant une intervention rapide: l'appel au « 911 » et l'administration immédiate de la naloxone. Une présence est nécessaire jusqu'à la prise en charge de la personne par les services d'urgence.

Il est donc impératif d'avoir de la naloxone à portée de main en cas d'urgence. Depuis 2017, tout Québécois et toute Québécoise de 14 ans et plus peut obtenir gratuitement une trousse de naloxone en pharmacie. Son contenu: un inhalateur nasal, plus facile d'utilisation, et les instructions pour l'administration. Il est souhaitable de se familiariser à son utilisation au préalable afin de pouvoir



Posséder un kit de naloxone dans sa pharmacie peut sauver des vies.

* Source: Nancy Mongeau, Journal de rue de l'Estrie © 2024

agir rapidement. Combien de citoyens le savent ou pensent à s'en procurer? Tous les milieux susceptibles d'avoir à faire face à ce type d'urgence doivent avoir cette trousse dans un lieu bien identifié facilement accessible. On pense aux écoles, aux universités, aux cégeps, aux centres communautaires, au milieu de travail et même chez soi. N'oublions pas que la naloxone peut sauver des vies.

Soulignons l'importance de ne jamais consommer seul, car on se prive d'une possibilité d'action rapide en cas d'accident.

En améliorant la sensibilisation, en facilitant l'accès à la naloxone, nous pouvons espérer réduire le nombre des situations qui peuvent aller jusqu'au décès. Partageons nos connaissances avec ceux qui nous entourent pour favoriser la prévention, qui est une responsabilité commune.

Faire son nid en RPA

Pierrette Denault

Un jour, il faut bien casser maison et larguer les amarres. Ça vous arrache le cœur de laisser derrière vous tant de souvenirs. Vous pourriez, en prêtant l'oreille, entendre au loin les rires des enfants, les *plouf plouf* dans la piscine, les grincements de la balançoire, le vacarme matinal de la tondeuse ou de la souffleuse à neige. Vous le savez, vous allez vous ennuyer de votre liberté, mais il est plus que temps de plier bagage. Avant qu'il ne soit trop tard. Vous vous dites *je préfère me placer moi-même plutôt que de voir mes enfants le faire à ma place*. Comme c'est arrivé à plusieurs de vos amis.

On dit beaucoup de bien des RPA. Vous vous empresses de vous inscrire – la liste d'attente est longue. La résidence au cœur de la ville vous convient tout à fait: c'est chic, ça reluit comme un sou

neuf, l'atmosphère feutrée vous plaît, l'ascenseur vous facilitera la vie. Vos jambes fatiguées n'en peuvent plus des paliers, des étages à grimper du sous-sol au grenier. Et l'entretien de la maison est

devenu trop lourd. À vous la vie à l'hôtel, la *dolce vita*! Puis un jour arrive le coup de fil tant attendu. Tout va très vite: vous élaguez, vous donnez, vous déménagez. Quitter votre maison vous arrache les tripes, mais vous avez atteint vos limites. Il faut partir.

Les semaines passent et vous cherchez toujours comment faire votre nid. Vous êtes pourtant confortable dans votre 4 ½, mais quelque chose cloche. Tous les soirs à l'heure du souper, une boule se forme dans votre estomac. Devant l'immense salle à dîner où vous avez prévu prendre votre repas (un choix que vous avez fait en signant votre bail de location), vous sentez monter l'angoisse. Personne ne vous invite à sa table, personne! Légers

pincements au cœur. Comment sortir de cette impasse? Comment ouvrir une brèche dans cette vaste salle pleine à craquer? Vous foncez tête première, vous saluez de votre plus beau sourire, vous quémandez presque une place au couple installé à la table 36 – désolé, on attend quelqu'un. Même « accueil » à la table suivante. Chaque soir le même scénario. Vous êtes invisible, on vous ignore. En attendant de trouver une solution, vous vous résignez à manger seul ou à vous faire livrer votre repas à votre appartement. Depuis des semaines, vous tournez en rond comme un hamster dans sa cage. Et la boule dans votre estomac n'en finit plus de grossir. Puis, un soir, le vent tourne. Un couple, rencontré la veille au tournoi de cartes, vous lance le signal tant attendu...

Ce texte est issu d'une collecte de témoignages anonymes. La solitude chez les personnes âgées est un enjeu de société important sur lequel le Journal de rue souhaite apporter un peu de lumière.

LIGNE AIDE ABUS AÎNÉS
1 888 489-2287
7 JOURS SUR 7 DE 8 H À 20 H

LA MALTRAITANCE
envers les personnes âgées
c'est inacceptable!
N'hésitez pas à en parler
#ChaquePersonneCompte

Votre gouvernement Québec

Les chroniques de l'espace *Partenaires d'affaires* sont commanditées par des entreprises soigneusement sélectionnées par le Journal de rue de l'Estrie pour leur désir de contribuer à la lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale.

La coopération : un modèle qui s'apprend!

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

En 1974, les pionniers de la Coopérative funéraire de l'Estrie s'unissaient dans la mise sur pied d'une solution à l'offre des services funéraires offerte en région. Dans cette décennie, c'est tout un mouvement de coopératives funéraires qui était lancé au Québec.

L'enjeu de l'époque? Bâtir une offre de services plus accessible financièrement tout en demeurant respectueuse de la dignité des familles endeuillées.

Après 50 ans, il est démontré que les frais funéraires ont été globalement diminués, en bonne partie grâce à la présence des coopératives.

Les enjeux sont maintenant plus vastes et plus complexes à la fois. L'unicité du modèle des funérailles — exposition du corps pendant quelques jours, funérailles à l'église et inhumation dans un cimetière — est devenue plurielle par le désengagement des citoyens envers leur église, de la personnalisation des rituels, par la venue de la crémation et autres éléments socioculturels.

Le modèle coopératif est taillé sur mesure pour s'adapter. En Estrie, la revue Profil,

distribuée encore aujourd'hui aux membres, s'est invitée deux fois l'an. On y parlait directement de la mort, de notre rapport à celle-ci, de l'importance des rituels et de la compréhension des mécanismes du deuil.

Des conférences publiques ainsi que le colloque *La mort*, parlons-en, ont été initiés dans les années 1980 pour briser certains tabous et ouvrir franchement la discussion.

Au tournant des années 2010, la Coopérative funéraire de l'Estrie a créé le premier cimetière naturel en milieu urbain en région et a effectué un vaste travail de compréhension de la dynamique du deuil chez les communautés culturelles en Estrie. La pertinence de nos actions et la volonté de répondre aux besoins réels des personnes endeuillées étaient et sont toujours de mise.



Le Complexe 24 juin de la Coopérative funéraire de l'Estrie. Elle fête cette année son 50e anniversaire de fondation.

* Source : Coopérative funéraire de l'Estrie © 2024

En quoi le modèle coopératif favorise-t-il ces actions?

Le modèle coopératif est d'abord un modèle d'affaires. Il se doit d'honorer ses obligations économiques et de s'assurer d'une part de profits qui assurera sa pérennité. Mais le modèle ne cherche pas à accumuler son profit. La coopérative appartient à ses membres et ne répond pas au modèle de propriétaire unique qui veut rentabiliser au maximum son entreprise.

Les indicateurs traditionnels de l'accumulation de profits ne s'appliquent pas. Nos indicateurs se rapportent à la volon-

té d'accompagner activement la population avant, pendant et après le décès.

C'est un aspect important du modèle d'affaires coopératif. Ce n'est pas un modèle extraterrestre. C'est un modèle basé sur des valeurs et principes qui assurent sa pertinence, si tant est qu'on y adhère.

Et le modèle fonctionne. De fait, 50 ans après la création de la Coopérative funéraire de l'Estrie, environ 7 familles sur 10 des familles endeuillées nous accordent leur confiance pour l'organisation des funérailles.

Qui l'eût cru, en 1974? dirait l'autre...

Nos camelots

Saviez-vous que les camelots du Journal de rue sont des travailleurs autonomes ?

Ces hommes et ces femmes achètent le journal 2 \$ la copie et le revendent 4 \$ sur nos points de vente autorisés.

Ils 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.

Merci aussi à nos partenaires de distribution:
jdrestrie.ca/le-journal/points-de-vente



Cimetière naturel en milieu urbain

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



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



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DE L'ESTRIE

Quand je lis, je suis

Jacques Quintin, philosophe

J'aime lire. Vous pouvez le vérifier auprès de mon libraire. Je retire un grand plaisir à visiter les librairies à travers le monde. Je pense que, comme société, nous avons le devoir de transmettre cette passion à nos enfants. Car c'est dans l'imaginaire que l'être humain trouve son âme, qu'il entre en dialogue avec lui-même et toute l'humanité qui le porte. Sinon, le risque est grand de souffrir d'une indolence de la pensée. Inutile de dire que c'est notre capacité à réfléchir, à comprendre, à critiquer et à apprendre qui se réduit comme une peau de chagrin.

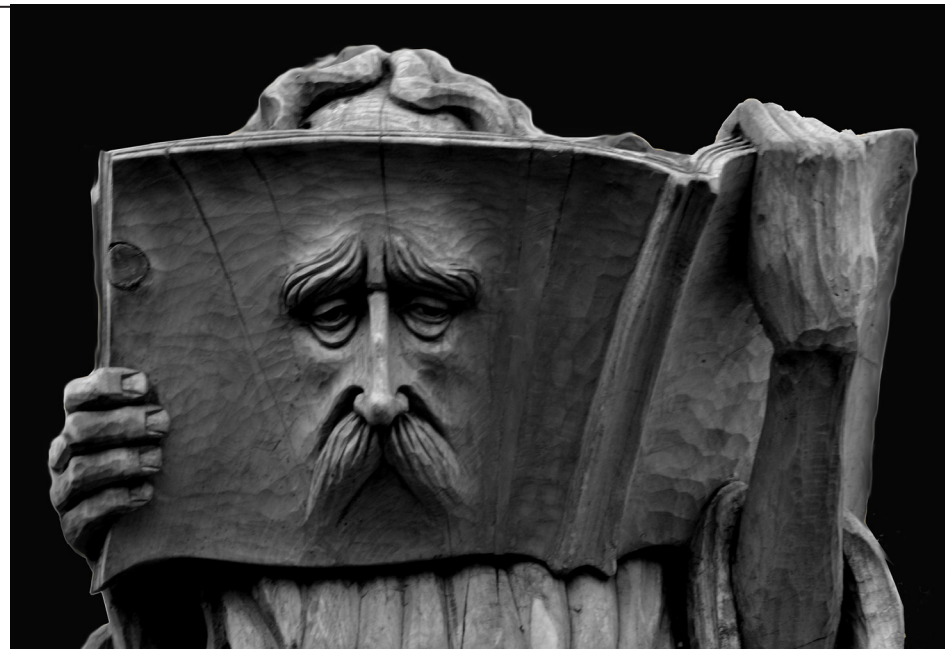
Il ne s'agit pas de devenir des savants en lisant une pléthore de livres. La force de la lecture réside dans sa capacité à nous ouvrir les portes de l'imaginaire et à s'adresser directement à notre intelligence. Dans chaque fiction, on découvre tout un monde.

L'une des choses les plus intéressantes avec la lecture est le rapport au temps. Lire c'est entrer dans une autre dimension temporelle. Une lenteur s'installe. C'est peut-être cela vivre dans le présent! En même temps, si on prend deux minutes pour lire un court texte, on a l'impression qu'on manque de temps ou que le temps passe trop vite. Je pense à toutes les fois où je dis : « donne-moi une minute de plus afin que je puisse terminer la page ».

Pour chaque occupation plus ou moins nécessaire, je fais le calcul du temps perdu qui aurait pu être consacré à la lecture.

Chez les Grecs anciens, le temps de la lecture était désigné par le mot *scholè*, à l'origine des mots école en français et *school* en anglais. Il s'agissait d'un temps de loisirs, un temps à ne rien faire. Pourrions-nous imaginer une école qui mettrait l'accent sur la lecture? Nous apprendrions la botanique, la géographie, la médecine, l'architecture en lisant des œuvres littéraires. Apprendre en perdant son temps!

Certes, la littérature est importante, mais ce qui compte le plus, c'est le partage de nos interprétations, ce à quoi le texte nous donne à penser. À travers ce dialogue, notre interprétation



▪ Source : Nicole Boisvert © 2009.

s'enrichit du commentaire des autres. Notre perspective s'en trouve élargie. Dans ce cas, la vérité ne repose pas sur l'exactitude de ce qui est raconté, mais sur le dévoilement du monde dans lequel nous vivons et pensons.

La chose qui me désole le plus, c'est de voir toutes ces belles grandes maisons et ces écoles sans aucune bibliothèque à l'intérieur. C'est comme si on ne développait aucune curiosité pour autrui, rendant du coup possible l'intolérance et la violence.

Nous voyons de plus en plus, sur le bord des rues, ces boîtes à livres qui offrent la lecture à tous et toutes, et cela gratuitement. Je prévois fabriquer ma propre boîte. J'y déposerai ma mémoire. Si nous prenons en compte le fait que tous les tyrans cherchent à éliminer les livres, alors nous pouvons y voir une forme d'action politique pour contrer la pauvreté intellectuelle, le terreau de toutes les autres formes de pauvreté. Pourquoi ne pas considérer ces boîtes comme une action politique visant à contrer la pauvreté intellectuelle, terreau de toutes les autres formes de pauvreté?

L'escalier

Josée Emond

Par un matin d'hiver, je suis assise sur le bord de la fenêtre et j'observe la nature si belle et si calme. Je me plonge dans mes pensées. Pourquoi vivons-nous tant de crises, d'anxiété et parfois tant de détresse? Pourtant, nous sommes pleins de ressources, de connaissances, de savoir et de sagesse. Mais qu'en faisons-nous?

Puis remonte en moi cet exercice que j'avais créé pour moi-même et que je proposais aux gens qui me demandaient conseil : l'escalier. Oui, oui, l'escalier!

Imaginons que nous sommes des voyageurs et que, tout au long de notre vie nous devons franchir des étapes pour mieux évoluer. Munis d'un sac à dos, nous gravissons cet escalier, une marche à la fois. Dans ce sac nous portons nos mémoires, nos blessures, nos deuils, mais aussi nos dons et toutes nos capacités à transformer notre vie. Bref, ce sac contient tout ce que nous avons gardé en nous. Notre sac peut être garni d'outils qui nous rendent forts et courageux et aussi de mémoires, d'émotions qui nous alourdissent. Chaque sac est unique, tout comme nous.

Et chaque marche à franchir à une taille différente. Ce qui amène à nous arrêter pour faire le tri dans ce que nous portons. Nous avons toujours le choix. Rester sur place pour faire une pause, laisser derrière soi ce qui est trop lourd et inutile. Utiliser ce qui nous donne la force et la volonté pour continuer. Nous pouvons aussi redescendre et retourner vers les schémas de vie connus et plus confortables. Il n'y a pas de bon ni de mauvais choix, il y a seulement le choix que l'on fait pour soi au moment présent.

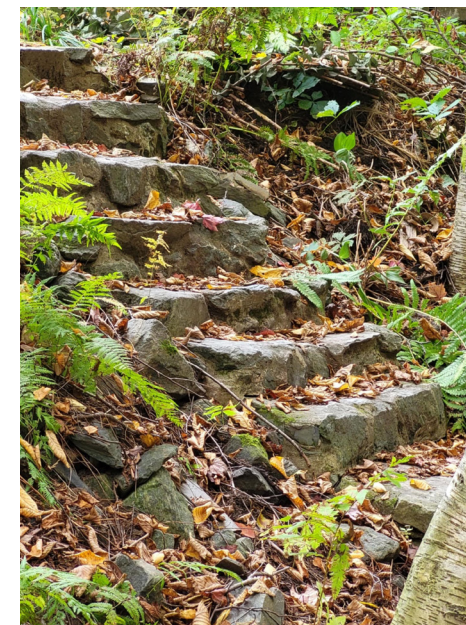
Nous sommes tous des voyageurs. Nous portons les bagages reçus de nos familles, de nos choix d'expérimentations, de ce qu'on a attiré à nous et notre volonté de

rester sur place, de retourner dans notre passé ou d'aller plus loin et plus haut.

Le choix de garder ou de jeter ce que nous portons nous appartient. C'est un cadeau que nous nous faisons lorsque vient le temps de faire une pause pour vérifier le contenu et pour décider ce que nous voulons réellement garder pour soi et non pour les autres.

Souvenons-nous que la vie n'est pas une course, mais un voyage qui peut nous amener vers des horizons encore jamais découverts.

Bonne route à tous et à toutes!



Un escalier de pierre au parc Central, à Rock Forest, Sherbrooke.

▪ Source : Josée Emond © 2024

Des particules d'amour errant

Pierrette Denault

Le regretté poète Christian Bobin écrivait dans *La folle allure* : « Il y a partout, mélangées aux particules de l'air que nous respirons, des particules d'amour errant. Parfois elles se condensent et nous tombent en pluie sur la tête. »

L'importance des rencontres

Ainsi nous serions la somme de toutes nos rencontres – brèves ou non – chaque personne laissant une empreinte sur nous, et vice-versa. Une évidence quand on pense à nos proches. Mais pour le besoin de cet exercice, j'ai voulu m'attarder à dresser une liste (en vrac et non exhaustive!) de personnes immigrantes croisées à Sherbrooke au fil de mes activités. J'ai été soit leur enseignante, leur confidente, leur amie. Depuis quelques années, j'ai recueilli leurs histoires et les ai racontées dans ce journal. Aujourd'hui, je me demande ce que m'ont apporté ces gens venus d'ailleurs? Chacun m'a façonnée à sa manière. Les uns m'apprenant à devenir une enseignante inclusive, une citoyenne engagée, les autres à me positionner quant aux enjeux du vivre-ensemble et aux rapprochements interculturels.

Je pense d'abord à mes parents

qui adoptaient, en 1946, un bébé à la peau d'ébène – ma sœur serait la seule enfant noire de l'école Sainte-Famille pendant tout son primaire;

je pense à Shaky

vaillant camelot de rue, le corps ici, la tête et le cœur à Kyiv, là où sa fille soigne sous les bombes des victimes innocentes;

je pense à Frida

si joviale et chaleureuse qui me demandait pourquoi ses voisins de palier ne répondaient jamais à ses salutations – à ce jour, je cherche toujours quoi répondre à cette question;

je pense à Niane

diplômé en Mauritanie puis à Paris puis à l'Université de Sherbrooke – un cerveau bien rempli - en exil au Manitoba à défaut de décrocher un emploi au Québec;

je pense à Marie-Claire

qui a grandi dans une famille polygame et qui en dénonce les conséquences sur les droits des femmes dans son roman *Les victimes consentantes*;

je pense à Thierry

adolescent arrivé du Rwanda, avec pour seule compagnie sa petite valise et ses souvenirs rouge sang – aujourd'hui il est employé de la Ville de Sherbrooke;

je pense à monsieur Ti-I Taming

qui a fait de la lutte contre le racisme et l'exclusion son éternel cheval de bataille – le département d'histoire de l'Université de Sherbrooke vient de lui consacrer un balado;

je pense à Zhoreh

rappelée de force à Téhéran, maîtrise ès sciences en poche, cachée sous son abaya après avoir goûté ici à la vie libre;

je pense à Majid

venu étudier ici, jamais retourné dans son bled marocain, et qui a pris une femme pour pays;

je pense à Alberto

éternel chercheur d'emploi, bardé de diplômes et multilingue qui se résigne à gagner sa vie dans une centrale d'appels – ses poèmes sont lus partout sur la planète;

je pense à Behnâm

qui a vite perdu ses repères de macho au profit d'une vie de couple épanouie;

je pense à Lina et Sarmad

qui ont laissé Bagdad derrière eux et qui couvent leurs petits dans un nid tout chaud dans l'ouest de la ville;

je pense à Philomène

qui a fui le chaos de Centrafrique et qui a trouvé avec Jules un pays tranquille pour élever ses marmots;



Alemy Gulam Sakhy, immigrant arrivé au Canada en 2001, camelot du Journal de rue de l'Estrie apprécié par ses pairs.

• Source : Jean-François Dupuis © 2022.

je pense à Jean Civil

collègue de travail, mort à l'aéroport de Port-au-Prince au lendemain du tremblement de terre et dont la poésie vibre toujours au Québec;

je pense à Quang

qui a fait des progrès fulgurants en consultant son dictionnaire vietnamien-français jusque dans la cour de récréation au Goéland;

je pense à Élie-Pierre Gill

collègue de travail engagé, d'une droiture absolue, racé, digne, érudit, chassé d'Haïti par le dictateur Duvalier;

je pense à tous mes élèves étrangers (petits, grands et adultes) – Thy Phon, Tâm, Janko, etc. qui se sont débattus pour apprendre le français;

je pense à ce monsieur népalais

ployant sous sa charge qui n'en finissait plus de me remercier de l'avoir fait monter à bord de ma voiture;

je pense à Ensaf, la courageuse, qui s'est tant battue pour la libération de Raïf – sa détermination est un modèle pour tous;

je pense à toutes ces personnes immigrantes qui, entrées comme bénévoles, ont grimpé tous les échelons jusqu'à diriger les destinées des organismes – merci à vous Mercédès, Mariamme et les autres.

Toutes ces rencontres sont des particules d'amour errant condensées qui me sont tombées sur la tête, comme dirait Bobin. Elles ont fait de moi ce que je suis : une personne pour qui le respect des différences, l'égalité et l'inclusion demeurent un leitmotiv constant. J'ai souvent prêté l'oreille, on m'a raconté des histoires de vie inimaginables, des parcours migratoires édifiants, on m'a chuchoté des chagrins inconsolables. On m'a parlé de vie nouvelle, de sacrifices pour faire venir les siens – la réunification familiale est souvent au cœur des souhaits des exilés - de budgets rétrécis comme peau de chagrin après en avoir expédié une partie aux familles laissées derrière. Combien de fois n'ai-je pas été émue aux larmes en recueillant des confidences!

Un appel à collaboration

C'est dans une optique d'inclusion et de partage que le Journal de rue de l'Estrie lance aujourd'hui une série d'articles sur l'immigration. Vous avez une histoire d'immigration à raconter, vous êtes un organisme en lien avec les immigrants: cet espace est pour vous. Nous pouvons également aller recueillir votre histoire. Contactez-nous au (819) 348-0086.

Les articles *Sherbrooke, collectivité accueillante* sont produits grâce au financement de ces partenaires :

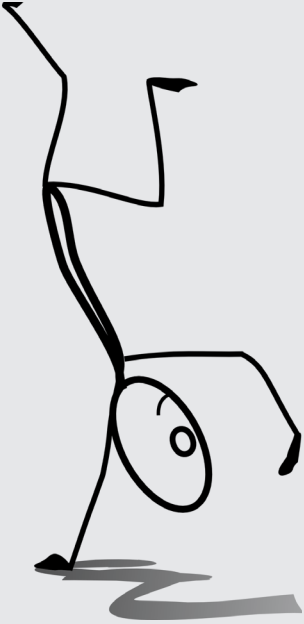
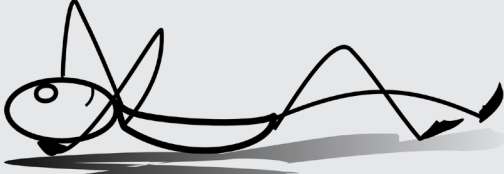
Québec

Ville de Sherbrooke



SUDOKU

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

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

La chasse aux fautes

Écrire dans la colonne de droite les 15 mots corrigés.

Jasette de corde à linge. Dix familles Grenier ou Denault habites le bloc de Jos Grenier sur la 8^{ème} Avenue. Aux aurores, les hommes sont partis travailler à *shop* leurs boîtes à lunch sous le bras. Dans la cuisine, les femmes ont déjà partie une brassée de blanc, réveillé la marmaille, rapaillé les devoirs a signer, décroché un nez, passé des draps au tordeur. Sur la galerie, dans les corridors, dans les escaliers, partout des coussins des cousines. Ça file vers l'école. Ça rit, ça se courre après, ça tire des tresses ou des bretelles, ça se donne des becs à pincette, des tapes sur les fesses: ça respire le bonheur. À huit heures apparaissent en même temps trois mamans en tablier, trois gros paniers de lavage, trois bouches fermée sur une épingle à linge. Une odeur d'eau de javelle monte dans l'air frais. Les cordes se remplissent dans le silence: des draps rapiécés, des bobettes et des chaussettes usées, les robes et les pantalongs de la marmaille. Sur les cordes à linge qui s'entre-croisent, on peut lire la vie qui bas. Le silence finit par ce rompre. C'est toujours Simone qui part le bal. Penchés au-dessus de la rampe, elle annonce d'une voix rieuse que sa plus vieille va ce marier en juin. Quelles sont toutes invitées aux noces ... Oui oui, avec les petits. On va fêter ça *icitte* dans la cour; pis des sandwichs et de la *coleslaw*, y va en avoir pour tous le monde. Elle ne jacasse pas longtemps, une autre brassée l'attend. Simone n'est pas sitôt rentrée que les mauvaises langues se fond aller.

- Ça s'est décidé don' ben vite, la Suzanne se marie-tu obligée coudon ?

Pierrette Denault

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____
13. _____
14. _____
15. _____

Exposition *Nous : Portraits de l'assistance sociale*

Musée de la Nature et des Sciences de Sherbrooke

Du 29 novembre au 2 février

L'exposition NOUS : Portraits de l'assistance sociale invite à identifier et à déconstruire les idées reçues à l'endroit des personnes prestataires de l'aide sociale. Découvrez leurs réalités méconnues, les perceptions qu'entretiennent les Québécois à leur égard et la nature des aides de l'État dites de « derniers recours ».

Journal de rue de l'Estrie

Recherche des bénévoles
819 348-0086 / www.jdretrie.ca

Les exemplaires invendus par nos camelots sont mis en valeur grâce à leur distribution, sans frais, dans les résidences pour personnes âgées et dans des commerces estriens. Pour ce faire, le Journal de rue recherche des bénévoles possédant une voiture afin de livrer des journaux une fois aux deux mois (ou selon vos disponibilités).

Halte chaleur

Chaudronnée de l'Estrie

Tous les weekends jusqu'au 30 mars, les gens ayant besoin d'un endroit chaud et sécuritaire pour passer la journée peuvent se rendre au 470, rue Bowen Sud à Sherbrooke, de 8 h 30 à 16 h 00. Des collations et du café sont offerts.

Information et dons : chaudronweb.org

Thé victorien de Noël de la SHMLA

Domaine Uplands à Lennoxville
Samedi 7 décembre 2024, deux services : 12h30 et 15h

Au menu : thé et assortiment de sandwiches, biscuits et carrés de Noël.

Cet événement-bénéfice est possible grâce à l'aide de bénévoles exceptionnels de notre communauté et sert à amasser des fonds pour soutenir la mission et les activités de la Société d'histoire et du musée de Lennoxville-Ascot.

Ruches d'art du Tremplin

Activités d'art social au Tremplin 16-30 rue Wellington sud, Sherbrooke

Chaque mercredi soir jusqu'au 18 décembre de 18 h 30 à 20 h 30

Depuis mai 2022, les Ruches d'art du Tremplin offrent un espace de rencontre et de création dans une ambiance bienveillante et inclusive. L'activité est gratuite, le matériel d'art est fourni et tout le monde est bienvenu !

Le Réseau d'éclaireurs

Café-Écoute au local de l'épicerie du Centre Commun'Action au 1010, rue Fairmount, 2e étage, Sherbrooke

Les jeudis, nous accueillons les personnes avec un café et une collation et les échanges permettent la socialisation. Nous avons remarqué que ce moment est très significatif pour certains et leur permettent de briser l'isolement.

Bibliothèque Éva-Senéal

450, rue Marquette, Sherbrooke

Réservations obligatoires sur place (comptoir d'aide aux lecteurs) ou par téléphone au 819 823-8000, poste 5597.

Après-midi buissonnière

3 décembre de 13 h à 16 h

Atelier d'écriture offert par Lise Blouin

Que connaissons-nous le mieux, si ce n'est l'héritage que nous avons reçu? En effet, nous sommes constitués de ce que nos parents nous ont légué. À notre tour, nous avons développé et enrichi ce potentiel. Ce témoin que nous avons reçu, comment le passerons-nous à notre tour? Comment écrire l'héritage reçu et à transmettre? Ces ateliers se veulent une initiation au récit de vie.

10 décembre de 13 h 30 à 15 h 30

Atelier créatif de Noël.

Heure du conte – spécial Noël

18 décembre de 10 h 30 à 11 h 15

L'Heure du conte permet aux tout-petits d'entrer en contact avec l'univers fascinant de la littérature jeunesse. L'accès aux séances de l'heure du conte est réservé aux enfants de 3 ans et plus.

Un maximum de 15 enfants pourra assister à l'heure du conte.

Hiver de Lumières

Plongez dans la magie du Marché de Noël au Marché de la gare de Sherbrooke!

Ateliers de lanternes et animations les fins de semaine du 30 novembre au 15 décembre, de 13 h à 16 h.

Mini déambulateur festif le 15 décembre dès 16 h. Venez célébrer la lumière et la créativité!

Balade en forêt

Exposition multisensorielle au Musée des Beaux-arts de Sherbrooke, 241 rue Dufferin

Du 26 septembre au 5 janvier, mercredi au dimanche de 10 h à 16 h

À travers votre balade, vous êtes invités à vous prêter à un jeu d'identification des plantes que vous allez croiser sur le sentier. Constituez votre herbier et découvrez comment identifier les espèces botaniques qui habitent notre territoire.

Noël au Marché de la gare de Sherbrooke

710, Place de la Gare, à Sherbrooke
Toutes les fins de semaine de décembre

Vivez la magie du temps des fêtes. Artisans, producteurs et marchands se réunissent dans une ambiance festive. Vous y trouverez de tout pour offrir des cadeaux originaux et pour recevoir famille et amis en grand avec une abondance de produits du terroir !

Éveil musical

Bébé aussi veut découvrir la musique!

Bibliothèque Bertrand-Delisle de Rock Forest au 970 rue du Haut-Bois sud, Sherbrooke (5\$ pour les enfants non membres).

4 décembre de 10 h 30 à 11 h 15

Musique et Compagnie propose une série de cours stimulants pendant lesquels les plus jeunes pourront découvrir tout un univers sonore et musical. Les parents verront leurs enfants s'épanouir et s'émerveiller par la musique et par la stimulation de leur développement global.

Solution de *La chasse aux fautes*:

habitant, parti, cousins, court, fermées, Javel, remplissent, partant, s'entrevoient, bar, penchée, se, se, pb, elle, tout, tout

Musée d'histoire de Sherbrooke

Musée d'histoire de Sherbrooke
275, rue Dufferin

Mercredi au vendredi : 10 h à 12 h - 13 h à 16 h 30

Samedi et dimanche : 12 h à 16 h 30
Premier dimanche du mois : 10 h à 16 h 30

Histoire(s) de Noël(s) : exposition

Du 14 novembre au 5 janvier

La fête de Noël renferme une multitude de traditions matérielles et sociales ainsi qu'une grande variété de personnages qui contribuent à la magie de cette période de l'année.

Égalité femmes/hommes : 50 ans d'engagement

Du 6 février au 4 mai

Présentée par le Conseil du statut de la femme à l'occasion du 50^e anniversaire de sa création, cette exposition propose une rétrospective sur le chemin parcouru au Québec en matière d'égalité entre les femmes et les hommes.

Mémoires Sherbrookoises

Exposition permanente

Découvrez les écrits, les souvenirs et les témoignages d'hommes et de femmes qui ont habité la région au cours des deux derniers siècles.

Des premières installations de colons au début du XIX^e siècle jusqu'aux années 1960, découvrez le développement des différents quartiers de Sherbrooke sous l'influence de la langue maternelle, la religion, les occupations professionnelles ou encore les commerces de proximité qui s'y installent — ou pas...

www.mhist.org

L'Office municipal d'habitation de Sherbrooke peut vous aider à vous trouver un logement !

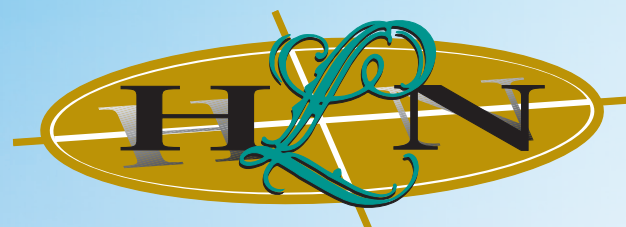
Communiquez avec nous au
819 566-7868, p. 255

Nos bureaux sont situés au
471, rue Galt Ouest à Sherbrooke.



Heureux d'encourager
le Journal de rue!

I M P R I M E R I E



L I T H O G R A P H E S



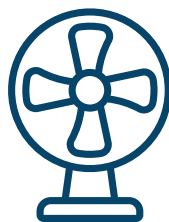
2605, rue Hertel, Sherbrooke (Québec) J1J 2J4 • Tél. : 819-566-7611 • Sans frais : 1-800-267-7611
www.imprimeriehln.com • robert@imprimeriehln.com



ESPACE BOUTIQUE RÉCUP-R



DÉFI Polyteck



Produits neufs et revalorisés :

- Ventilateurs
- Climatiseurs
- quincaillerie
- Déshumidificateurs
- Vêtements de
- Et bien +



 **EstrieAide**
Créateur de richesse collective



**OUVERT
AU PUBLIC**

Lundi au jeudi
8 h à 16 h

Vendredi
8 h à 15 h

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

T 819 348-1209