



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



Un livre, un village
La lecture en vedette à Eastman
PAGE 11



La perte d'un enfant
Coop funéraire de l'Estrie
PAGE 19



Élan de solidarité. Dans le pré d'en haut, la rumeur circule, portée par la brise. Il paraît que la grosse Dolly va vêler cette nuit. La fermière prévoit un accouchement difficile : elle a prévenu son mari. On risque de perdre notre meilleure reproductrice. Flanc contre flanc, Valentine, Georgina et les autres se passent le mot. S'il est vrai que ça prend tout un village pour élever un enfant, ça prendra tout un troupeau pour élever ce petit veau.

Texte : Pierrette Denault / Photo : Nicole Boisvert

Ensemble pour notre région

76, rue Ozias-Leduc, Sherbrooke 819 566-6345
www.caritas-estrie.org info@caritas-estrie.org

Les camelots sont des travailleurs autonomes.
Pour chaque exemplaire vendu, ils reçoivent 2,00 \$.

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, présidente
- Pierrette Denault, vice-président
- Suzanne Ménard trésorière et secrétaire
- Nancy Mongeau et Olga Renaud, administratrices ; René Guillemette, administrateur

COMITÉ DE PRODUCTION

- Direction et édition : Nancy Mongeau
- Éditrice Adjointe: Moika Vaillancourt
- Agent-pivot : Gabriel Martin
- Révision : Frédérique Garain, Suzanne Ménard
- Photographie : Nicole Boisvert
- Rédaction : Nancy Mongeau, Pierrette Denault, Jacques Quintin, Monique Turcotte, Bernard Couture, Olga Renaud, Jerry Espada, Luc Breton, Lucie Roy, Juanita Beléndez, Gilles Deslile, Sandrine Kirouac, Suzanne Drouin, Patricia Wellington Leclerc, Marie Robert, Alain Lamoureux, Colette Beaudet, Tom Néron, Jean-Michel Ayotte, René Guillemette, Marc Bolduc, Mathieu K. Blais, François Fouquet (Coopérative funéraire de l'Estrie), Isabelle Arguin (Le Jardin des animaux), Karine Guillemette (Action Handicap Estrie), Nadia Choubane (Caritas Estrie)
- Intervention : Grégoire-Étienne Saint-Aubin
- Des sièges sont disponibles sur le comité de production. Aide à la rédaction et postes de travail mis à la disposition des bénévoles.

Imprimeur : Hebdo Litho

Tirage : 5 000 exemplaires (vendus en Estrie sur la rue par nos valeureux camelots)

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 (QC) J1H 5H5

En personne : 470, rue Bowen Sud, Sherbrooke

Téléphone : 819 348-0086

Courriel : production@jdrestrie.ca

SUIVEZ-NOUS

Facebook : [JournaldeRueEstrie](https://www.facebook.com/JournaldeRueEstrie)

Site web : www.JdrEstrie.ca

SOMMAIRE

Page éditoriale.....	p. 2
Voix libre.....	p. 3 à 4
Communautaire.....	p. 5 à 8
Chroniques.....	p. 9 et 17
Société.....	p. 10
Culture.....	p. 11 et 13
Livres.....	p. 14
Poésie.....	p. 15
Chronique linguistique.....	p. 16
Partenaires communautaires.....	p. 18
Partenaires d'affaires.....	p. 19 et 20
Divertissement.....	p. 21 et 22
Annonces.....	p. 12 et 23

Financé par le
gouvernement
du Canada



PAGE ÉDITORIALE

Rassembler les talents pour une bonne cause

Nancy Mongeau, directrice du JRE

Le Journal de rue de l'Estrie (JRE) est un média communautaire et un OSBL ancré en Estrie depuis plus de 20 ans. Sa force réside dans l'implication bénévole de la collectivité et dans son union avec les autres organismes bénéficiant de ce canal pour communiquer avec la population.

Malgré l'évolution de la technologie et l'ajout d'une plateforme numérique, le Journal de rue conservera son format imprimé pour de nombreuses années, car il permet à des gens en situation de pauvreté ou d'exclusion sociale d'obtenir un emploi convenant à leurs limitations. Ces camelots que vous croisez à Sherbrooke aux portes de commerces paient le journal 2 \$ et le revendent 4 \$, selon un horaire établi en collaboration avec l'intervenant social du JRE.

Des bénévoles à la rédaction

Nos chroniqueurs et chroniqueuses sont des bénévoles de tous âges issus de divers milieux. Ces personnes se rassemblent, et ce, sans distinction de genre et de statut social, autour de la table de production du JRE pour : rédiger des reportages et planifier des entrevues et des sessions de photographie, commenter un livre lu récemment, témoigner de leurs

expériences, partager leur poésie, cogiter sur les meilleurs sujets de nouvelles à communiquer aux lecteurs, réaliser des jeux destinés à la page de divertissement, etc. Cette variété de tâches offre à chacun d'eux une place afin de s'impliquer dans le groupe. La diversité des sujets représente une véritable richesse!

Saviez-vous que chaque année, près de 200 personnes et organismes contribuent au contenu du JRE? Vous pourriez en faire partie. Que ce soit en personne ou à distance, votre implication sera toujours reconnue.

Des membres pour soutenir la cause

Que serait un organisme communautaire sans son membrariat? Les bénévoles composent les membres actifs du Journal, mais le lectorat et les personnes qui croient en la mission sociale du JRE peuvent aussi y souscrire pour la

modique somme de 25 \$ par année. Les dons supplémentaires sont évidemment bienvenus et directement investis dans la lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale, dont notre région n'est pas épargnée.

Pour vous impliquer ou en savoir plus

Visitez notre plateforme numérique au jdrestrie.ca pour nous communiquer votre intérêt à vous impliquer ou pour nous transmettre un message. Envie de contribuer financièrement à la mission du JRE? Devenez membre et faites un don via cette même adresse web sécurisée ou remplissez le coupon du journal imprimé pour l'envoyer avec votre chèque. Ne sous-estimez pas la portée de votre geste, car même modeste, il s'additionnera à un autre et à un autre et... ainsi sera produit le journal et vous aurez pris part au mouvement visant à aider un grand nombre de personnes.

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@jdrestrie.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 : jdrEstrie.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!**

Un merveilleux salon des animaux

Lucie Roy, camelot du Journal de rue

Le Salon national des animaux de compagnie s'est déroulé les 13 et le 14 avril derniers au Centre de foires de Sherbrooke. J'y suis allée le 14 et j'ai beaucoup aimé ma journée. J'ai pu voir plusieurs animaux et l'ambiance musicale était bonne.

Parmi les nombreuses bêtes présentes, il y avait des cochons, des lapins, des chiens, des chats, des oiseaux, des serpents et même des poneys. J'ai flatté de beaux petits chiens que j'avais envie d'emmener chez moi, c'était une très belle expérience. De plus, il y avait plusieurs races de chiens tels : le bulldog anglais, le berger italien, le bichon maltais, le chihuahua... Tous les chiens d'ailleurs étaient très gentils. Et j'ai ADOREÉ flatter les mignons chatons et les charmants petits lapins. De plus, croyez-le ou non, il y avait une piscine

à l'intérieur du bâtiment. Je ne me suis pas baigné, mais les chiens oui. Il y avait un entraîneur ou une entraîneuse qui lançait un bâton et les chiens sautaient dans l'eau pour l'attraper.

Cependant, certains chiens épuisés après le deuxième jour passé au salon ne voulaient pas sauter dans la piscine, mais la plupart ont plongé. Voir un spectacle comme ça c'était fabuleux. En bref, aller à ce salon était une excellente idée que je recommencerais n'importe quand.



Lucie Roy, camelot du Journal de rue © Jean-François Dupuis



Des soins qui changent une vie

Juanita Beléndez

À Monsieur Stéphane Tremblay et Docteure Annick Michaud

Félicitations pour vos services en psychiatrie à l'Hôtel-Dieu, rue Bowen. La qualité des soins, mais aussi le professionnalisme, la compassion et la compétence du personnel sont excellents. Je tiens à remercier tout le personnel du service de psychiatrie, tant celui des étages que celui de l'urgence en santé mentale. Vous avez une équipe merveilleuse : des préposées et préposés calmes et patients, des infirmières fiables et dévouées et des psychiatres empathiques et bienveillants.

Si je peux dire aujourd'hui que j'ai une bonne santé mentale, c'est grâce à ces services extraordinaires. Votre aide, m'a permis d'améliorer graduellement ma qualité de vie et je vous en suis très reconnaissante.

Je ne peux oublier de remercier les gens qui travaillent aux services de l'urgence physique et de soins intensifs qui m'ont aidée à rester en vie après des tentatives de suicide, des surdoses et des épisodes d'automutilation. La gentillesse et la patience du personnel alliées à une grande qualité des soins m'ont permis de redevenir maintenant souriante sans avoir besoin de prendre de médicaments, après des années de traitements.

S'il était en mon pouvoir, de décerner un trophée d'excellence aux services d'un hôpital qui dépassent la norme, je le remettrais volontiers à tous ces services de l'Hôtel-Dieu de Sherbrooke.

ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

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

«Connaitre, Aimer, Servir»

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

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

Lettre ouverte sur le français

Gilles Delisle, coorganisateur du concours de création de chansons francophones du Cégep de Drummondville

Au lancement de la première édition du concours de création de chansons francophones du Cégep de Drummondville, en 2023, je me suis exprimé sur le pouvoir que possède cette petite sœur de la poésie qu'est la chanson. J'avais évoqué son pouvoir à faire image dans nos têtes et dans nos cœurs ; son pouvoir pour créer des émotions, nous attendrir, nous faire taper du pied, des mains et danser, sans oublier sa formidable puissance évocatrice de souvenirs heureux et précieux.

J'ai rappelé également la nécessité d'aimer et de promouvoir notre magnifique langue. Notre langue est menacée. C'est documenté! Alors que partout dans le monde, on s'inquiète des espèces animales disparues ou en voie de perte, je regrette qu'une langue dans un contexte donné, ne fasse pas toujours l'objet des mêmes inquiétudes.

Heureusement, les consciences s'éveillent, des voix s'élèvent et notre culture fait preuve d'une grande vivacité. Elle est bouillonnante. Elle est effervescente. À preuve, quelque 1000 albums de musique québécoise sont produits annuellement.

Toutefois, le défi demeure intense. Ces formidables efforts sont confrontés aux 100 000 chansons qui s'ajoutent quotidiennement sur les fils de musique en ligne; cette saturation du marché fait en sorte que seulement 5 % de la musique écoutée par les Québécois est constituée de chansons francophones. *Spotify* a même annoncé récemment qu'elle veut cesser de verser des droits

pour les chansons qui jouent environ moins de 200 fois par année. Cela, on s'en doute, fait place aux gros joueurs. Comme s'il fallait éliminer les nouveaux artistes - les artistes émergents - et, quant à faire, les artistes provenant de cultures de moindres importances. Éliminons ces parasites et « show me the money ».

Non mais sérieusement que devons-nous donc faire?... Résister! Cela peut se faire par de simples et nombreux gestes au quotidien ou par des actions collectives. Il importe de sensibiliser et d'éduquer face à cette nécessité de promouvoir le français.

Récemment, j'ai trouvé un texte que j'avais écrit à l'attention de mes élèves finissants de 6^e année - par mes cheveux gris, on s'en doute - il y a quelques années. Je leur disais :

« J'ose espérer que tu as appris à apprécier le français, ta langue. Sache qu'elle fait partie de toi. Tout comme tes yeux, tes cheveux, ton visage, la langue que tu parles est une caractéristique de ta



Image par Nicole Boisvert

personne. Alors, prends-en soin, essaie de toujours la présenter sous son meilleur jour. Nous aurons besoin pour le futur, de poètes, de créateurs, de réalisateurs et de cinéastes qui rendront la vie belle. Et tout cela passera par une fine utilisation de ta langue. »

Nos enseignants, du primaire au collégial, ont fort à faire dans l'enseignement de notre langue mais, au-delà de l'apprentissage des nombreuses règles orthographiques, syntaxiques et grammaticales qui sont parfois difficiles mais certainement nécessaires, peut-on avoir perdu de vue qu'il faut prendre également le temps de l'apprécier, de l'aimer. Mes élèves ont été régulièrement invités à partager un texte qui leur

plaisait et, ma foi, nous avons fait de belles découvertes.

Outre les milieux de l'éducation, de nombreux organismes et diverses associations font la promotion plus que nécessaire de notre culture et de notre langue. Le concours de création de chansons francophones du Cégep de Drummondville s'inscrit dans cette démarche, nous sommes un parmi d'autres. Peu importe sa dimension, ce concours vient s'ajouter à tous ceux qui œuvrent dans le même but. Et il n'est pas anodin qu'il se déroule dans un collège d'enseignement général et professionnel.

La solitude

Jerry Espada

La solitude. Elle a longtemps été mon ennemie. Elle m'ennuyait à pleurer lorsque j'étais petit; enfant unique au milieu des grands, loin d'un père absent de moi, mais jamais de son travail ou de ses tourments de grand.

Plus tard, la solitude a arraché mon cœur d'adolescent, affligé par les ruptures et les « non » de celles qui n'avaient que faire de mon amour. Dérivant en plein milieu de l'océan qui coulait de mes yeux, déchiré en mille morceaux par la peine et accroché à mon lit, une phrase simple, mais poignante, s'approcha de moi tel un morceau de bateau détruit par la tempête : « mieux vaut être seul que mal accompagné ». Une révélation ! La solitude, cette ennemie jurée, pouvait-elle devenir une alliée des liens tissés desserrés?

Je me suis mis à lui parler. Je lui posais des questions. J'ai appris à la connaître, à la comprendre. Ce n'était pas une mauvaise personne, au contraire. C'est fou comment ça crée des liens forts quand on s'intéresse vraiment aux autres, plutôt que de les reléguer au rang de spectateurs de nos vies.

Quand elle était là, tout près de moi, elle ne disait rien, elle attendait que je fasse les premiers pas. Elle m'écoutait, avec compassion, avec cette tendresse qui n'existe que dans l'amour avec un



grand A. Elle me regardait lire et écrire. Elle me suivait quand j'allais marcher ou courir. J'ai fini par apprécier sa présence au point où il m'arrivait souvent de regretter qu'elle ne soit pas là quand je n'étais pas seul.

Aujourd'hui, j'apprécie tellement ma solitude qu'elle est quasiment toujours

là, peu importe ce que je fais et avec qui. Elle est prête à prendre le relais quand je m'ennuie avec les autres. Je lui chuchote parfois des mots doux à l'oreille sans que personne ne s'en aperçoive. Mais quand je suis en bonne compagnie, elle sait se faire discrète tout en étant prête au moindre ennui.

Enjeux actuels en lien avec l'aide sociale au Québec

Nancy Mongeau

L'Action Plus de l'Estrie et la Table d'action contre l'appauvrissement de l'Estrie (TACAE) unissaient leurs voix à l'occasion de la 51^e Semaine de la dignité des personnes assistées sociales du Québec pour nous informer de quelques lacunes au sujet des services et prestations actuellement offerts aux gens dans le besoin.

Au moment d'écrire ces lignes, la ministre Chantal Rouleau annonçait le dépôt imminent d'une réforme de la loi sur l'aide sociale : une première en presque 20 ans! Plusieurs groupes de défense des droits et de lutte contre la pauvreté l'attendent avec impatience et leurs attentes sont grandes. Ils jugent que notre programme d'aide sociale a grand besoin d'être revu. Il faut avouer que dans le contexte inflationniste actuel, il est plus que jamais essentiel d'attirer l'attention sur la réalité des personnes qui vivent de l'aide sociale.

Réintégration des diagnostics évidents

Depuis le 1^{er} juillet 2022, le ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale a retiré les troubles du spectre de l'autisme, le syndrome d'Asperger, la schizophrénie et la bipolarité de la liste des diagnostics évidents permettant un accès rapide au programme de solidarité

sociale. Cela entraîne des conséquences graves pour les personnes concernées, car elles perdent ainsi l'accès à une liste de programmes qui ont pour objectif d'aider les personnes avec un handicap.

Qualité des soins dentaires

Les prestataires de l'aide sociale ont accès à des soins dentaires de moindre qualité. Le programme d'aide sociale octroie des montants ridicules pour les prothèses dentaires, comparativement à ce qui est offert aux aînés en CHSLD. Les prestataires ayant besoin de se faire plomber les dents ne peuvent se faire rembourser que des amalgames qui contiennent du mercure (reconnu comme cancérigène, mutagène, reprotoxique et causant la neurodégénérescence du cerveau telle que l'Alzheimer, depuis au moins 1997 au Canada). Sur le long terme, cela porte atteinte à la santé de ces personnes.

Revenu de base

Le programme de revenu de base mis en place le 1^{er} janvier 2023 par le gouvernement du Québec va dans le bon sens, mais il est insuffisant car son accès est restreint à très peu de prestataires. Ce programme s'adresse seulement à des personnes qui ont des contraintes à l'emploi sévères et persistantes. Contrairement aux autres types de prestations, le revenu de base permet à ces personnes de gagner plus d'argent en travaillant sans que cela ne modifie le montant de leurs prestations.

Quelques données sur les prestations mensuelles d'aide sociale

Personne sans contrainte à l'emploi : 807 \$

Avec contrainte temporaire : 968 \$

Avec contrainte sévère : 1261 \$

Programme de revenu de base : 1627 \$

Rappelons-nous que l'aide sociale est le dernier rempart quand la vie nous fait des jambettes, quand on doit faire face à des problèmes de santé mentale, à la maladie, à la perte d'un emploi, à une séparation difficile. C'est un programme essentiel pour nos concitoyens et concitoyennes qui sont dans l'incapacité de travailler.



Une délégation de l'Estrie participait à la manifestation nationale qui se tenait à Montréal en mai dernier.

Pain Partagé 2024

Caritas Estrie récolte une somme record de 209 324 \$

Nancy Mongeau

La 62^e campagne du Pain partagé qui s'est tenue le 29 mars dernier a permis à Caritas Estrie d'amasser 209 324,99 \$. Cette somme représente une augmentation de 29 % par rapport à l'an dernier.

Caritas Estrie tient à remercier les 4 000 bénévoles qui se sont déployés dans toutes les MRC de l'Estrie ou dans l'un ou l'autre des sept points de vente pour inviter la population à acheter un pain. Cette année, un chapiteau avait été aménagé dans le stationnement de l'église Saint-Jean-Baptiste à Sherbrooke. Plus de 300 pains ont trouvé preneur à cet endroit.

Les sommes recueillies serviront à financer des projets de lutte contre la pauvreté et l'exclusion partout sur le territoire estrien.

Rappelons que l'an dernier, malgré un contexte économique incertain, plus



Caritas Estrie dévoile le montant amassé par la vente du pain partagé : 209 324,99 \$ © Caritas Estrie

de 85 organismes s'étaient partagé 163 000 \$ amassés durant l'événement. Ils ont ainsi pu venir en aide à 51 000 personnes présentes sur tout le territoire estrien.

“ Témoignage ”

Ma conseillère a dépassé mes attentes : elle m'a fait réaliser, dès nos toutes premières rencontres mes véritables besoins et objectifs de carrière. Je n'aurais pu atteindre ces résultats sans l'aide et l'écoute de celle-ci.

Si vous êtes à la recherche d'emploi ou en réorientation, je recommande fortement le CIME.

Carole ”

309, rue Marquette
Sherbrooke, Qc
819 564-0202
www.cime-emploi.com

Avec la participation financière de:

Une cause qui fait vibrer

Luc Breton, auteur

Luc Breton est président du Journal de rue de l'Estrie depuis janvier 2024.

J'ai commencé à écrire mon roman *Le cimetière des aveux* en décembre 2020, dès lors je savais que je verserais une partie des recettes du livre à un organisme d'aide à la communauté. J'ai dédié les deux années suivantes à l'écriture quotidienne de mon livre sans y repenser.

La liste des OBNL en Estrie est sidérante et tous ont un grand besoin d'aide financière. Je souhaitais m'associer à une cause qui me fait vibrer, à laquelle je m'identifierais sans équivoque. Le premier lancement de mon roman étant prévu en avril, le temps pressait et je devais annoncer l'organisme avec lequel je m'associerais. Bien que je sois dubitatif devant les affirmations du type « toute réponse arrive à point nommé », c'est pourtant ce qui s'est produit. Laissez-moi vous raconter.

Le 21 mars 2023 à 20 heures, j'écoute avec mon amoureux et les deux chiens, tous installés sur le même divan, l'avant dernier épisode de la série télévisée *Virage – Double faute*, concoctée par Louis Morissette, Éric Bruneau et Marie-Hélène Lebeau-Taschereau.

Éric Bruneau y campe le rôle de Charles Rivard, un ex-champion de tennis déchu

qui a échoué à un contrôle antidopage. Après une descente aux enfers, un rétablissement, la sobriété, voilà qu'il retourne à la case départ à la suite de révélations de journalistes sur son passé trouble. Il perd son emploi d'entraîneur. Il s'écroule.

Cette scène m'a glacé le sang, j'ai frissonné, les larmes ont coulé. En quelques minutes j'ai plongé à mon tour dans les souvenirs douloureux de ma toxicomanie et de mon alcoolisme. Il n'y a pas ici de parallèle entre le tennis professionnel et mon travail, si ce n'est la pression de la performance. Ce que j'ai en commun avec le personnage principal de la série est la chute, la honte d'avoir échoué, l'âme éventrée, le désespoir, la perte de repère, la peur de l'avenir, la solitude et les tumultes intérieurs. Une souffrance hermétique d'un être cabossé, qui n'ose partager avec les autres, pensant qu'ils ne voudront ni l'écouter ni le

soutenir. Ne plus être capable de croire qu'un jour tout sera derrière nous. En 39 ans de sobriété, c'était la première fois que je recevais un choc aussi puissant me ramenant à mon *ancienne vie*. Merci aux mains tendues qui m'ont aidé à désencombrer cette période de ma vie. Je ne peux trouver meilleure explication que cette phrase clichée « Donner au suivant ».

Je ne porte pas sur mes épaules le sort de l'humanité, mais je crois fermement que les chances ne sont pas égales pour tous dans notre société. Je persiste à croire que j'ai été gracié et que mon nom a été pigé dans un chapeau, comme le dit si bien la maxime populaire. Et si je faisais partie un tant soit peu de la chance de quelqu'un d'autre ?

Le Journal de rue de l'Estrie me garde les pieds bien ancrés dans la réalité et me rappelle que la fragilité de la vie nous



Pour chaque copie vendue de mon roman *Le cimetière des aveux*, je verse 2 \$ au Journal de rue de l'Estrie. En vente à la Librairie Appalaches à Sherbrooke et via le boutique.bouquinbec.ca/le-cimetiere-des-aveux

souffle dans le cou. Ma façon d'alimenter la flamme de l'espoir, c'est cette contribution versée grâce aux ventes de mon roman.



La pauvreté n'est pas en vacances...



***Merci de contribuer
généreusement à
l'atteinte de notre mission.***

La Chaudronnée de l'Estrie inc.
Soupe populaire

470, rue Bowen Sud, Sherbrooke, J1G 2C7
chaudronweb.org/faire-un-don
819 821-2311

La mission de Plasmavie

Monique Turcotte

En septembre dernier, Héma-Québec célébrait ses 25 ans. En effet, c'est le 28 septembre 1998 que la société d'État a été formée pour prendre le relais de la Croix-Rouge canadienne sur le territoire du Québec à la suite du scandale du sang contaminé.

Depuis, elle s'est grandement élargie en développant de nouveaux secteurs comme ceux des cellules souches et du sang de cordon, des tissus humains, du lait maternel et des analyses de laboratoire spécialisé. Héma-Québec est d'ailleurs le fournisseur exclusif de produits sanguins et distributeur d'une cinquantaine de médicaments fabriqués à partir de plasma pour la population du Québec.

À cet effet, Héma-Québec nourrit un objectif ambitieux : accroître l'autosuffisance dans l'approvisionnement en plasma, la partie liquide du sang dans laquelle circulent les globules rouges et blancs ainsi que les plaquettes.

À quoi sert le plasma

Ce précieux liquide sert entre autres à la fabrication de médicaments spécialisés, dont les immunoglobulines intraveineuses (IgIv) qui sont de plus en plus utilisées. Les IgIv sont des anticorps que l'on administre par les veines pour traiter plusieurs maladies qui atteignent le système immunitaire ou pour augmenter l'effet du système immunitaire en perte d'efficacité.

La hausse constante de la demande de ces médicaments irremplaçables et l'importance de réduire la dépendance envers le plasma des États-Unis ont engagé Héma-Québec à faire tout en son pouvoir pour atteindre ses objectifs. Elle promeut activement la recherche de donneurs afin d'atteindre 42 % d'autosuffisance en IgIv en 2025, un plan ambitieux pour ce secteur.

Des besoins grandissants

Il est à noter que le Québec se classe parmi les plus grands utilisateurs d'immunoglobulines par habitant au monde. D'où l'importance de faire

connaître la mission de PLASMAVIE, car après un boom de dons de sang et de plasma durant la pandémie, l'organisme de l'Estrie peine aujourd'hui à atteindre son objectif de 20 000 dons par année. On a besoin de vous, et qui sait, peut-être qu'un jour l'un de vos proches ou vous-même aurez besoin de produits et services d'Héma-Québec.

Au Québec, toute personne en bonne santé de 18 ans et plus répondant aux différents critères d'admissibilité peut donner du plasma ou du sang. Il n'y a plus de limite d'âge maximum pour donner. Tant et aussi longtemps que la personne respecte les critères d'admissibilité, elle pourra se qualifier au don.

Depuis décembre 2022, la nouvelle approche fait en sorte que toute personne qui se présente pour faire un don de sang, de plasma ou de plaquettes doit répondre à un questionnaire non genré. Autrement dit, ce sont les mêmes questions pour tous les donneurs potentiels, quels que soient le sexe, le genre ou l'orientation sexuelle du donneur. Ce changement permet une approche plus inclusive du don de produits sanguins.

L'ABC d'un don

Le prélèvement de plasma dure environ 45 minutes. Les donneurs dont le groupe sanguin est A+, B+, AB+ ou O+ et qui souhaitent donner plus souvent, sont particulièrement recherchés.

Ouvert du lundi au samedi, le centre de Sherbrooke reçoit les donneurs sur rendez-vous. Un don peut être effectué tous les six jours. Deux façons très simples pour prendre son rendez-vous : en ligne via le hema-quebec.qc.ca, et par téléphone au 1 800-343-7264.



Il est facile de faire un don de plasma © Nicole Boisvert

Un don, une heure, une vie sauvée

Sandrine Kirouac et Guillaume Deslauriers

Devant de nombreuses œuvres caritatives et organismes qui sollicitent la participation de bénévoles, nous nous sommes interrogés afin d'évaluer où notre action serait le plus profitable au mieux-être de la collectivité.

Pour atteindre notre objectif, soit d'offrir une aide significative tout en donnant aux autres un peu de ce dont nous avons hérité, nous avons opté pour un don de plasma au centre PLASMA-VIE de Sherbrooke. Le don de plasma a été notre choix pour les motifs suivants :

D'abord, ce don peut être effectué plus souvent que le don de sang et le précieux liquide sert pour diverses utilisations au service des malades (voir le texte ci-contre de Monique Turcotte). On y consacre chaque fois moins d'une heure de notre temps, confortablement allongés et étroitement surveillés par du personnel qualifié et attentif au moindre inconfort. À peine ressentons-nous un bref pincement lorsqu'une infirmière fait pénétrer l'aiguille et lors de son retrait, effet comparable à l'inconfort éprouvé lorsque le dentiste utilise une seringue pour insensibiliser nos gencives.

Le don de plasma se fait habituellement sans effets secondaires majeurs ressentis, sinon parfois une légère sensation de froid causée par l'injection d'un soluté. Il est possible qu'une baisse de pression survienne lors de l'opération,

mais aucun incident majeur ne peut arriver, car le personnel intervient rapidement pour y remédier.

On nous demande souvent si on doit diminuer nos activités habituelles après un don de plasma. Bien qu'il soit recommandé de réduire nos efforts pendant 6 à 8 heures après un don de plasma, on ne modifie généralement pas nos habitudes. « En ayant une bonne hydratation et en mangeant bien la journée du don, on peut poursuivre notre quotidien en évitant les activités physiques très intenses », précise Guillaume. « J'ai toujours conservé un bon niveau fonctionnel après un don de plasma, il suffit de demeurer raisonnable », ajoute Sandrine.

Si vous jouissez d'une bonne santé, et si vous disposez d'une heure de temps libre, pourquoi ne pas vous joindre à la grande équipe de donneurs de plasma et participer au mieux-être de personnes moins favorisées ?

Voilà une belle occasion de prendre du temps pour vous, de lire un bon livre ou d'écouter votre musique préférée.

Sauver une vie, sauver des vies, peut-être celle d'une personne qui vous est chère, ne demande qu'un peu de temps, mais beaucoup de compassion.

Plasmavie Sherbrooke

3200, rue King Ouest, local A-170, Sherbrooke, Québec, J1L 1C9

Les centres de prélèvement modernes, au décor chaleureux et convivial, vous offrent un service personnalisé et transforment le don en une expérience des plus agréables.

Pour connaître les adresses de tous nos centres de don : www.hema-quebec.qc.ca/plasma/donneur-de-plasma/ou-donner-du-plasma.fr.

L'Estrie met ses culottes

Bilan de l'activité à Sherbrooke

Nancy Mongeau

Les équipes de Récupex et du Comptoir familial de Sherbrooke ont recueilli les dons de vêtements usagés de la population sherbrookoise et remis des arbres aux donateurs le 11 mai dernier. Cette année encore, la population locale était au rendez-vous pour approvisionner ces organismes et pour éviter que des matières textiles aboutissent au site d'enfouissement.

En seulement sept heures, près de 500 arbres ont été distribués et 11 500 livres (5,2 tonnes) de vêtements récupérés sur les deux sites de collecte. C'est le résultat de 380 donateurs.

Pour Danny Roy, directeur général de Récupex, le succès de la campagne repose encore une fois sur la mobilisation de la communauté. « Nous tenons à remercier la population sherbrookoise d'avoir répondu à l'appel de L'Estrie met ses culottes. La bonne humeur des gens venus nous remettre leurs vêtements usagés – en plus du beau temps qui était au rendez-vous – sont de vraies doses de motivation. Les dons reçus à Sherbrooke et partout en Estrie ont un impact positif sur l'environnement et contribuent aux missions des organisations locales. »

Une campagne qui rayonne en Estrie

L'Estrie met ses culottes regroupe des partenaires d'un peu partout dans la région, qui ont collecté à leur tour les vêtements de leur communauté. En plus des collectes de Récupex et du Comptoir familial de Sherbrooke, le Chiffonnier – Ressourcerie du Granit, les Villes de Scotstown et de Waterville, le centre d'Action bénévole de Coaticook, l'organisme SOS dépannage Granby et la friperie du village de Wotton ont fait vivre la campagne sur leur territoire. Les municipalités du Canton Lingwick, de Sainte-Cécile-de-Milton et d'Ascot Corner ont aussi organisé des collectes.



La population a répondu à l'appel du Comptoir familial de Sherbrooke situé au Carrefour Dunant. Étaient présents : Guylaine Ruest, directrice du Comptoir familial, Danny Roy, directeur général de Récupex, ainsi que l'équipe motivée de bénévoles et de membres du conseil d'administration du Comptoir familial © Récupex



11 500 livres de vêtements et de textiles ont été amassées lors de la 28^e édition de L'Estrie met ses culottes. De gauche à droite, Geneviève Hébert, députée de Saint-François, l'équipe du centre de tri et de confection de Récupex, l'équipe du Pont de bois, l'équipe de la boutique t.a.f.i. & Cie et David Brown © Récupex

**MERCI
DE
DONNER
ET AUSSI D'ACHETER.**

DES PRIX IMBATTABLES!

**VÊTEMENTS, LITERIE, VAISSELLE, JOUETS, LIVRES,
PETITS ARTICLES DIVERS EN BON ÉTAT.**

Le meilleur rapport qualité/prix sur le marché. Une
marchandise renouvelée quotidiennement. Bienvenue à tous!

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!

Graham Bell : un pionnier dans l'éducation des personnes sourdes

Suzanne Drouin

Connaissez-vous Alexander Graham Bell comme étant l'inventeur du téléphone électromagnétique, puis du téléphone à cornet? Eh bien, ce n'est toutefois pas exact. Même s'il est l'ingénieur et le scientifique le plus célèbre, plusieurs prototypes ont été testés précédemment. Le téléphone à ficelle a été inventé en 1667 par Robert Hooke et pour ce qui est du véritable inventeur du téléphone électromagnétique, il s'agirait d'Antonio Meucci en 1913. Malheureusement pour lui, il ne connaîtra pas les bénéfices de son invention révolutionnaire.

Mais on peut se poser la question suivante : dans quel but Graham Bell faisait-il ces expériences? Son intérêt venait du fait que sa mère et son épouse étaient sourdes et il cherchait à aider les personnes considérées à l'époque comme sourdes et muettes. Il a donc consacré sa vie à apprendre à communiquer avec les personnes sourdes. Graham Bell était professeur de diction et phonologue à la *Boston University*. Ses recherches l'ont amené à créer des appareils auditifs, et c'est là qu'il a obtenu son premier brevet pour le téléphone. Fait cocasse, il était

tellement mécontent de son invention qu'il avait refusé d'utiliser un téléphone dans son laboratoire.

Bell a également d'abord étudié la musique à l'oreille, puis à l'aide de partitions. Ces connaissances lui ont permis de mieux comprendre les origines du son. C'est à l'âge de 15 ans, à Londres, chez son grand-père, que naissent ses idéaux. Son grand-père a beaucoup insisté sur l'importance des mots pour chaque être humain. De 1868 à 1870, Graham Bell étudie l'anatomie et la physiologie

à l'*University College* de Londres. À 16 ans, il devient professeur de diction et de musique à l'Académie Weston House en Écosse.

C'est en novembre 1873, à l'âge de 26 ans, qu'il fait la connaissance de son élève Mabel, une personne sourde dont il tombe amoureux et qui devient son épouse. Son grand-père et son père sont tous deux professeurs d'élocution et de diction. En octobre 1872, Alexander Bell ouvre son école de physiologie vocale et de mécanique de la parole. Tout au long de sa vie, Bell a souhaité



Bell a enregistré sa voix sur un disque de cire en 1885. Pour les plus curieux d'entre vous, il est possible d'écouter un court extrait de sa voix sur Wikipédia.

Saviez-vous que Graham Bell ne visait pas la création du téléphone dans ses recherches, mais plutôt la phonétique pour les personnes sourdes? Image ci-haut : téléphone à cornet.

que les personnes sourdes entrent dans le monde des entendants. Bell a été grandement affecté par la surdité progressive de sa mère. Il a appris la langue des signes afin de converser avec elle. À la mort de Graham Bell en 1922, il y avait plus de 13 millions de téléphones dans le monde.

Évelyne Beaudin

Mairesse de Sherbrooke

mairie@sherbrooke.ca

819 823-8000

Ville de
Sherbrooke



Les sites de rencontre, est-ce pour nous mesdames ?

Patricia Wellington Leclerc

Le monde dans lequel nous vivons jouit d'interactions technologiques. Plusieurs plateformes offrent des produits plus qu'alléchants pour le consommateur. Des conseils de beauté, des artistes en devenir, des filles à profusion, etc. sont accessibles sans pécule au travers de blogues, d'Instagram ou encore de YouTube. Tout comme Facebook, qui permet à un profil de devenir viral grâce à une photo aimée de tous, ces publications, réalisées par des amateurs, font couler l'argent à flot vers celui qui en est la vedette. Sans qu'il lui en coûte rien ou presque.



Patricia-Wellington Leclerc

Le journal Les Affaires a publié le 24 avril 2018 : Mesdames, oubliez les sites de rencontres ! Dans cet article, le cofondateur d'OkCupid et détenteur du site Match.com, Christian Rudder affirme, selon des statistiques établies de sa part, qu'il est quasiment impossible pour les femmes de 35 ans et plus de trouver l'âme-sœur sur les sites de rencontres. Ce qui apporte des questionnements.

Faisons l'essai ! Je suis une femme de 53 ans célibataire. Examinons la véracité de ces dires. Est-il vrai, vu mon âge, que je serai mise dans les oubliettes ?

Pour créer une réelle recherche d'informations, je me suis inscrite gratuitement sur les trois sites de rencontre préférés des Québécois pour une présence de sept jours.

Des frais d'environ 200 \$ pour 6 mois minimum par portail sont exigés pour ceux ou celles qui sont plus actifs vers leur objectif de rencontre. Les réponses pour une femme d'expérience ne démontrent aucunement que les hommes de 40 ans et plus s'intéressent réellement à des jeunes filles pour une relation sérieuse, selon les profils des messieurs. Un des portails, le meilleur, m'a soufflé 150 hommes souhaitant entrer en contact avec ma personne, avec une panoplie de beaux hommes et d'autres moins attirants. L'inscription choisie est gratuite, ce qui ne permet aucune conversation, ni l'accès à la lecture des messages de ces prétendants.

Un des portails, par contre, avec inscription gratuite, autorise une interaction avec quiconque désirant en

connaître davantage sur l'autre. Cette plateforme est de nature sexuelle pour une nuit. Alors, Mesdames à la recherche d'une relation sérieuse, prenez garde au choix du site de rencontre. Il est conseillé de prendre connaissance des hommes répertoriés avant de s'afficher définitivement. Pourquoi adhérer, si personne ne nous plaît ?

Après ces sept jours, je m'aventure à la recherche de l'homme parfait. Dans un prochain numéro du Journal de rue de l'Estrie, je vous exposerai mon parcours à travers les plateformes que j'aurai choisies pour atteindre mon objectif. Trouverais-je ce que tout le monde cherche, l'âme sœur ?

Financer le transport collectif

Une nouvelle taxe pour un service de transport collectif bonifié

Nancy Mongeau

Notre société doit redoubler d'efforts pour que l'effet de serre engendré par le haut taux de dioxyde de carbone (CO₂) ne perturbe davantage le climat. Les effets dévastateurs sur notre environnement et les espèces animales ou végétales ne sont plus à prouver : en plus des nombreuses études sur le sujet, on peut déjà voir les conséquences se pointer le bout du nez.

Le transport est l'un des grands responsables des émissions de CO₂ dans l'atmosphère. Or, il est aussi démontré que si on électrifie nos modes de transport, il n'y aura pas assez d'énergie hydraulique au Québec pour remplacer toutes les voitures à essence actuellement sur la route par des voitures électriques. Nous devons augmenter drastiquement notre production d'électricité. Cela passera sans doute par la construction d'un nouveau barrage qui inondera des territoires, ou par l'installation de champs d'éoliennes qui inquiète, à cause de leur bruit, les populations habitant les lieux ciblés pour ces projets. Peu importe le moyen choisi pour combler nos besoins en énergie, il faudra que des actions soient posées... ou qu'on ralentisse notre consommation d'énergie.

Dans nos grandes villes, il est facile de penser à un moyen de réduire notre besoin en énergie pour nos déplacements : on parle de mobilité durable. Pour lutter contre les changements climatiques et pour le bien-être des générations de citoyens à venir, nos élus tentent de faciliter cette transition vers la mobilité durable. Il n'est facile pour personne de changer ses habitudes de vie, on apprécie tous la liberté que procure la voiture en solo, mais quand le transport en commun est fiable et efficace, on aime l'utiliser. Les services actuels de la Société de transport de Sherbrooke (STS) n'est pas à la hauteur des attentes ou des besoins des résidents qui choisissent encore à grande majorité de se déplacer seuls en voiture, mais cela pourrait changer.

Taxe sur l'immatriculation

La Ville de Sherbrooke met en place une nouvelle taxe sur l'immatriculation des véhicules de promenade (TIV) afin de soutenir le financement du transport collectif. Cette mesure s'inscrit dans le cadre des efforts visant à améliorer les services de transport en commun.

La perception de la TIV débutera en 2025 avec un montant établi à 34 \$. Cette somme permettra de contribuer à bonifier le service de transport en commun de 5 % grâce à l'ajout de parcours, de fréquence, de transport à la demande en périphérie, et d'une ligne express de la Plaza de l'Ouest à la Place Fleurimont.

« Plus on améliore les services, plus les gens utilisent le transport en commun, plus les revenus autonomes augmentent, et plus on améliore les services de nouveau. C'est ce cercle vertueux qui nous permettra de devenir la véritable alternative à l'auto-solo à Sherbrooke. »

- Laure Letarte-Lavoie, présidente de la STS et présidente du comité exécutif de la Ville de Sherbrooke

La STS déploiera aussi des projets technologiques tels que l'implantation d'un modem LTE, d'un planificateur de déplacements MaaS (une plateforme intégrée de services de transport), de valideurs et d'un système de transport intelligent, en plus de mettre en œuvre l'électrification à la STS au moyen de préparations au garage, du déploiement des positions de recharges des véhicules et de mises en service d'autobus électriques.

Cette taxe sera perçue par la SAAQ lors du paiement annuel de l'immatriculation d'un véhicule de promenade enregistré à Sherbrooke. Par ailleurs, les véhicules destinés à un usage institutionnel, professionnel ou commercial, ainsi que les motocyclettes et les cyclomoteurs seront exemptés de la taxe sur l'immatriculation.

Un livre, un village

La fierté d'une communauté aux couleurs littéraires

Diane Tétreault et Marie Robert

Nous sommes en 2010. Line Richer est alors directrice artistique des *Correspondances d'Eastman* depuis leur fondation, soit quelque huit années précédemment, et se retrouve en vacances sur le territoire américain pendant la relâche scolaire de mars en compagnie de son conjoint et de leur fils qui était alors âgé de 10 ans environ.

Tout au bout d'une plage, la petite famille déniché avec ravissement une jolie librairie, particulièrement bien située. À la caisse, les bras chargés de ses achats, Line lit face au comptoir ces quelques mots inscrits sur un petit carton vert : *One book, one village*. Il ne lui en fallait pas plus pour imaginer, tout de suite, que ses lectrices et lecteurs d'Eastman raffoleraient de cette initiative. Elle et son équipe *eastmanoise* allaient assurément découvrir comment amener cette idée dans leur municipalité et faire valoir le caractère unique du village ainsi que le dynamisme de ses amis et bénévoles. Ce qui a été fait!

Au cours des années suivantes, plusieurs amoureux des livres déjà bien présents et engagés dans l'horizon littéraire d'Eastman dont, entre autres, Diane

Tétreault qui en est d'ailleurs toujours la responsable, prennent la relève et assurent la suite de ce projet annuel bien ancré dans le cœur des villageois et attendu fébrilement chaque printemps.

Un comité de lecture composé de quatre personnes a été mis en place, des critères de sélection ont été déterminés et dès août, ces heureux complices s'activent afin de dénicher, parmi tous les ouvrages qui se publient à la rentrée littéraire d'automne, le choix unanime. Il a également été convenu qu'à la fin de chaque saison l'autrice ou l'auteur choisi serait invité en Estrie pour rencontrer son lectorat et discuter de son processus littéraire privilégié pour l'écriture de son œuvre. La municipalité d'Eastman, quant à elle, assure désormais la responsabilité du processus et de l'achat



Les citoyens d'Eastman peuvent se servir et déposer des livres dans cette boîte à livres publique © Municipalité d'Eastman

d'une cinquantaine d'exemplaires qui sont distribués par la bibliothèque aux lectrices et lecteurs intéressés.

C'est ainsi qu'au fil des dernières années, quelque 14 ouvrages ont été sélectionnés, découverts et appréciés par plusieurs centaines de lectrices et lecteurs. Le premier titre retenu par la toute première édition de « Un livre, un village » sur le territoire québécois a été Gouverneur de la rosée de l'écrivain

haïtien Jacques Roumain. Pour l'édition 2024, le titre sélectionné est *Hors sol*, un premier roman fortement influencé par l'élan environnementaliste des dernières années, un écrit de Philippe Yong publié aux *Éditions Mémoire d'encrier*.

Il ne reste qu'à espérer que d'autres villes et municipalités s'inspirent de cette heureuse expérience et aient le goût à leur tour de transformer leur milieu en *Un livre, un village*.

Le Bol du partage 2024 : un franc succès

Pierrette Denault

L'activité, orchestrée par la céramiste Ann-Marie Labbé-Morin, se déroulait le printemps dernier au Pain voyageur café. Les profits de la vente sont versés à Moisson Estrie et au Partage Saint-François. C'est la contribution jumelée d'un groupe de céramistes à celle de Catherine Sabourin, propriétaire de ce chaleureux café, qui a fait de l'événement un franc succès.

Dès l'entrée, l'enthousiasme était palpable, ça bourdonnait autour des tables où étaient exposés un grand nombre de bols offerts gracieusement par les céramistes participants. Bols tout mignons qu'on peut tenir au creux de la main, bols au contour frileux, bols crâneurs aux couleurs audacieuses, bols discrets, un peu timides, gros bols bedonnants : il y en avait de toutes les formes, de toutes les couleurs et pour tous les goûts. Après avoir choisi son bol (mission difficile tellement le choix était vaste), on remettait 30 \$ pour la cause et on s'empressait d'aller quérir

un savoureux potage, générosité du Pain voyageur.

Selon madame Labbé-Morin, beaucoup de gens sont venus pour la première fois, si bien que l'achalandage a presque doublé entre cette année et la dernière édition, en 2022. Il y a eu environ 55 % de hausse d'achalandage et 1350 \$ ont été amassés. Et elle ajoute : l'effort de publication du Pain voyageur et l'article dans Le Journal de rue de l'Estrie ont sans doute compté dans le succès de cette journée!



Plus d'une douzaine de céramistes de l'Estrie ont collaboré à l'événement et près de la moitié d'entre-eux étaient présents pour rencontrer les gens. Dans l'ordre de gauche à droite: Martine Daigle de Poterie MD; Les Ateliers Ann-Marie Morin; Amélie Pomerleau Art; Elisabeth Gauthier Atelier et Isabelle Mayrand pour La Chamotte. © Ann-Marie Labbé-Morin

Rappelons que Moisson Estrie est un organisme socio-économique voué à la réduction du gaspillage alimentaire et à la redistribution de denrées auprès de personnes qui vivent une période

de vulnérabilité économique et que le Partage Saint-François s'est donné comme mission de venir en aide aux hommes et aux femmes qui vivent dans la plus grande vulnérabilité.

GRATUIT

LS
PRÉSENTE

24 au 30 juin

classiquepif.com
f ClassiquePif

Classique Pif

PORTES MACKIE





Consomme la bonne information

Élixir

Élixir 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 | elixir_jeunesse
www.elixir.qc.ca

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 : **Bibliairie GGC, Librairie Les Deux Sœurs et Librairie Appalaches.**

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), AFQ (Association des Propriétaires de Québec), FIER MEMBRE: ACO (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



Le potentiel de l'autosuggestion

Alain Lamoureux

Quoi de mieux que l'autosuggestion pour ancrer nos valeurs ou pour valoriser un but à atteindre. L'autosuggestion est une forme de persuasion par la répétition. Un exemple classique serait : « Tous les jours, à tous points de vue, je suis de mieux en mieux ». Autosuggestion tirée de la méthode d'Émile Coué.

Impressionner notre subconscient de positif a pour effet de transformer les inductions négatives reliées à l'objectif poursuivi. L'autosuggestion est définie comme la façon dont un individu contrôle (ou pas) les pensées qui pénètrent dans son subconscient. C'est une méthode qui permet de transformer nos désirs en biens matériels et spirituels.

Pour bien ancrer une autosuggestion, il est bon de la répéter trois fois; matin, midi et soir, de préférence aux mêmes heures.

Pour bien rédiger nos autosuggestions, il est important de suivre les règles suivantes:

1. Définir un seul résultat concret;
2. Toujours utiliser le présent;
3. Écrire de façon progressive;

4. Choisir une formulation positive et constructive;

5. Définir un objectif concret et précis.

Reconnaissons toutes ces phrases assassines, telles que : tu n'es pas capable, tu n'es bon à rien, tu te prends pour qui, tu n'écoutes pas, tu n'en fais qu'à ta tête, etc. Elles constituent une sorte de programmation qui, devenue une croyance inconsciente, a pour conséquence de nous tirer vers le bas.

L'autosuggestion me permet de développer de nouveaux muscles; ceux de la bonne volonté. C'est par la pratique que l'on développe ses habiletés et ses compétences. L'autosuggestion se définit par la capacité que l'on a de retenir les pensées qui imprègnent notre subconscient, celles qui sont constructives.



Selon le dictionnaire Larousse, l'autosuggestion est l'action de s'influencer soi-même, consciemment ou non, afin que la conduite suggérée se réalise, en dehors de la volonté, et d'une manière presque automatique.

Impressionner notre subconscient à l'aide d'autosuggestions conscientes a une incidence sur notre réalité et donne de la force à nos projets. L'autosuggestion est le moyen de communication entre l'esprit conscient et le subconscient. Il en existe une panacée, voici quelques exemples :

- J'aime de plus en plus et de mieux en mieux;

- De plus en plus, je fais preuve de confiance en moi;

À vous de choisir les autosuggestions qui vous serviront de tremplin vers une vie meilleure et épanouie. Choisissez-en trois ou moins et récitez-les dans les 21 prochains jours. Découvrir la puissance de son subconscient par la pratique de l'autosuggestion est un investissement des plus profitables.

Choisir de s'imprégner de positif, c'est mettre toutes les chances de son côté pour vivre à plus ou moins brève échéance un véritable mieux être.

Bon cheminement!



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
MCLAUDEBIBEAU



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! »



Députée fédérale de Sherbrooke

Élisabeth Brière

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

Le 2-1-1 vous aide à trouver les ressources et services dont vous avez besoin.

- Aide alimentaire et matérielle
- Logement
- Emploi et revenu
- Santé mentale
- Services gouvernementaux...

Le 2-1-1 est là pour vous.



211

2-1-1

211quebecregions.ca

Clavardage en ligne

Clinique de maternité pour filles perdues

Pierrette Denault

Filles perdues, c'est ainsi qu'on nommait les mères célibataires au siècle dernier. Rares étaient celles qui étaient soutenues par le père de l'enfant ou par leur famille. La très grande majorité étaient victimes d'abandon, ostracisées et forcées de donner leur enfant en adoption. J'ai été une de ces enfants-là, voilà pourquoi le livre d'Aline Élie m'a autant interpellée.

La mère des mères est la biographie « romancée » – nous y reviendrons – de Florence Louise Bradford, une femme au parcours singulier et au cran extraordinaire qui, après la Première Guerre mondiale, a ouvert à Sherbrooke une clinique de maternité. Allons à la rencontre de cette femme.

Qui est Florence Louise Bradford

Elle-même mère célibataire, elle élève seule son fils Gordon dans des conditions difficiles. N'oublions pas qu'on est en 1912. Contre vents et marées, elle refuse d'avorter, quitte St-Élie pour aller accoucher à Montréal, refuse de donner son enfant en adoption et revient vivre à la ferme de ses parents avec un poupon sur les bras. Accueil froid de sa mère et de ses trois sœurs aînées qui la traitent de tous les noms. Seul son père reste silencieux...

On peut déduire sans l'ombre d'un doute que son expérience personnelle la rend sensible au sort des jeunes femmes qui vivent une grossesse hors du commun. C'est ce qui la motive à suivre une formation d'infirmière accoucheuse (par correspondance – il faut le faire!) dont elle obtient le diplôme en 1913.

Les filles perdues

Très vite se pointent les Albertine, Aurélie, Démerise, Agatha : des femmes anonymes, certaines violentées, violées qui viennent se réfugier dans sa clinique de maternité sur la rue High, d'autres transportées par la police alors qu'on les découvre complètement dépouillées sur le quai de la gare de Sherbrooke. Toutes accoucheront dans le plus grand secret et repartiront les bras vides et le cœur en charpie. Florence Louise Bradford a accouché plus de 8 000 femmes, leur offrant le gîte et le couvert et

très souvent une famille d'adoption pour les bébés abandonnés de force. On peut imaginer contre quels tabous et préjugés elle a lutté!

L'auteure, Aline Élie

L'auteure, aujourd'hui retraitée, a roulé sa bosse de par le monde : en Afrique, en Haïti, au Pérou et dans le Nord-du-Québec. Aline Élie nous donne à lire une biographie bien ancrée dans son époque et dans les lieux, elle la fait suivre, en annexe, de documents sur lesquels elle s'appuie, dont ceux liés à la fin tragique de Florence. Toutefois, en choisissant d'en faire un récit romancé écrit au JE, elle introduit certainement des épisodes non avérés, quoique non moins percutants quant à leurs retombées historiques.



Saviez-vous que, depuis 1984, une montagne surplombant le lac Bowker porte le nom de Florence Louise Bradford? À quand une rue du même nom à Sherbrooke?



285 rue King Ouest
Sherbrooke

(819)678-9296

librairielesdeuxsoeurs@gmail.com

Que notre joie demeure

Colette Beaudet

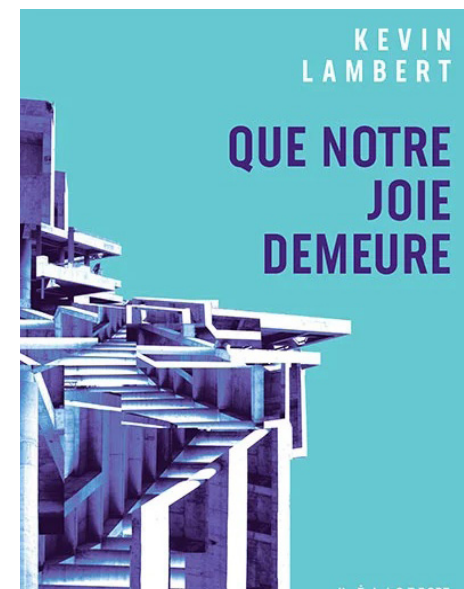
Délicat de résumer le roman *Que notre joie demeure* de Kevin Lambert. Tant de critiques élogieuses ont été faites qu'il est difficile d'en ajouter, quoique ...

Véritable fresque du monde contemporain, on y découvre l'héroïne, Céline, véritable « transfuge de classe » – mot à la mode s'il en est – mise en danger et critiquée sur son projet de gentrification. Autour d'elle, de pauvres Québécois incapables d'apprécier un tel talent! Elle qui a collaboré avec Jean Nouvel; elle qui est connue du tout Hollywood; elle dont le portrait est paru, en 2011, dans Harper's Bazar; elle qui est citée par Joan Didion et Philippe Starck !!! Comment peut-on? Mais ne reproche-t-elle pas aux Québécois leur NON lors du référendum sur l'indépendance...

Le roman est intense. En plus de ladite élite – mais, bon l'élite étant plutôt un mouvement intellectuel, celui qui fait bouger les lignes, fait progresser – Kevin Lambert y aborde les thèmes suivants : l'homosexualité (Moïse, l'adjoint de Céline est gay et Afro-Québécois), la procréation assistée (Marine est enceinte de sa blonde), le ruissellement des capitaux (annoncé et toujours attendu), le consumérisme, le capitalisme... mais aussi la Rédemption.

Belle connaissance littéraire et picturale. J'ai particulièrement aimé le passage où Amalia décrit l'univers de Bruegel.

Vous trouverez dans *Que notre joie demeure* joie et matière à réflexion. Oui, malgré les retours en arrière difficiles à suivre et l'échelle sociale à rebours qui ne s'envisage pas. Bonne lecture!



Féminin

Tom Néron

Dans la forêt des fées, au plus profond des bois,
Aucun garçon ne naît, parmi la race ailée ;
On n'y trouve partout, parmi les petits poids,
Que nymphes seulement, sous la voûte étoilée.

Ces créatures, oui, n'ont que le féminin
Comme genre ; et c'est Dieu, brillant, qui les engendre
De sa lumière astrale. Or, pour un être nain,
Croître n'a pas de sens ; on ne saurait comprendre.

Comme un fruit dans un arbre, elles poussent en l'air,
Au cœur de la nature, en des cocons d'or clair.
Lévitant, ces cocons à l'aura lumineuse

Luisent sur les étangs ou parmi d'azur fleurs ;
Sortant de ces cocons, en la forêt brumeuse,
Les fées fuient les humains ; elles cherchent les leurs.

Farandole de l'espoir

Don Jean-Michel Ayotte

Farandole de la vie, de la mort aussi,
Je ressens tes énergies, vive ta folie!
Est-ce une cérémonie, simple harmonie?
Est-ce de la comédie, douce fantaisie?

Je danse à plein cœur ouvert, de devant derrière
Et je pense à l'après-guerre, un pas de travers.
Il faut suivre la lumière partout sur la terre
Et chasser les militaires, nous sommes tous frères

Ensemble vainquons la peur d'aller voir ailleurs,
Là-bas nous sommes plusieurs à chanter en chœur
Librement le bonheur de vivre nos couleurs.
Cherche en toi le meilleur, diffuse ta chaleur.

Il est grand temps maintenant, vraiment à l'instant,
De vivre le présent, respirer seulement.
Fermez les portes du temps, oubliez l'argent,
Pas le moindre mouvement, tais tes sentiments.

Chercher le dernier humain, qui sait le voisin,
Ou le premier lointain, pour un noble entretien.
Faisons-nous historiens de l'amour du cousin, Nulle joie ne
contient l'écoute du prochain.

Le déserteur

Bernard Couture

Le ferment de la guerre
Un objet sans âme
Se nourrissant
D'espoir pacifique

Un temps délicieux
Pour les cieus
Profonds
Sont les creux

Paix intolérable
Un casus belli
Guerre et enfer
Jour du souvenir

Le mirage de l'amnistie
Un rêve angélique
Pour enfant innocent
Qui aime rêver



La puissance du silence

René Guillemette, artiste-peintre

La puissance du silence
Te fera entendre
La voix de ta conscience
Pour te faire comprendre

La puissance du silence
Ces moments merveilleux
Sont remplis de la présence
De ces instants délicieux

La puissance du silence
Indispensable à l'équilibre
Doit faire partie de ton existence
Pour te rendre libre

La puissance du silence
Te révélera toujours
Ta véritable essence
Pour que tu trouves l'amour

Entrevue avec Gabriel Martin

Le monde bouge, la langue aussi

Pierrette Denault

Le monde bouge, la langue aussi. Pour traduire cette évolution, quoi de mieux que d'ajouter des mots nouveaux à notre vocabulaire? C'est ce à quoi s'appliquent chaque année les équipes du *Petit Robert*. Sollicités pour leur collaboration et leur expertise, ses employés sont à pied d'œuvre dans toute la francophonie et font appel, depuis la fin des années 1970, à des linguistes du Québec. Gabriel Martin est de ceux-là.

De Sherbrooke au *Petit Robert*

Gabriel est détenteur d'une maîtrise en linguistique de l'Université de Sherbrooke. Depuis plusieurs années, il met ses compétences et sa passion au service de la langue française. Il tient une chronique linguistique dans le *Journal de rue de l'Estrie* et ses articles suscitent constamment des commentaires élogieux de la part de notre lectorat.

Mais comment diable, Gabriel est-il devenu collaborateur du *Robert*? Tout a commencé par une collaboration avec Jérôme Charette-Pépin, animateur du balado *Ainsi soit chill* et auteur du futur *Dictionnaire du chilleur* (serait-ce ici un clin d'œil au *Calepin d'un flâneur* de notre cher Félix?). Les deux jeunes linguistes, réunis par leur passion des mots, vouent un amour décomplexé au français d'ici; ils ne portent aucun jugement sur la langue, et adoptent une posture strictement descriptive. Dès leurs premières rencontres, la magie opère.

De fil en aiguille, par l'intermédiaire du réseau de son collègue, Gabriel s'est retrouvé dans l'entourage du *Robert*. « C'est une belle équipe de passionnés, un sympathique "phalanstère de spécialistes" pour ainsi dire. Qu'on pense au directeur Charles Bimbenet, un homme sincèrement ouvert au français du Québec, à la brillante Géraldine Moineard, que Jérôme et moi surnommons affectueusement la "déesse de la lexicographie", à l'informaticien Sébastien Pettoello ou au lexicographe Pierre Chauveau-Thoumelin, on sent dès les premiers contacts que nous avons affaire à un groupe de talents. »

Des québécois à Paris

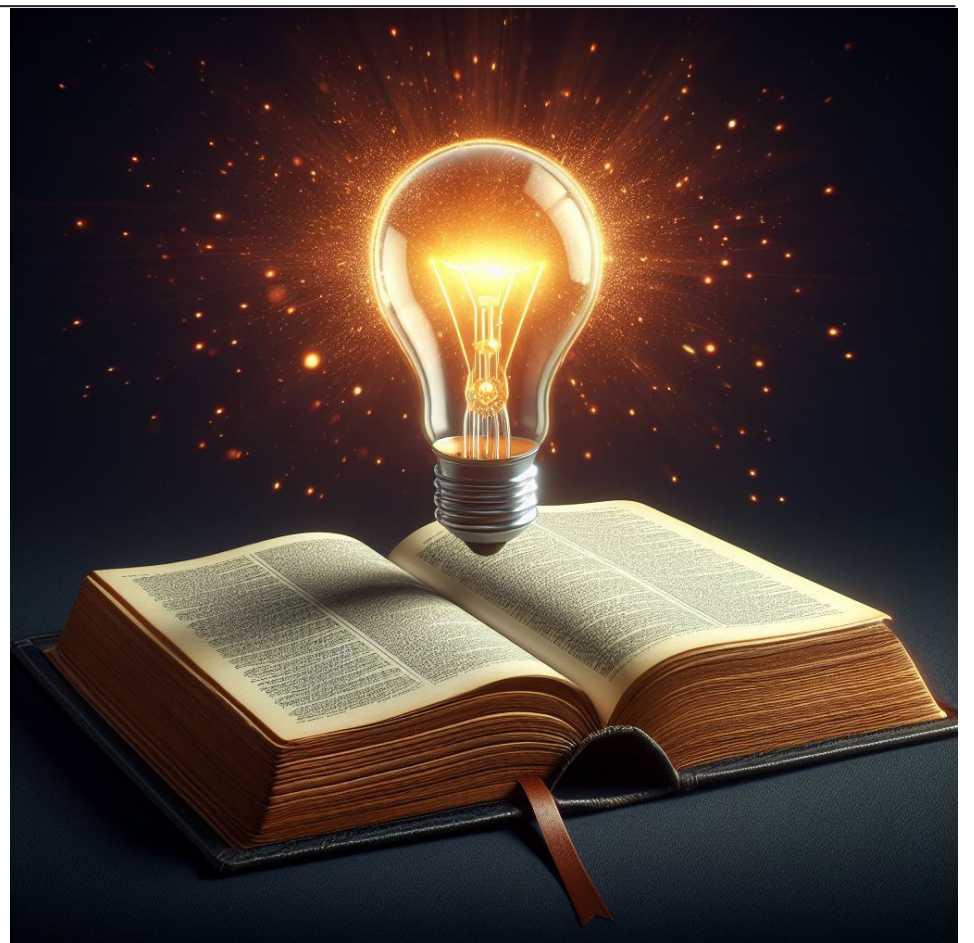
À titre de collaborateur, Gabriel est aux aguets. Quels mots nouveaux du vocabulaire québécois méritent leur place dans la prochaine édition du *Petit Robert*? Lesquels reflètent un usage fidèle au Québec?

Trois critères de filtrage doivent orienter ses choix. On teste d'abord la fréquence : l'emploi de ce mot est-il fréquemment attesté dans l'usage contemporain le plus général? On exclut d'emblée ce qui est trop rare (*codinde, courrieller...*) ou trop spécialisé (*enfaçage, refaisage...*). On s'assure aussi d'une diffusion géographique large : on évite ce qui est trop local. « Le nom masculin *gustru*, un équivalent de *trucmuche*, n'est connu qu'à Sherbrooke par les millénariaux, illustre Gabriel. Il n'aura donc pas droit de cité dans *Le Robert*. Au contraire, on cherchera à y ajouter des mots utilisés à la grandeur du Canada, donc par les Québécois aussi bien que par les Acadiens, les Franco-Ontariens et les autres communautés francophones du territoire. » Finalement, le mot nouveau doit répondre au critère de pérennité, c'est-à-dire qu'il doit soit être en emploi depuis plusieurs décennies soit être déjà bien implanté malgré sa relative jeunesse.

Parmi les nombreux mots ajoutés dans la nouvelle édition du *Robert*, signalons *afrodescendant* (d'ascendance africaine), *bigorexie* (préoccupation extrême de l'apparence corporelle – on pense tout de go au roman d'Anthony Lacroix *Proust au gym*) ou encore *edamame* (fève de soya). On y retrouvera aussi les mots d'ici *boss de bécosse*, *déguédiner* et *sociofinancement*. Soulignons avec joie l'arrivée dans les pages du dictionnaire de Michel Jean, journaliste et écrivain innu.

De la folklorisation à la bonification

Gabriel s'attendait à ce que ce soit l'inclusion de *sociofinancement*, « un mot standard inventé à Montréal comme équivalent de l'emprunt *crowdfunding* », qui suscite le plus de réactions positives. Toutefois, c'est finalement l'inclusion de *boss des bécosse* et de *déguédiner* qui a attiré les éloges au Québec. « Les réactions en marge des entrevues ont été sans équivoque : on se reconnaît largement



Euréka

Vous souhaitez proposer un mot nouveau pour la prochaine cuvée? Faites parvenir votre proposition à notre linguiste à l'adresse suivante : gabriel.giroux.martin@gmail.com

dans ces emplois emblématiques, certes informels, qui gagnent aujourd'hui leurs épaulettes. Le *déguédiner* des *Enfantômes* et le *boss des bécosse* de la *Guerre des tuques* ont manifestement une grande résonance socioculturelle. » Il a toutefois prévenu *Le Robert* que les linguistes concurrents pourraient l'attendre, comme il le dit un tantinet amusé, « avec une brique et un fanal ». L'argument classique, plus réactionnaire que constructif, étant toujours le même : la France, en décrivant des emplois québécois informels, contribuerait à la folklorisation du Québec.

« J'ai moi-même déjà adhéré à cette idée d'une lexicographie hexagonale folklorisante, confesse Gabriel. Cependant, on fait erreur et on entrave des dialogues fructueux avec nos cousins de France en dépeignant aussi caricaturalement leur production. » Les réactions épidermiques trahiraient même une certaine insécurité linguistique propice à des lectures biaisées.

« Quand on compare objectivement les dictionnaires de France et du Québec, précise-t-il, on se rend bien compte que la description du français québécois est parfois bonifiée par les travaux de nos

homologues d'outremer. » Une description du français québécois bonifiée par des dictionnaires conçus à Paris? « Par exemple, *Le Robert* a relevé *sociofinancement* dans une source écrite de 2011, datant ainsi plus exactement sa naissance que les autres sources; il fait le pont entre *boss des bécosse* et ses synonymes *chefailon* et *petit chef*, ce qui est inédit; il nous précise que *déguédiner* s'utilise surtout à l'impératif et il débroussaille son étymologie, ce qu'aucun dictionnaire n'avait encore fait. » De plus, insiste-t-il, *le Petit Robert* reconnaît l'existence d'un français québécois standard avec *sociofinancement* sans manquer de signaler que *déguédiner* et *boss des bécosse* découlent d'un registre familier.

En conclusion, le *Petit Robert* cherche avant tout, dans les cas d'emplois hors France, à célébrer la francophonie. Gabriel est unanime : « L'équipe du *Robert* est bien consciente que la langue française est une copropriété de tous les francophones de la planète... ce qui inclut certainement le locuteur du Québec! », lance-t-il fièrement.

L'indécence de la pauvreté

Jacques Quintin, philosophe

Comment se fait-il qu'il y ait encore de la pauvreté dans nos sociétés si prospères? Pire encore, comment acceptons-nous de constater cette pauvreté comme s'il ne s'agissait jamais de nous? Nous ne réalisons pas à quel point nous avons pu bénéficier des efforts de nos parents pour ce que nous sommes devenus présentement. Dans bien des cas, le mérite compte pour bien peu, sinon celui de saisir sa chance.

Notre conscience morale n'a jamais cessé de progresser depuis l'Antiquité. Je pense aux droits civils, aux droits de l'homme, à la libération des femmes, des enfants et des animaux, à la protection de l'environnement. Nous devons ces avancées à la raison humaine qui n'a cessé de dire non aux discours des mieux nantis. Nos conditions de vie sont redevables à la croissance et au développement de l'éthique. Pourtant, la pauvreté persiste. Nous continuons à croire qu'elle serait une sanction divine pour faiblesse morale, pour punir la paresse.

Plus que jamais, il conviendrait de développer une éthique de la pauvreté pour dégager un seuil sous lequel il serait permis de penser qu'il n'est pas raisonnable pour des êtres humains d'y vivre. Il me semble que nous avons une obligation envers tout un chacun.

Il convient de se rappeler que nous ne sommes jamais seuls sur une île. Il y a société humaine parce qu'il y a sécurité mutuelle et interdépendance économique. C'est à des contraintes éthiques qui limitent notre liberté à agir ou notre égoïsme qui permettent la préservation de la société dans laquelle nous vivons. Alors, agir sur la pauvreté, non pas par nécessité, mais pour favoriser l'évolution de nos sociétés et chacun de nous.

Nous sommes tous des compagnons de voyage dans l'odyssée de nos existences. Dès lors, c'est de fraternité dont nous avons besoin. Nous savons que les plantes, les sols, les animaux et les eaux sont tous imbriqués dans une communauté de coopération. Il n'en va pas autrement avec les êtres humains.

Il n'est pas certain que nous nous en sortirions si nous persistons à cultiver une



© Nicole Boisvert

pauvreté en expérience, car, avouons-le, nous nous limitons de plus en plus à lire et à comprendre le monde de manière littérale en nous limitant aux faits observables, comme si nous n'avions plus accès aux imaginaires qui nous portent. Nous sommes devenus tellement prosaïques, terre-à-terre, que nous ne savons plus rêver. Il ne s'agit pas seulement de bien agir, comme offrir des dons, mais aussi de s'engager dans des relations affectives avec tous ces gens qui attendent d'être désirés. La richesse de notre monde se mesure à la plénitude de nos relations.

« Rêver mieux » en se mettant ensemble est la voie de l'avenir. Commençons alors à donner une voix aux « sans voix », comme le fait si bien le Journal de rue de l'Estrie, afin qu'ils nous parlent de leur imaginaire.

Certes, nous pouvons apprendre beaucoup sur soi-même, sur autrui et sur l'existence lorsque nous vivons dans la pauvreté. Mais est-ce nécessaire? Ça prend toujours un minimum de luxe pour penser et pour imaginer.

Comment améliorer son affirmation de soi?

Marc Bolduc, psychologue

La première étape pour s'améliorer est de prendre conscience de notre style d'affirmation, de reconnaître notre façon habituelle de nous exprimer. Voici les trois principaux styles d'affirmation.

Style inhibition

J'évite les situations qui pourraient me faire vivre différentes peurs, telles que la peur de déplaire, d'être rejeté ou de me retrouver dans un conflit.

Je préfère me taire pour éviter une escalade. Je sais bien que si la personne riposte, je me sentirai incapable de prendre ma place. La personne me semble intimidante et je n'ose pas lui faire face. Je refoule ma colère et ma frustration. Ensuite, lorsque je me retrouve seul, j'éprouve un profond malaise, j' imagine des répliques ou des paroles que j'aurais pu ou dû dire à ce moment-là.

Style envahissant

J'ai tendance à faire valoir mon point de vue, en voulant convaincre à tout prix que j'ai raison et que l'autre a tort.

Je veux imposer mon opinion avec des arguments indiscutables et sans compromis. J'ai tendance à vouloir invalider le point de vue et les opinions de l'autre. Je peux même utiliser des attaques personnelles, des accusations pour déstabiliser l'autre.

Style affirmatif

J'ai la conviction, la certitude que c'est important de faire valoir mon point de vue. Le fait de ne pas m'exprimer, m'empêche d'être fidèle à moi-même.

Je porte attention à ce que l'autre dit, je respecte sa pensée ou son point de vue en cherchant à comprendre avec ouverture ce qu'il me dit, tout en maintenant mes convictions. Je cherche le compromis.

Assumer ses choix, ses opinions.

Comment me respecter et rester fidèle à moi-même? Le piège est de nier mes propres besoins et de prendre position uniquement en fonction des autres.

Apprendre à se choisir et à être fidèle à soi-même implique de prendre le risque de déplaire aux autres.

Curieusement, après coup, on constate que les gens en général apprécient notre franchise et notre honnêteté, ainsi que notre manière de nous exprimer.

Est-ce que l'autre personne est ouverte et intéressée par mon point de vue?

Un débat n'est pas un affrontement, mais plutôt un échange ouvert même



si les positions sont opposées. Le but de l'échange est de permettre de donner notre opinion avec sincérité et fermeté tout en laissant à l'autre la possibilité de donner son opinion. Parfois, il est plus raisonnable et même souhaitable de se retirer et d'abandonner l'idée de faire valoir ses opinions quand il n'y a pas d'ouverture mutuelle.

Choisir le bon moment

Il est important de choisir le bon moment pour résoudre nos différends et surtout nos conflits. La fatigue, la non-disponibilité, des préoccupations particulières peuvent nuire et même empêcher une saine discussion.

Les Soupapes de la Bonne Humeur, d'hier à aujourd'hui

Karine Guillemette, directrice d'Action Handicap Estrie

Les Soupapes de la Bonne humeur fête cette année leur 50e anniversaire. Une belle histoire qui se poursuit depuis 1974!

Le réconfort

L'organisme à but non lucratif Les Soupapes de la Bonne Humeur a vu le jour en 1974. Situé dans la belle ville Lac-Mégantic, celui-ci a pour mission d'améliorer les conditions de vie des personnes handicapées et de leurs proches vivant sur le territoire de la MRC du Granit.

Au début de sa fondation, initiée par M. Maurice Richard, l'objectif était de créer un milieu de rencontre entre les personnes devant surmonter un handicap, de leur permettre d'échanger et de souffler un peu. Un mécanicien

figurant parmi les premiers initiateurs, l'idée du mot « Soupapes » a émergé, signifiant décompresser, ouvrir les valves et évacuer. Grand passionné par les droits des personnes handicapées et de leur intégration dans la société, il a joué un rôle essentiel dans la création de divers organismes communautaires. Afin de faciliter l'accès à divers milieux, dont le transport, l'hébergement, le travail, l'éducation, les loisirs et la culture, Maurice a été un rassembleur et un bâtisseur remarquable. Il était fermement persuadé que chaque individu a le pouvoir de contribuer à une société inclusive.



En 1974, tout était à bâtir et les idées ne manquent pas : projets d'artisanat, de serres communautaires, de logements adaptés. Les Soupapes de la Bonne Humeur a contribué à mettre sur pied l'organisme Trans-Autonomie, un système de transport adapté devenu un transport collectif pour toute la MRC du Granit. En 2009, *Les Soupapes* devenait enfin propriétaires de l'ancienne école abritant ses locaux et procédait aux divers aménagements afin d'en faire un véritable milieu de vie adapté pour ses membres : rénovations, rampe en béton, ascenseur, aménagement extérieur.

Les Soupapes de la Bonne Humeur desserve un grand territoire et s'adapte à une clientèle multiple : déficiences physiques, intellectuelles, TSA, jeunes, adultes, personnes vieillissantes, le tout contribuant à favoriser l'inclusion et à développer des amitiés inattendues!

L'offre de services comprend le soutien aux proches, l'accompagnement dans les démarches, les besoins de répit. Les membres y trouvent une variété de loisirs et ateliers adaptés, des camps estivaux et de fin de semaine. Ils et elles brisent l'isolement social et participent à des projets dans la communauté. Les Soupapes de la Bonne Humeur veille à la défense des droits, travaille en partenariat avec les organismes du milieu et soutienne les initiatives pour les personnes handicapées de la région.

Les 50 années d'existence de notre organisme sont difficiles à résumer, mais nous pouvons affirmer que nous sommes tous fiers du chemin parcouru par des pionniers visionnaires qui ont su s'harmoniser aux besoins présents, d'avoir su préparer avec confiance les personnes handicapées afin de relever les défis qui les attendent dans l'avenir.

Action Handicap Estrie est un regroupement régional d'organismes de promotion des intérêts et défense des droits des personnes handicapées en Estrie. Il est un lieu privilégié de concertation qui permet aux organismes de partager leur expérience et de développer une solidarité pour la mise en œuvre d'actions favorisant l'amélioration des conditions de vie des personnes et des familles que nous représentons.

Le rôle principal de l'organisme consiste à faire valoir les besoins et les droits des personnes handicapées et de leur famille auprès de la population en général, mais aussi auprès des intervenants et décideurs sociaux. Ainsi, leur mouvement a ses entrées auprès des différents ministères et leur action concertée vise des changements sociaux qui favorisent l'exercice de la citoyenneté des personnes vivant avec des limitations fonctionnelles.

Contactez-nous
1650, rue King Ouest, Bureau 05, Sherbrooke QC, J1J 2C3
Téléphone : 819 821-4245
Courriel: ahe1986@hotmail.com
Facebook : ActionHandicapEstrie

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



La perte d'un enfant...

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

Quand un enfant décède, c'est bien plus qu'une vie qui s'arrête. C'est d'abord l'ordre des choses qui devient chamboulé. Cet ordre des choses qui prescrit que nul ne doit porter son enfant en terre.

La dynamique du deuil est particulièrement pénible et complexe dans ces cas.

Il y a de cela plusieurs années, la Fédération des coopératives funéraires du Québec, très conscient de cette dynamique très particulière, a mis sur pied le programme Solidarité. Le but vise à accompagner de façon aidante et utile les parents endeuillés à la suite du décès de leurs enfants qui étaient âgés de 18 ans et moins.

Le programme, tel que présenté par la Coopérative funéraire de l'Estrie, prévoit des gratuités sur les produits et services (jusqu'à concurrence de 2500 \$). Il est important de préciser que les mortinaissances sont aussi couvertes par l'approche Solidarité. Ainsi, que ce soit pour la perte d'un fœtus de quelques mois ou d'un enfant mort-né, la famille reçoit la même attention de la part de notre équipe. Un suivi de deuil est également disponible.

Les rituels à la rescousse

La relation entre la maman et son bébé se crée dès les premiers mois de grossesse. Ce lien est physique, bien sûr, mais aussi affectif. Il est faux de croire qu'une fausse-couche peut s'oublier facilement et qu'elle ne laisse aucune séquelle.

Les funérailles constituent un geste éminemment social. Toutefois, même si le fœtus n'a pas « vécu socialement », il peut être pertinent de moduler les rituels à la situation que vit la famille. Omettre complètement les rituels n'est pas nécessairement la bonne voie.

Éviter le désarroi

L'entourage des parents qui perdent un enfant avant ou peu de temps après la naissance recevront l'appui de leurs proches, mais parfois de façon malhabile. Se voulant pourtant rassurantes, certaines personnes affirmeront que : « ce n'est pas si grave, vous êtes jeunes, vous pourrez vous reprendre... »

Pas toujours aidante, cette réaction!



Le simple fait que les parents peuvent avoir accès à des rituels sans pour cela s'engager financièrement représente un soulagement très important. Perdre un enfant, même si on parle d'un fœtus, n'est pas une anecdote dans une vie.

N'hésitez donc pas à intervenir auprès de votre entourage, si vous avez connaissance d'une situation comme celle décrite précédemment laissant des parents en plein désarroi. Un coup de fil à la Coopérative funéraire de l'Estrie peut procurer des repères très aidants et utiles.

Un câlin

Les rituels funéraires permettent l'expression de la présence de l'autre par des câlins si précieux.

Sentir la vie et la solidarité autour de nous procure des repères très solides lors de la perte d'un enfant ou d'un être cher au sens plus large.

Bon courage à vous,

Cimetière naturel en milieu urbain

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



Parlant de *Là où je me terre*, Caroline Dawson disait qu'elle l'avait écrit parce qu'elle souhaitait que sa mère devienne un vrai personnage de la littérature québécoise. « Ça n'allait pas de soi, confiait-elle, qu'on y trouve des femmes de ménage latino-américaines. Je voulais lui faire cet honneur, celui de devenir un personnage et d'exister dans la tête des gens, pour toujours. » Un prix littéraire en son honneur a été créé en collaboration avec la direction générale Équité, Diversité et Mobilisation de Radio-Canada et il récompensera un roman ou un essai publié en français par une écrivaine ou un écrivain canadien émergent et issu de la diversité.

Pierrette Denault

Le 19 mai dernier, l'autrice Caroline Dawson s'en est allée briller ailleurs. Nous avons commenté deux de ses œuvres dans nos pages. Pour perpétuer sa mémoire, lisons ou relisons *Là où je me terre*, *Ce qui est tu* et le livre jeunesse *Partir de loin*.

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



COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DE L'ESTRIE

Pourquoi mon chat essaie-t-il d’enterrer sa nourriture?

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

Il est impressionnant de remarquer à quel point les chats sont des animaux naturels et instinctifs. Même s’ils sont depuis longtemps domestiqués, certaines de leurs habitudes sont restées et ont même évolué avec leur nouveau mode de vie de chat de maison. Par exemple, minou finit son repas et semble vouloir cacher les quelques croquettes qu’il lui reste en grattant le carrelage autour de sa gamelle.

Il n’y a pas de quoi s’inquiéter. Non, il n’est pas idiot, il sait bien qu’elles ne se trouvent pas dans sa litière, et ça ne représente généralement pas un trouble de comportement compulsif. Cependant, cette habitude a une fonction bien particulière pour lui, qui va au-delà de ce que nous pouvons voir en tant qu’humains. C’est pourquoi, lorsqu’on découvre les petites manies étranges des matous, nous devons chercher plus loin que ce qu’on voit à l’œil. Est-ce l’héritage de leurs ancêtres? Souvent, c’est le cas.

D’où vient ce comportement?

Dans la nature, les félins font cela autour de leur nourriture pour bel et bien l’enterrer afin de ne pas attirer les prédateurs avec les odeurs et de ne pas se faire voler leurs restes. Dans ce cas-ci, on parle de survie. Pour les chats domestiques, ce comportement est plutôt territorial. En frottant ses petites pattes sur la surface autour de son repas, ses glandes podales (qui se situent autour et sur ses coussinets) secrètent et dispersent des phéromones que les autres chats interpréteront comme un « Pas touche! ». Ces phéromones font guise de signature olfactive: « Ce repas, il est à moi! ». Donc,

tout comme ses ancêtres, minou veut simplement prévenir le vol de sa « proie ». On le voit gratter le carrelage et les murs autour de sa gamelle, un peu comme il le fait lorsqu’il veut enterrer ses besoins. Il le fait surtout avec ses pattes avant, et cela dure entre 10 et 30 secondes généralement. Par cette toute simple manière, ses intentions sont communiquées à ses congénères. Encore plus efficace qu’un texto!

Est-ce que ça peut être problématique?

Accompagné d’aucun autre comportement, cette habitude est tout à fait normale et ne comporte pas de danger. Cependant, sachant que les phéromones sont un moyen très puissant de communiquer pour les animaux, cela pourrait faire en sorte qu’un autre chat plus timide dans la maison se retienne de manger à sa faim ou mange extrêmement vite car le message que le chat précédent aurait laissé est menaçant pour lui. Dans le cas contraire, si ce comportement devient abusif, on pourrait soupçonner que votre chat a une anxiété plus marquée concernant le vol de sa nourriture et qu’il souhaite plus vivement la protéger.

Peut-être est-il lui-même victime d’intimidation de la part de votre autre animal?

Ce problème risque encore plus de survenir si vous remarquez que vos chats ne sont pas en totale harmonie, par exemple si l’un intimide l’autre et le rend nerveux. Dans des cas problématiques comme ceux-ci, il serait préférable d’offrir une gamelle pour chaque chat, dans des pièces séparées, afin d’éviter ce

genre de chicane de protection de ressources. Puis, le fait que votre chat enterre sa nourriture s’il est nourri dehors peut entraîner des problèmes d’ordre physique, tels que du gaspillage causé par la terre dans la nourriture, de la moisissure ou des parasites... Il est donc conseillé de s’assurer qu’aucune nourriture enterrée ne traîne trop longtemps afin d’éviter des désagréments de la sorte.



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

819 563-8056

Lejardindesanimaux.com
Toilettagesherbrooke.com

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.

Les artères de mon cœur

Mathieu K. Blais

La rue Kennedy rend hommage au président dont l'assassinat demeure à ce jour le sujet de conversation préféré des Américains.

Pour la petite histoire, John Fitzgerald Kennedy a perdu la vie sur la rue Elm à Dallas. Quant à moi, j'ai perdu ma virginité sur la rue Kennedy à Sherbrooke. Elle s'appelle Vicky et habite un deux et demi sur la partie nord de cette rue. Chaque fois qu'on fait l'amour, on le fait en écoutant un album différent, et comme nous faisons l'amour très souvent, nous avons rapidement fait le tour de sa cassetothèque.

Kennedy aussi fait l'amour très souvent, mais pas nécessairement avec son épouse Jackie. Affligé d'une libido historique, le 35e président des États-Unis collectionne les conquêtes comme d'autres collectionnent les cartes postales. En 1961, Kennedy confie à son homologue britannique :

« Je ne sais pas pour vous Harry, mais moi trois jours sans faire l'amour et c'est le mal de tête garanti. » Vicky et moi sommes fans du groupe The Cure. On écoute la chanson The Lovecats en regardant cuire les frites surgelées qui constituent 90 % de notre régime alimentaire.

John et Jackie sont plutôt fans de Frank Sinatra. La Première dame écoute Somethin' Stupid, pendant que le crooner présente son époux à de jolies starlettes.

Un jour, Vicky part pour l'Ouest canadien. Elle me remet la clef de son appartement pour que j'aie à nourrir le hamster. J'en profite pour me glisser sous les draps tachés de nos ébats. Je me vautre dans son absence



en écoutant Boys Don't Cry. Je fais de mon ennui une performance artistique. À son retour, Vicky m'annonce qu'elle a couché avec un autre gars. Je lui demande sans conviction : « Dans quel sens? ». « Dans le sens que je t'ai trompé ». À cet instant précis, mon cœur ressemble à la cervelle de Kennedy après que Lee Harvey Oswald a appuyé sur la gâchette. Je me console en me disant que Vicky m'a trompé avec un nobody alors que Kennedy a trompé Jackie avec des célébrités telles que Marilyn Monroe, Angie Dickinson, Mary Pinchot Meyer, Audrey Hepburn et Marlene Dietrich. Prestigieuse liste à laquelle on doit ajouter des hordes

de réceptionnistes, serveuses, femmes de chambre, hygiénistes dentaires, préposées à la buanderie, etc.

Depuis 2006, j'enseigne la littérature au Pavillon 4 du Cégep de Sherbrooke situé sur la rue Kennedy Nord. Alors qu'on analyse le thème de l'amour dans un poème, je montre aux étudiants la vidéo de l'assassinat de Kennedy.

« Monsieur c'est quoi le rapport? »

Il n'y en a pas. Sauf pour ceux qui ont déjà été trompés. Ceux-là vont comprendre. Et pour les autres : ce n'est qu'une question de temps.

Maintenant disponible en ligne!



JDREstrie.ca

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

Appuyez la mission de l'organisme en vous abonnant à la version numérique du Journal sur son nouveau site web.

Accédez à la section VIP réservée aux abonnés en ligne pour obtenir des primeurs, en plus des articles et chroniques de la version imprimée.

Merci de contribuer à la prospérité sociale de notre région

L'OCÉAN

Trouvez les mots et encerclez les lettres du mot trouvé. Lorsque vous aurez trouvé tous les mots, découvrez le message en rapportant les lettres restantes de gauche à droite, en commençant par la première ligne.

N	O	S	S	I	O	P	U	R	E	C	I	F	P
N	C	N	A	V	I	G	A	T	E	U	R	E	L
I	E	E	E	S	T	U	A	I	R	E	A	C	O
V	A	G	U	E	L	N	O	G	A	L	O	U	N
M	N	N	P	C	C	O	R	A	I	L	E	M	G
E	O	A	L	E	R	A	H	P	R	A	M	E	E
D	G	U	A	A	E	U	T	R	O	T	B	N	E
U	R	F	N	C	O	Q	U	I	L	L	A	G	E
S	A	R	C	E	T	E	P	M	E	T	I	L	A
E	P	A	T	G	O	U	T	M	A	R	E	E	T
E	H	G	O	A	L	G	U	E	S	D	E	A	U
D	I	E	N	E	M	E	D	A	U	P	H	I	N
U	E	R	B	A	L	E	I	N	E	S	U	R	F
T	S	U	N	A	M	I	E	E	R	I	V	A	N

ALGUES
BAIE
BALEINE
COQUILLAGE
CORAIL
DAUPHIN
ECUME
ESTUAIRE
LAGON

MAREE
MEDUSE
NAUFRAGE
NAVIGATEUR
NAVIRE
OCEANOGRAPHIE
PHARE
PLANCTON
PLONGEE

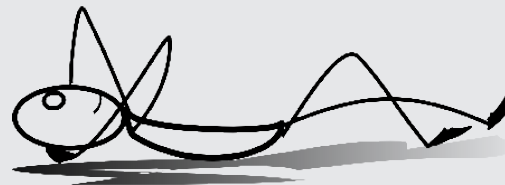
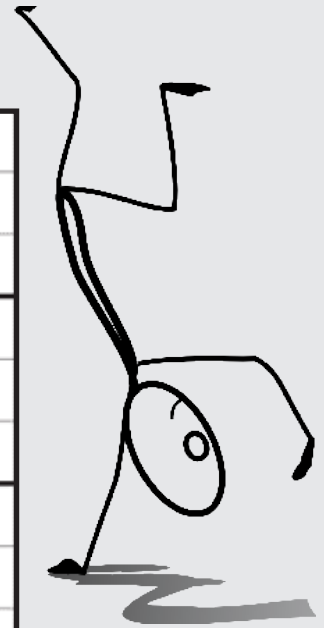
POISSON
RAME
RECIF
SURF
TEMPETE
TORTUE
TSUNAMI
VAGUE

Création de Dany Fortin, Proverbe indien



SUDOKU

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



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

Pas d'allumettes au musée

Cécile passait souvent devant cet immeuble qui lui faisait penser à un château. Même si plusieurs personnes y entraient en bavardant, ce lieu lui semblait solennel, silencieux et majestueux. Cette atmosphère la plongeait dans un univers enchanteur, très loin des tunnels de métro. Elle devenait jolie princesse, fille aimée du roi et de la reine.

Cécile suit des yeux la noblesse montant les quelques marches et elle ne se lasse pas d'observer les couleurs des manteaux et foulards.

« Zut, je serai encore en retard à l'école. Mais n'est-ce pas le privilège des princesses? »

Cécile ne se dit pas que les princesses ont froid et que leurs manteaux rapiécés tant de fois n'arrivent jamais à sécher.

Cécile met les mains dans ses poches. Il lui restait dix pochettes d'allumettes à vendre.

C'est alors, pour la première fois, qu'elle s'avance vers le château et monte les quelques marches. La porte s'ouvre et une statue sous laquelle est inscrit « Andersen » l'accueille. Cécile contemple toutes les statues et elle comprend qu'ici on honore le passé.

Elle s'assoit par terre, regarde les gens qui ne la regardent pas et elle attend, en grelottant, de faire partie du passé.

Olga Renaud

Apprendre le français

Cours offerts par Carrefour accès loisirs
Lundi au jeudi : le matin de 9h à 12h ;
en après-midi : 13h à 16h ; le soir de
18h à 21 h (2 fois semaine)
Session d'été 2024 : du 8 juillet au 22
septembre
Pour vous inscrire, visitez Apprendre le
français.

Vous pouvez vous inscrire vous-même,
ou demander de l'aide pour l'inscription
au 819-821-1995 poste 225 ou 230.
info@carrefouraccesloisirs.com

Journée de corvée pour l'environnement

6 juin, de 18h à 20h (en cas de pluie,
remis au lendemain)

Plantation de végétaux organisée
par la Ville de Sherbrooke et
ses partenaires. Cette deuxième
journée de corvée citoyenne liée à la
démarche Sous les pavés permettra
de déminéraliser et de verdir un
espace situé au stationnement de la
Cigarerie.

Une dizaine de cases asphaltées du
stationnement de la Cigarerie seront
converties en une oasis verdoyante
d'environ 140 m² au terme de
la démarche. Les personnes qui
souhaitent participer doivent
remplir le formulaire d'inscription
disponible au sherbrooke.ca/sous-
les-paves.

La démarche consiste à végétaliser un
espace public dominé par l'asphalte.
Cette démarche sensibilise et
mobilise les communautés autour
de solutions concrètes d'adaptation
aux changements climatiques et
vient améliorer la gestion des eaux
de pluie, réduire les îlots de chaleur
et donner un petit coup de pouce à
la biodiversité.

La Boucle familiale du lac Boivin

Amateur de balade à vélo en famille? La
Boucle familiale du lac Boivin est faite
pour vous! Avec son faible dénivelé,
cette boucle de 10 kilomètres est idéale
pour une famille avec de jeunes enfants.
Prenez une pause et arrêtez-vous à la tour
d'observation pour avoir une vue sur le
lac. Trouvez l'itinéraire : granbyregion.
com/quoi_faire/boucle-familiale-du-lac-
boivin.

Sherbrooke t'en bouche un coin

6 au 9 juin
Marché de la gare de Sherbrooke
Dégustations de produits
d'artisans de la région : fromages,
charcuterie, bière, vin, cidre,
confiserie, boulangerie, pâtisserie,
condiments... Billetterie : www.
stebuc.com

AGA du Journal de rue

19 juin, à 14h
À la Chaudronnée de l'Estrie : 470, rue
Bowen Sud, Sherbrooke

Les membres du Journal de rue de l'Estrie
sont conviés à son assemblée générale
annuelle. À l'ordre du jour, présentation
du rapport d'activité, des états financiers,
des prévisions budgétaires et du plan
d'action de la prochaine année, ainsi
qu'une proposition de modification aux
règlements généraux.

Les Concerts de la Cité

21 juin au 24 août
Centre-ville de Sherbrooke

Les Concerts de la Cité se déroulent
chaque été depuis plus de 30 ans.
Les spectacles extérieurs offerts
gratuitement au public gagnent en
popularité par la diversité de leur
programmation. Chansons rock,
pop, hip-hop, musiques du monde,
jazz, blues, classique et arts du
cirque, tout y est pour plaire aux
plus petits comme aux plus grands!
Consultez la programmation : www.
concertsdela cite.ca

Fête nationale du Québec

La Fête nationale du Québec du 24 juin
est un moment opportun pour célébrer.
Soulignons notre culture et notre langue
par l'entremise de plusieurs activités
prévues pour tous dans plusieurs villes de
la province. Trouver une activité gratuite
près de chez vous au fetenationale.
quebec

Au parc Daniel-Johnson de Granby, on
vous propose des jeux gonflables, un mur
d'escalade, une envolée de montgolfières!

La Classique Pif 2024

24 au 30 juin, Parc Quintal de
Sherbrooke

La Classique Pif, un des plus grands
tournois de balle lente en Amérique du
Nord, sera le rendez-vous incontournable
des sportifs et des familles du 24 au 30
juin. En plus de ses magnifiques feux
d'artifice, des jeux gonflables et des
activités pour tous seront aussi de la
partie. www.classiquepif.com

Fête du Lac des nations

Du 15 au 21 juillet
Programmation musicale
diversifiée sur plusieurs scènes,
activités familiales, sélection de
concessions alimentaires locales,
série de spectacles pyromusicaux
et nouvellement, un spectacle de
drones.
Pour plus d'informations :
fetedulacdesnations.com

Nature et création

Du 1 juin au 31 octobre
Domaine des Côtes d'Ardoise, 879, rue
Bruce, Dunham
24^e édition de l'exposition internationale
de sculptures Nature et création. Cette
année, de nouvelles œuvres sont exposées
dans le parcours de 1 km sur le site du
plus ancien vignoble du Québec. www.
cotesdardoise.com

Fête du Canada

Des célébrations sont organisées
partout au pays le 1^{er} juillet.

À Bury (au Bury Memorial Park)
assistez à une grande parade, une
soirée dansante, du sport, des
activités familiales et des feux
d'artifices.

Au Parc des Lions, sur la rue
Centre à Lac-Brome, une journée
de festivités pour toute la famille
est organisée : musique, danse,
événements sportifs, concours, jeux
gonflables, mini-zoo, parade de
chiens et plusieurs autres activités.
Feux d'artifices à la tombée de la
nuit. Plus de 5000 personnes sont
attendues.

Mot caché :

« Une à l'océan, la goutte d'eau
demeure », provérbe indien.

Festival Soif de musique

Du 3 au 7 juillet, à Cowansville
Des artistes se relaient pendant
cinq jours sur les 2 scènes du
Pavillon des sports Roland-
Désourdy. Zone VIP, espace pour
enfants, offre de restauration sur
place et programmation musicale
festive et rassembleuse. Pour plus
d'informations : lerefrain.com/fr/
festivals/soif-de-musique

Symposium de Brompton

Les 5, 6 et 7 juillet
Chez Praxède à l'intérieur de l'ancienne
église de Brompton.
Toute première édition du Symposium
de Brompton. Des activités connexes
sont aussi proposées telles que la visite
des Jardins réinventés, les diverses
expositions en cours à la Maison des Arts
et de la Culture de Brompton, ainsi que
la rencontre d'auteurs de la région à la
bibliothèque Gisèle-Bergeron.

Le Tour des Arts

Du 13 au 21 juillet, de 10h à 17h
Allez à la rencontre d'artistes
d'exception directement dans leurs
ateliers. Une trentaine d'artistes et
artisans de l'Estrie ouvrent les portes
de leur lieu de création afin de
partager leur passion. Une occasion
unique de découvrir leur démarche
artistique, apprécier leur savoir-faire
et dénicher des pièces que vous ne
verrez nulle part ailleurs. Pour plus
d'informations, consulter le site :
tourdesarts.com/galerie-des-artistes

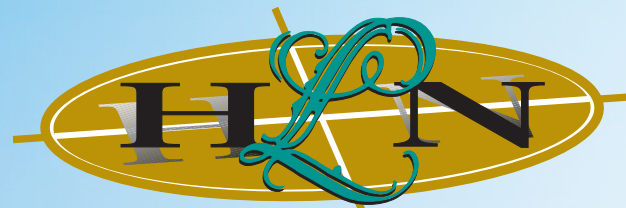
Grande nuit de la poésie de Saint-Venant-de-Paquette

Nuit du 17 au 18 août, de 15 h à 3 h
Sous la direction artistique de David
Goudreault, l'événement réunit sur trois
sites au cœur du village plus de quarante
artistes, dont Jean-Paul Daoust, Hélène
Dorion, Jean-Christophe Réhel, Salomé
Leclerc, Francis Ouellette, Luce Dufault
et Michel X Côté. Lectures, ateliers
de création, micros ouverts, visites du
sentier poétique, conférences, karaoké de
poèmes, slam et spectacles de musique,
dont celui de Richard Séguin et ses
acolytes.

L'accès au site est gratuit et il est possible
de camper sur place (contribution
volontaire). www.nuitstvenant.org

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

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

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

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

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



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


DÉFI Polyteck
Une Force adaptée

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

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

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

defipolyteck.com

