

LES VACANCES D'ÉTÉ

Suggestions de Sylvain, David et Marjolaine

SOUS LES GALETS, LA PLAGE
PASCAL RABATÉ
RUE DE SÈVRE, 2022



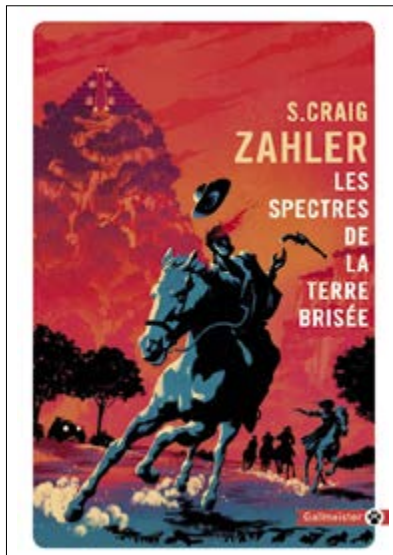
Les dernières semaines de vacances: ces journées dont on veut profiter au maximum, mais qui ont déjà une saveur spéciale... Le temps qui change, la nostalgie des bons moments passés durant l'été... Pour les écolier.e.s ou étudiant.e.s, il y a aussi l'excitation, mêlée à une pointe d'anxiété, à la perspective de la rentrée scolaire...

Ces sensations, Pascal Rabaté les retranscrit subtilement dans sa plus récente BD *Sous les galets la plage*.

Septembre 1963, dans une petite ville balnéaire vidée, Albert, Francis et Édouard, fils de bourgeois et futurs étudiants, prolongent leurs vacances. Un soir ils rencontrent sur la plage Odette, une jeune fille sans attaches. Elle saura rapidement les manipuler pour les contraindre à participer aux cambriolages des résidences secondaires voisines. Bien entendu Albert tombe amoureux d'Odette, et décide de s'affranchir du carcan familial bourgeois et patriarcal.

Une BD empreinte d'une atmosphère palpable et qui aborde avec humanité les écarts de classes sociales... et laisse place à quelques perspectives anarchistes!

LES SPECTRES DE LA TERRE BRISÉE
S. CRAIG ZAHLER
GALLMEISTER, TOTEM, 2018



La parfaite lecture d'été est parfois celle qui nous fait frissonner, qui nous amène dans les recoins lugubres et sombres de l'âme humaine et c'est exactement ce que nous offre ce roman de S. Craig Zahler.

Sous le soleil de plomb de la frontière mexicaine, au tout début du XXIème, un père de famille prend la tête d'une expédition vengeresse. Deux de ses filles ont été kidnappées par une sordide organisation de prostitution.

Pour cet ancien chef de gang, il s'agit bien sûr de sauver ses filles, mais aussi de faire payer les coupables. Il réunit dans ce but ses fils, d'anciens partenaires et un jeune dandy de l'est attiré par l'alléchante prime.

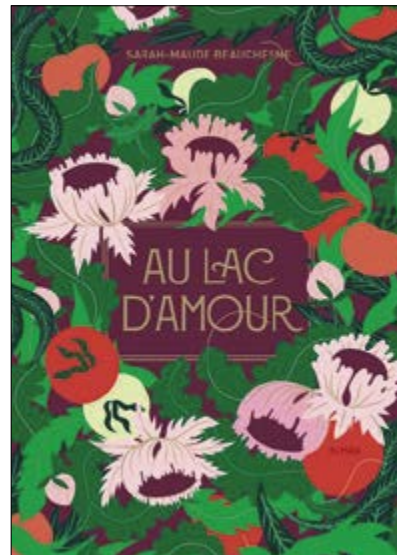
La spirale de violence, qu'aucune autorité humaine ou divine ne viendra contenir, tourne avec force et on comprend vite que personne n'en sortira indemne.

Zahler est aussi cinéaste et cela transparait dans son écriture. Le récit est très imagé, très visuel. Le rythme et la saveur ont quelque chose de tout à fait cinématographique et tarantinesque.

Voilà un western noir tout à fait jouissif et explosif!

Appalaches
LIBRAIRIE GÉNÉRALE

AU LAC D'AMOUR
SARAH-MAUDE BEAUCHESNE
LA BAGNOLE, 2021



Alors que la température monte et que naissent les amours d'été, vous vous demandez : mais que pourrais-je bien lire pour me rafraîchir un peu? Dans ce cas, il n'y a rien de mieux qu'une plongée au cœur d'*Au lac D'Amour* de Sarah-Maude Beauchesne!

Joséphine, jeune femme dans la vingtaine, se rendait chaque été au domaine D'Amour pour les vacances en compagnie des trois frères D'Amour, Colin, Matisse et Lucas. Après quelques années d'absence, Joséphine revient au domaine pour des d'ultimes retrouvailles avec la fratrie.

Ce roman est une ode aux amours de jeunesse, à l'impatience et la fougue, mais aussi au recentrement et à la réflexion sur ce qu'il y a de mieux pour soi. On est loin du roman mièvre où la protagoniste s'emporte pour un rien. Au contraire, Joséphine reste pleinement consciente de la situation et cherche plutôt ce qu'il y a de mieux pour elle plutôt que de se plier aux autres.

Aussi luxuriant qu'un paysage d'été, ce roman saura vous transporter où la chaleur bat son plein et où la sueur nous coule sur le front. À lire avec un *mister freeze* en main!

ENTRÉE LIBRE

JOURNAL COMMUNAUTAIRE DE SHERBROOKE

GRATUIT

Juin 2023 // Vol. 38 // N° 4 // 249^e parution



C'EST L'ÉTÉ, PROFITEZ!

LA GRANDE SÉDUCTION

Sylvain Vigier

Voici la dernière parution de la saison. D'août 2022 à la présente parution n°249 de juin 2023, ce sont 8 journaux de 12 pages que l'équipe d'Entrée Libre a produits pour couvrir l'actualité de Sherbrooke et d'ailleurs. Huit parutions de 12 pages, cela fait un nombre conséquent d'articles à rédiger et produire, et je profite de cet espace pour remercier l'ensemble des collaborateurs et collaboratrices du journal, ainsi que toutes les personnes qui ont soumis des textes tout au long de l'année. Même si nous arrivons à remplir le journal à chaque parution, cela ne se fait pas sans une grande quantité de jus de bras et de cerveau. Faire un journal, c'est avant tout se questionner sur ce qui « fait l'actualité » : de quel sujet souhaitons-nous parler, et sous quel angle nous souhaitons l'aborder. Une fois ceci établi, il s'agit de partir sur le terrain pour aller poser les questions aux bonnes personnes pour obtenir les informations ou les éléments clés de l'histoire que l'on souhaite raconter.

Malheureusement, Entrée Libre publie de moins en moins d'enquêtes et d'articles terrains et remplit le plus souvent ses pages avec des textes d'opinion et des communiqués de presse des différents groupes communautaires. Le journal se vit comme un partenaire des groupes communautaires de Sherbrooke, dont l'action est essentielle et le travail très mal reconnu. Nous sommes heureux de pouvoir être le relai des actions et revendications des nombreux groupes qui forment le tissu social de Sherbrooke. Mais plutôt que d'être une simple courroie de transmission des actions communautaire, Entrée Libre devrait jouer le rôle d'acteur médiatique des revendications sociales et politiques : interroger les groupes qui portent les revendications; décrire la réalité de celles et ceux à qui bénéficieraient les revendications; obtenir des réponses de celles et ceux censés satisfaire ces revendications.

Entrée Libre a tout de même plusieurs fois assuré son rôle de couverture de l'actualité locale avec sa couleur de justice sociale et environnementale. Lors de la dernière campagne municipale Entrée Libre a organisé, en collaboration avec les organismes communautaires, un débat avec les trois candidats à la mairie (Mme Beaudin, M. Fortin et M. Lussier) pour qu'ils présentent leur programme sur les enjeux sociaux et communautaires, pour la culture, ainsi que sur l'environnement. Le journal a également couvert, en particulier sur sa plateforme web et sa page Facebook, les élections provinciales de 2018 et de 2022. Si vous prenez le temps, un jour de pluie ou d'ennui, de vous promener dans les archives du journal qui sont intégralement accessibles au format PDF sur notre site web (<http://www.entree Libre.info/liste-des-parutions/>) vous pourrez constater combien Entrée Libre a joué et joue son rôle de passeur d'informations locales qui habituellement passent sous les radars. La deuxième chose que vous pourrez constater, c'est qu'Entrée Libre est également un journal qui aime cultiver l'humour et la dérision et qui ne se prend pas pour un autre quand il publie.

Arrivée à la dernière parution de la saison, l'équipe va prendre un repos bien mérité (même s'il lui restera encore du travail à faire en coulisse). Pour que le journal continue de paraître, pour qu'il soit plus sur le terrain, plus présent dans les manifestations ou lors des événements, il a besoin de l'implication de nouvelles personnes. Entrée Libre a également un rôle d'éducation populaire : donner aux personnes qui s'impliquent les outils pour apprendre le travail de journaliste; donner aux personnes qui lisent le journal, les clés pour une citoyenneté éclairée et active. Si vous venez au journal avec comme seuls bagages vos idées et votre motivation, nous pourrions vous offrir l'aide et les conseils pour couvrir un événement ou faire une entrevue. Et si vous avez des idées d'envergure, nous avons des moyens, de l'expérience, et de la motivation pour les réaliser.

Plus que j'aimais, on a hâte de vous rencontrer, de vous entendre, pour, au final, vous lire dans nos colonnes! Pour faire le premier pas : journal@entreelibre.info. Vous n'avez rien à craindre, nous sommes tous végétariens (à par l'autre là, qu'on appelle le carnivore, mais on souhaite qu'il parte parce qu'il fait tache au milieu de nos salades de quinoa)!

SHERBROOKE ET LE RAPPROCHEMENT INTERCULTUREL

Benoit Viel

UN PEU PLUS TÔT AU PRINTEMPS, SUR LE COUP D'UNE CURIOSITÉ DÉVORANTE ET DE MON ATTITUDE D'INVESTIGATEUR J'AI CREUSÉ LA PISTE D'UN ORGANISME MUNICIPAL, SOIT L'INITIATIVE SHERBROOKE EN DÉVELOPPEMENT DES COMMUNAUTÉS (ISDC).

L'ISDC a plusieurs mandats et missions, mais celui qui m'intriguait le plus était le rapprochement interculturel. J'ai donc pris mon courage à deux mains et j'ai écrit à l'organisme pour obtenir une entrevue et discuter plus amplement du concept. Un courriel de Rouka Abdoulaye m'est parvenu et une entrevue a suivi au Café Baobab.

Madame Abdoulaye est responsable du dossier de l'immigration à la ville de Sherbrooke. Elle m'explique d'office que ses tâches sont à plus large échelle et qu'elle les définit comme macro. De concert avec une collègue à l'ISDC, elle a la charge de faire le lien avec le ministère de l'Immigration avec lequel la Ville a une entente, mais pas seulement. Comme Sherbrooke a le titre de *Cité interculturelle*, elle a également la charge de programme à titre de coordonnatrice et en lien avec le Conseil de l'Europe. Sur le site officiel de ce dernier, on m'apprend qu'ils forment « la principale organisation de défense des droits [humains] et comprend 46 États membres, dont les 27 États membres de l'UE. » Au Canada, il n'y a que deux villes qui sont nommées ainsi et la seconde est Montréal. Elle ajoute finalement être agente d'accueil pour le réseau d'accueil estrien, ici à Sherbrooke. Ce dernier a la charge de « faciliter l'installation des nouveaux résidents dans notre région ». ¹

Il y a quatre orientations au cœur même de la mission que se donne la ville aux termes de l'immigration et l'intégration des nouveaux arrivants, au cœur même de son travail. Madame Abdoulaye nous les définit comme ceci : « Accessibilité, Prestation des services de la Ville, Lutte contre le racisme et les discriminations, Concertation et mobilisation du milieu et Rapprochement interculturel et vivre ensemble. » Ce dernier se définit et se distingue au Québec, par rapport au restant du pays, via la comparaison avec le multiculturalisme. Et voici la nuance : le multiculturalisme

implique la coexistence de plusieurs cultures. Cependant, il ne fait pas la place à des échanges positifs qui pourraient mener à des influences et à un vivre ensemble franc dans les espaces qui nous sont donnés, comme le café Baobab, là même où l'entrevue a eu lieu et qui organise toute l'année des activités en tous genres et de tous horizons. C'est là qu'intervient l'interculturalisme. Du préfixe inter- est dérivé le mot interaction, nous fait-elle remarquer. À cette fin, l'interculturalisme nous invite à sortir de nos bulles individuelles pour entrer en relation avec l'autre et prendre le temps de faire connaissance.

Pour réussir ceci, la ville organise chaque année la Semaine sherbrooke des rencontres interculturelles (SSRI). La 10e édition aura lieu cet automne. Sherbrooke est la seule ville au Québec à avoir calqué cette activité sur celle de même nature, mais à l'échelle du Québec et qui se déroule au même moment. Madame Abdoulaye souligne que les gens ont pour cette semaine durant laquelle s'opère 50 activités promues par les organismes communautaires de la région, comme le Service d'aide aux Néo-Canadiens, parmi d'autres. Surveillez le dévoilement de la programmation et de la thématique!

En plus de permettre le rapprochement interculturel entre les personnes immigrantes et la communauté d'accueil, le but de la semaine est de réunir sous un même chapiteau « tous les organismes qui interviennent de près ou de loin dans l'écosystème des personnes immigrantes soit en employabilité, en accueil, en francisation et en lutte contre le racisme et les discriminations » pour bénéficier du portevoix qui leur est ainsi donné et remettre au centre de la conversation la personne immigrante. L'instance de la SSRI permet par la bande, un réseautage entre les acteurs du milieu et ainsi, une meilleure orientation des personnes immigrantes entre les services et

organismes qui sont voués à les aider.

Si mon premier objectif d'entrevue était de parler du travail de terrain fait par l'ISDC, il va sans dire que j'ai été agréablement surpris et impressionné par la position progressiste que se donne la Ville de Sherbrooke en matière d'accueil et d'intégration. Tout ça alors que les seuils d'immigration reviennent dans l'actualité.

Le deuxième objectif que je m'étais donné, c'était celui d'informer et de réengager le lectorat dans la communauté. Madame Abdoulaye souligne que, selon une personnalité française, la municipalité est et demeure le seul appareil politique « à portée de gifle » pour le citoyen moyen. Et c'est vrai chaque fois que la municipalité manque à ses devoirs et obligations. C'est là qu'il importe d'avoir une personne assez près de la population pour permettre les échanges et les poignées de main entre la communauté d'accueil et ceux qui viennent s'y établir. Sherbrooke n'est donc pas un monstre bureaucratique froid qui se contente de récolter des taxes et réparer des viaducs. La Ville s'est donné les moyens de répondre aux besoins d'accueil et d'intégration des principaux intéressés. J'espère que vous en aurez appris autant que moi lorsqu'on dit que Sherbrooke est *Cité interculturelle* et se démarque à l'échelle du continent en adhérant aux principes d'Égalité, de Diversité et d'Interaction² du Conseil de l'Europe, visant à construire la cité interculturelle, et ce, au même titre que Barcelone parmi d'autres.

Surveillez la programmation de votre café de quartier. Je soupçonne que le Baobab n'est pas le seul à organiser des échanges et des influences positives dans la ville. Parce que ma curiosité est insatiable et si les étoiles veulent bien s'aligner, le travail de terrain de l'ISDC fera l'objet d'une entrevue ultérieurement. Restez informé-e-s!

¹ Cantonsdelest.ca <https://cantonsdelest.ca/reseau-daccueil-estrien> Consulté le 28 avril 2023

² Conseil de l'Europe, « La Cité interculturelle pas à pas : Guide pratique pour l'application du modèle urbain de l'intégration interculturelle » <https://rm.coe.int/0900001680301909> Consulté le 27 mai 2023

C'EST UNE BIBLIOTHÈQUE

Sylvain Bérubé



La bibliothèque du Cégep de Sherbrooke - Crédit photo : Sylvain Bérubé

Au Cégep de Sherbrooke se trouve l'un des joyaux les mieux dissimulés de notre ville. En effet, lorsque l'on pénètre au niveau 3 du pavillon 2, une agréable surprise nous attend : le Centre des médias la bibliothèque du cégep.

Ouverte durant l'été du lundi au vendredi de 8h à 16h, ce refuge aux mille trésors est accessible non seulement aux étudiants et au personnel du cégep, mais aussi à

l'ensemble de la population. Bien que sa collection soit plus modeste que celle de la bibliothèque Éva-Senécald, située de l'autre côté de la rivière Saint-François, le travail remarquable du bibliothécaire René-Pierre Custeau garantit un approvisionnement de qualité en nouvelles parutions de romans, d'essais et de bandes dessinées.

Ainsi, pour combler vos envies d'évasion au cœur de l'été éclatant, nous vous

recommandons chaudement la découverte de cette oasis de quiétude enchanteuse.

Bonne lecture !

COLLECTIF ENTRÉE LIBRE

PROCHAINE PARUTION

Vous avez envie d'exposer une problématique vous interpellant particulièrement ? Partager une opinion sur le sujet de l'heure ou sur toute situation d'intérêt ? Exprimer votre créativité poétiquement ou prosaïquement, à l'écrit ou en images ? Les pages d'Entrée Libre vous sont grandes ouvertes ! On apprécie particulièrement le contenu en lien avec notre grande communauté sherbrookoise.

Date de tombée des articles : 10 août 2023 | Date de distribution : 1^{er} septembre 2023
Envoyez vos créations à journal@entreelibre.info.
On aime vous lire et vous publier !

Prochaine rencontre du comité de rédaction

Date et lieu à déterminer

Contacte la rédaction : journal@entreelibre.info

DEVIENS COLLABO !

Entrée Libre est toujours à la recherche de collaborateurs pour écrire, dessiner, photographier ou tout simplement s'impliquer bénévolement dans la production du journal. Si votre plume s'impatiente de dénoncer ou de déconner, joignez-vous à l'équipe !

Courriel : journal@entreelibre.info

Site web : www.entreelibre.info

Facebook : Journal Entrée Libre

ABONNES-TOI !

Édition électronique

Il est possible de s'abonner gratuitement, et ce, en tout temps, à la version numérique du journal. Au lancement de chaque nouvelle parution (en moyenne huit par année), vous recevrez un bulletin par courriel pour vous en informer. Vous serez également informé-e de certains événements spéciaux : la tenue d'une assemblée générale, le lancement d'une campagne de sociofinancement, etc. L'inscription au bulletin web est gratuite.

www.entreelibre.info/sabonner

Édition papier

Le journal Entrée Libre souhaite vous compter parmi ses abonné-e-s. En vous abonnant, vous vous assurez de recevoir le journal directement dans votre boîte à lettres, tout en appuyant concrètement un journal local et en prenant position pour la presse indépendante. Un abonnement annuel comprend huit parutions. L'abonnement est de 30 \$ pour les individus et de 50 \$ pour les organisations.

Pour effectuer votre paiement, vous pouvez procéder soit en ligne via PayPal (lequel accepte les cartes de crédit sans nécessiter l'adhésion à PayPal), soit par chèque.

Pour accéder à PayPal, allez sur cette page :

www.entreelibre.info/sabonner

Pour payer par chèque, écrivez à :

Journal Entrée Libre
10-1445, rue de Courville, Sherbrooke (Québec) J1H 0L5

ENTRÉE LIBRE

10-1445, rue de Courville
Sherbrooke (Québec)
J1H 0L5

Tél. 819 542-1632
www.entreelibre.info
journal@entreelibre.info
TIRAGE : 9 500

Collectif Entrée Libre

Benoit Viel, Kariane Pépin, Nicolas Beaudoin (trésorier), Sophie Parent (coordonnatrice), Sylvain Bérubé (coordonnateur), Sylvain Vigier (rédacteur en chef)

Collaboration

Sophie Parent, Sylvain Vigier, Sylvain Bérubé, Denis Pellerin, Alexis Legault, Marielle Fisson, Pierre Jasmin et les artistes pour la paix, Benoit Viel, Essi

Parent, François Huard, Daniel Gendron, Claude St Jarre, Lilly Rose Harvey.

Correction et révision

Sylvain Bérubé

Éditeur

La Voix Ferrée

Crédits photo page couverture

Nicolas Grandmangin

Mise en page

Aurélia Parrenin - Photorélia

Impression

Hebdo Litho

Graphisme de la maquette

Studio Stage 2010

Poste publication Enrg. 7082

Dépôt légal 2^e trimestre 2023
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Bibliothèque nationale du Canada
Territoire de distribution gratuite délimité par les rues Queen au nord, Saint-Joseph au sud, Le Phare à l'ouest et par la rivière St-François.



Sortir de l'étai infernal de l'endettement : METTONS FIN AUX PRÊTS ABUSIFS

Association coopérative d'économie familiale de l'Estrie (ACEF)

AUJOURD'HUI, L'ASSOCIATION COOPÉRATIVE D'ÉCONOMIE FAMILIALE DE L'ESTRIE (ACEF ESTRIE) PREND LA PAROLE POUR DÉNONCER LES PRÊTS ABUSIFS ET APPELLE LES GOUVERNEMENTS FÉDÉRAL ET PROVINCIAL À RECTIFIER RAPIDEMENT LA SITUATION. CETTE DÉNONCIATION EST FAITE AUSSI PAR LES ASSOCIATIONS DE CONSOMMATEURS DU GRAND-MONTRÉAL ET D'AUTRES RÉGIONS DU QUÉBEC.

Depuis une quinzaine d'années, les institutions financières traditionnelles ont cessé d'octroyer de petits prêts à des coûts abordables, ce qui a créé un vide. « Pour satisfaire leurs besoins, les consommateurs se tournent vers des **prêteurs qui leur imposent**

des conditions que nous jugeons abusives, comme des taux de crédit largement supérieurs à ceux des cartes de crédit (déjà élevés!) et l'ajout d'une multitude de frais administratifs » explique Sylvie Bonin, coordonnatrice de l'ACEF. Ainsi, les taux de crédit

de ces prêts atteignent 50 % ou même davantage. Dans le cas des prêts rapide sur Internet, avec l'ajouts de frais administratifs qui contournent l'esprit de la loi, on voit parfois du 160 % ou plus.

Malgré les lois qui encadrent ces pratiques, **le marché des prêteurs alternatifs prospère** au Québec. Les associations de consommateurs enjoignent donc au **gouvernement fédéral** d'abaisser le taux d'intérêt criminel et d'inclure dans le calcul des intérêts tous les frais payés. **Au Québec**, il faudrait rapidement

resserrer la loi puisque plusieurs prêteurs ont trouvé des façons de contourner les règles imposées en 2019 pour les prêts à coût élevés. Selon madame Bonin « **Il ne faut plus tolérer que les prêteurs ignorent ou contournent la loi** ». Il est grandement temps que l'État procède à un réinvestissement majeur dans l'Office de la protection du consommateur et à un élargissement de ses pouvoirs pour qu'elle puisse jouer adéquatement son rôle de surveillance et d'intervention sur les prêteurs prédateurs.

La question de l'accessibilité au crédit pour les clientèles plus vulnérables préoccupe les associations de consommateurs depuis longtemps. Les gens se tournent vers ces prêts à coût élevé offerts sur le marché des prêteurs alternatifs parce que les banques ont délaissé le marché des petits prêts » explique Sylvie Bonin. Nous souhaitons sensibiliser les institutions financières à leur responsabilité sociale et les inviter à mettre en place des formules de petits prêts à des taux raisonnables.

IMPLICATION COMMUNAUTAIRE

BIEN-ÊTRE DES AÎNÉS : L'ÉCOUTE ACTIVE COMME OUTIL DE PRÉVENTION

Secours Amitié Estrie

LE 15 JUIN DE CHAQUE ANNÉE, LA JOURNÉE MONDIALE DE LUTTE CONTRE LA MALTRAITANCE DES PERSONNES ÂGÉES EST UN MOMENT IMPORTANT DE SENSIBILISATION VISANT À METTRE EN LUMIÈRE L'IMPÉRATIF POUR TOUS DE VEILLER AU RESPECT ET LA BIEN-TRAITANCE DES AÎNÉ.E.S.

Dans cet article, nous examinerons le concept de l'écoute active ainsi que son rôle dans la création d'un environnement bienveillant, tout en soulignant l'importance pour chacun de développer cette compétence.

Qu'est-ce que l'écoute active?

Fondée sur les attitudes de respect, d'accueil, d'authenticité et d'empathie, l'écoute active demande d'être pleinement présent afin de porter toute son attention à l'autre, à ses perceptions, ses pensées, ses sentiments et son non-verbal.

En favorisant une communication empreinte de non-jugement, l'écoute active crée un espace centré sur le vécu de la personne écoutée et sur l'importance que revêt une situation donnée pour elle. L'accent de l'écoute est d'abord et avant tout porté sur la personne dans son entièreté avant d'être porté sur son problème ou les faits mentionnés par celle-ci. Cette attention permet entre autres à la personne écoutée de se sentir comprise, acceptée et libre de se dévoiler en confiance.

Une compétence clé pour la bien-traitance des personnes âgées

En prêtant une attention véritable

et en cherchant à saisir les expériences et les émotions vécues par les personnes âgées, les soignants et les proches sont plus à même de répondre adéquatement à leurs besoins. Lorsque les aînés se sentent écoutés et compris, ils sont plus enclins à exprimer leurs préoccupations, à partager leurs expériences et à demander de l'aide en cas de besoin. Cela crée un climat de confiance mutuelle qui favorise la création d'un environnement bienveillant.

De plus, il est possible, grâce à l'écoute active, de détecter certains signes de mauvais traitements envers les aîné.e.s. Selon la professeure Marie Beaulieu, titulaire de la Chaire de recherche sur la maltraitance envers les personnes âgées de l'Université de Sherbrooke, la personne tend en premier lieu, dans la plupart des cas de maltraitance, à se confier à un membre de son cercle proche. Ainsi, développer ses compétences d'écoute au quotidien peut devenir un outil précieux pour l'entourage

Comment développer son écoute?

Développer notre capacité d'écoute au quotidien favorise la création d'un milieu accueillant et empathique. Voici quelques

éléments qui peuvent vous aider à utiliser l'écoute active dans vos communications :

Assurez-vous d'être disponible et présent à la personne :

- **Accordez une attention soutenue** : Focalisez votre attention sur ce que la personne exprime et demeurez pleinement attentif. Évitez de vous engager dans d'autres activités simultanément.
- **Prenez le temps d'être avec la personne** : Offrez-lui l'opportunité de s'exprimer sans l'interrompre. Bien que la solution puisse vous sembler évidente, il est important d'écouter l'ensemble de ce que la personne vous confie, afin de bien comprendre son besoin et ce qu'elle souhaite pour la suite.

Respectez la personne :

- **Son rythme** : Certaines personnes nécessitent un délai pour réfléchir et articuler leurs réponses. Respectez les silences et assurez-vous de suivre le rythme de la personne sans la bousculer.
- **Ses choix** : Il se peut que la personne exprime des choix, des croyances ou des visions

différentes de la vôtre. Restez respectueux en essayant de saisir son point de vue plutôt que de la convaincre du vôtre.

Assurez-vous de bien saisir le besoin de la personne :

- **Vérifier votre compréhension de la situation** : Utilisez la reformulation. En résumant ce que vous avez entendu, vous réduisez les risques de malentendus et de confusion. Cela permet à la personne de se sentir entendu et de rectifier tout malentendu s'il y a lieu.
- **Permettez-vous de clarifier plutôt que d'interpréter ou de juger** : Posez des questions lorsque quelque chose n'est pas clair. Demandez aimablement des détails supplémentaires sur son vécu, ses émotions, afin de démontrer votre intérêt, sans porter de jugement.

Agissons ensemble pour le bien-être des aîné.e.s

En conclusion, la création d'un environnement bienveillant pour les personnes âgées est une responsabilité partagée, individuelle et collective.

Pour ceux et celles qui souhaitent améliorer leur capacité d'écoute active, Secours-Amitié Estrie offre une formation complète, tant pour les entreprises que les individus. Cette formation

présente différentes attitudes et techniques d'écoute, des mises en situation et des exercices pratiques pour permettre aux participants de développer leurs compétences. Si vous souhaitez participer à notre prochaine formation, visitez notre site web à www.secoursamitieestrie.org

Les gens qui souhaitent s'investir auprès de leur communauté et vivre une expérience enrichissante peuvent s'impliquer au service d'écoute de Secours-Amitié Estrie. Les bénévoles qui sont prêts à s'engager pour une durée minimum de 1 an auprès de l'organisme bénéficient d'une formation de base et de formations continues contribuant au développement de leur écoute active. Pour en savoir plus sur l'implication bénévole chez Secours-Amitié Estrie, contactez Mylène Vincent au **819-564-2323, poste 202**.

À PROPOS DE SECOURS-AMITIÉ ESTRIE

En tant que service de ligne d'écoute, Secours-Amitié rappelle l'importance à tous et toutes de ne pas rester seuls avec leurs préoccupations et de parler. L'écoute active et empathique offerte par nos bénévoles offre un espace sécuritaire où les individus peuvent exprimer leurs émotions, clarifier leurs pensées et prendre du recul vis-à-vis les situations vécues. Vous pouvez nous rejoindre en tout temps au **819-564-2323** ou au **1 800 667-3841**, entre 8h et 3h le matin, 7 jours par semaine, lorsque vous en ressentez le besoin.

Cinq ans d'un partenariat fructueux pour la défense des DROITS DES FEMMES ET L'AMÉLIORATION DE LEUR CONDITIONS DE VIE

ConcertAction Femmes Estrie

UN BILAN CONJOINT DE CINQ ANNÉES DE DÉVELOPPEMENT D'UN PARTENARIAT POUR LES DROITS DES FEMMES A RÉUNI AUJOURD'HUI DES MEMBRES DU CORPS PROFESSORAL DE L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE AINSI QUE DE L'UNIVERSITÉ BISHOP'S, DES GROUPES COMMUNAUTAIRES FÉMINISTES ET CONCERTACTION FEMMES ESTRIE.



Crédit photo : ConcertAction Femmes Estrie

« Une alliance entre universitaires et groupes féministes est essentielle pour l'avancement des droits des femmes. Cette alliance permet le développement de nouvelles connaissances et le renouvellement des pratiques » a déclaré Julie Raby, coordonnatrice de projets à Relais-Femmes.

Cette collaboration a pris différentes formes :

- Un projet pilote de recherche partenariale en région a amené la parole des femmes en situation de handicap dans l'espace public à propos de leurs conditions locales;
- Des webinaires ont su sensibiliser et éduquer face à différents enjeux, tels les disparités et les assassinats de trop nombreuses femmes et filles autochtones au pays, ainsi que sur l'éventuelle réforme du droit de la famille;
- Un projet pilote novateur est né concernant l'échange sécuritaire de garde d'enfants en milieu rural à la suite d'une séparation impliquant la violence conjugale;

- Plusieurs forums de partage de savoirs féministes abordant les enjeux de la diversité culturelle dans nos milieux, l'employabilité des femmes et les violences sexuelles ont fait naître de nouvelles collaborations créatives entre des chercheuses universitaires et des groupes féministes.

« Il s'agit ici d'un décloisonnement nous permettant ainsi de nous entraider et de nous renforcer afin d'appuyer les femmes et personnes de diverses identités de genre à Sherbrooke, et ce, rendu possible par l'important travail de ConcertAction Femmes Estrie. » a déclaré Vicki Chartrand, Ph.D, Professeure titulaire au Département de sociologie de l'Université Bishop's, fondatrice et directrice du Centre for Justice Exchange et du forum Abolition list serv, co-moderatrice et présidente de comité à l'Université Bishop's et professeure associée au Département de criminologie à l'Université d'Ottawa. Selon Patricia Dionne, Ph.D, conseillère d'orientation, Professeure agrégée au Département d'orientation professionnelle de l'université de Sherbrooke et Mariame Cissé, directrice adjointe et responsable

du Comité Femmes à la Fédération des communautés culturelles, « Les forums de partage entre chercheuses et organismes communautaires créent des espaces de rencontre inspirants. Ils sont un gage précieux de synergie pour des collaborations futures au profit des femmes dans toute leur diversité. »

Plusieurs interlocutrices impliquées dans les projets ci-haut mentionnés ont témoigné tour à tour des retombées importantes d'une telle alliance pour les femmes. Un bilan complet des collaborations entre CAFE, les groupes féministes et les universitaires a été remis à l'assistance afin de mettre en valeur les effets positifs de ce partenariat.

« Travailler de cette manière inspire des générations de féministes à mettre en commun leurs savoirs, leurs ressources et leurs aspirations pour un monde plus juste pour les femmes, les hommes, et tous les genres. C'est ce que nous souhaitons pour l'avenir. » termine Viviane Doré-Nadeau, directrice à ConcertAction Femmes Estrie, la table régionale de défense des droits des femmes.

AUTOUR DU FOUR : home is where the heart is, kitchen is where the four is

Marielle Fisson

VOUS SAVEZ, QUAND ON CHERCHE UNE RECETTE SUR INTERNET, ON FINIT SOUVENT PAR TOMBER SUR UN BLOG OÙ L'AUTEUR[E] NOUS RACONTE SA VIE, QU'ON FAIT DÉFILER RAPIDEMENT AVANT D'ABOUTIR À LA RECETTE? NE CHERCHEZ PLUS. JE VOUS PRÉSENTERAI ICI UNE RECETTE FACILE, AVEC BEAUCOUP TROP DE DÉTAILS PLUS OU MOINS RELIÉS, EN PRIME. J'AI EU LA CHANCE DE GRANDIR DANS UNE FAMILLE OÙ MES DEUX PARENTS CUISINAIENT BEAUCOUP. C'EST NATUREL, CHEZ MOI. JE N'AI RÉALISÉ QUE VRAIMENT PLUS TARD QUE TOUT LE MONDE NE SAIT PAS FORCÉMENT CUISINER. IL N'EST JAMAIS TROP TARD POUR COMMENCER!

Gang, c'est l'été, il fait beau, il fait chaud. C'est plus difficile de se concentrer au travail... J'ai pris des cours d'été et je réalise maintenant pourquoi c'est les vacances d'habitude à cette période. Je n'ai qu'une envie ; être dehors. Tremper dans un lac, me bercer dans mon hamac et renfiler les fleurs que je croise sur mon chemin. Une autre chose très fun et estivale, le barbecue!

Les plus observateur.trice.s auront peut-être remarqué, je ne vous ai jamais proposé de recette viandue. Vous avez raison,

l'important c'est que ce soit bon! Mais on s'entend, si y'a bien un événement où les options végés sont limitées, c'est dans un BBQ. C'est pourquoi je vous propose une recette (végane, même) pour vous inspirer. Non, ce n'est pas une recette de boulettes de burger. Cela dit, allez voir la recette de la Cuisine de Jean-Philippe avec haricots noirs et riz bruns, si vous en voulez une approuvée et essayée de plusieurs fois!

Bon été!

.Suite p.5 →

Spécial BBQ végé MAÏS GRILLÉ FESTIF



AIOLI À LA SRIRACHA

- 3/4 tasse cajous crues
- 5 gousses d'ail, hachées
- 1/4 tasse d'eau
- 1-2 c. à soupe d'huile
- 1 c. à thé sirop d'érable
- 1 c. à soupe de jus de lime
- Sel et poivre, au goût
- 1 c. à thé sriracha
- 1 pincée chacune de poudre de chili, de paprika fumé, de cumin
- 1/2 c. à thé levure alimentaire

MAÏS

- 8 épis de maïs, non-épluchés (*pro tip* : garder quelques feuilles de jupes pour en faire une poignée, une fois le maïs grillé)

POUR SERVIR

- Jus de lime
- Poudre de chili
- Coriandre fraîche, hachée

Préparation

- Mettre les noix de cajou dans un petit bol et recouvrir d'eau bouillante pendant une demie heure, jusqu'à ce qu'elles soient très molles. Égoutter et mettre de côté.
- Pendant ce temps, préparer le maïs en le laissant tremper dans l'eau froide pendant 10 minutes. Cela va éviter qu'il ne brûle trop sur le grill. Placer ensuite les épis sur une tôle de cuisson, et préparer les garnitures (coriandre, quartiers de lime, poudre de chili etc.)
- Mettre dans un mixer les cajous égouttés avec l'ail, l'eau, l'huile d'olive, du jus de lime, un peu de levure alimentaire, sel et poivre, sriracha et épices. Mixer jusqu'à ce que la texture soit lisse et crémeuse. Ajuster l'assaisonnement, puis mettre dans un petit bol pour le service.
- Pour faire griller le maïs, mettre les épis directement sur la grille chaude environ 7-8 mins et refermer le couvercle. Tourner vers 4 minutes pour uniformiser la cuisson. Une fois les feuilles brunies, déshabiller le maïs, puis remettre sur la grille en rotationnant les épis de temps en temps, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Refermer le couvercle, mais surveiller de près.
- Pour servir, napper le maïs d'aioli, de jus de lime, d'herbes fraîches et de poudre de chili. C'est meilleur à la dernière minute!

CAMPINGS DU QUÉBEC

Sophie Parent, Sylvain Bérubé, Sylvain Vigier

BÉLIER : 21 mars - 20 avril

Vous aurez beau taper de toutes la force de vos cornes sur les sardines de la tente, impossible de les faire entrer dans le bois des plateformes ou la roche du **camping panoramique aux Escoumins**. Pour voir des baleines aux aurores, ça prend une nuit à la belle étoile. On n'a rien sans rien.



TAUREAU : 21 avril - 21 mai

Vous rêvez de large, d'évasion, d'ailleurs, d'exotisme. Oui, mais dans le sud-est de l'Europe vient de débiter la saison des Férias qui selon vous met un peu trop les taureaux à l'honneur. Adieu veau, vache, cochon, couvée, et bonjour **Camping de la plage McKenzie**. Sa toute nouvelle aire de jeux pour enfants vaut bien votre queue et vos deux oreilles.



GÉMEAUX : 22 mai - 21 juin

Ami.e.s Gémeaux, avec votre tendance lard et cochon, le **Camping La Roche d'Or** est celui qui réconciliera toutes vos contradictions. Vous voulez le grand air, mais pas les maringouins ? Vous voulez de dépaysement, mais en restant dans la maison ? Vous voulez l'aventure, mais la vivre entre voisins ? Un camping VR à St Georges de Beauce, voilà ce qu'il vous faut.



CANCER : 22 juin - 21 juillet

Hier encore, vous expliquiez à votre moitié qu'avec vous, l'aventure commence avant même d'avoir franchi le pas de la porte. À ce compte-là, pourquoi investir dans des voyages ruineux alors qu'il est si simple d'installer un hamac dans **Votre cours arrière** ! Versez-vous une bière bien fraîche dans un grand verre, et vous aurez en plus l'illusion du cliquetis d'un ruisseau de montagne. On peut dire que vous savez vivre !



LION : 23 juillet - 22 août

Dans la vie, vous êtes plus fan de *glamping* que de *camping*. Si votre conjoint.e tente par tous les moyens de vous faire partir en vacances en nature cet été, les **Cabines Laö** peuvent s'avérer un bon compromis entre nature et commodités. Situés à Racine, en Estrie, vous pouvez donc vous rendre plutôt aisément dans ces éco-gîtes à la vue imprenable



VIERGE : 23 août - 22 sept.

Vous avez la nostalgie des campings saisonniers, des roulottes en rangées et des transports à effectuer en kart de golf? Ne cherchez plus, car à 15 minutes de Sherbrooke se trouve le **Camping Magog-Orford**! De là-bas, vous pourrez aisément aller *frencher* votre *date* au ciné-parc, puis la ramener ensuite à votre vieille roulotte grinçante!



BALANCE : 23 sept. - 22 oct.

Vous êtes toujours dans une éternelle ambivalence entre le désir de ville et de nature quand vient le temps des vacances? Ne vous cassez plus la tête! À cinq minutes de centre-ville de Sherbrooke, vous pourrez profiter d'une partie de pétanque au **camping de l'Île-Marie**, puis passer faire la tournée des bars du centre-ville avant de rentrer à votre tente, un peu éméché-e!



SCORPION : 23 oct. - 22 nov.

Vous avez le goût de l'aventure et de voir le Québec? Le **camping Mer et Monde** offre un magnifique site sur le bord du fleuve, avec des plateformes sur lesquelles monter votre tente : vous pouvez ainsi vous réveiller au son du souffle des baleines! En plus, de là vous pourrez partir faire un tour de kayak de mer!



SAGITTAIRE : 23 nov. - 21 déc.

Le plan parfait est simple. 1. Planter sa tente près du lac Fraser ou du lac Stuckely, peu importe. 2. Profiter des nombreux sentiers de randonnée pédestre du **Parc national du Mont-Orford** : les plus téméraires oseront le sentier des Crêtes, autrement il y a le mont Chauve ou encore la Boucle des Trois-Étangs. 3. Terminer sa journée les pieds dans l'eau. Répéter le lendemain.



CAPRICORNE : 22 déc. - 20 janv.

Jadis, le poète Julos Beaucarne s'extasiait devant cet homme ayant traversé la Manche à bord d'un vélo volant. Il serait tout sourire au **camping au Diable Vert** de Sutton, lequel offre une activité permettant de s'envoler à la cime d'érables centenaires sur un vélo accroché à un câble. Vivement la transformation de l'espace en vaste voie cyclable, en vélodrome sans limites.



VERSEAU : 21 janv. - 19 fév.

Vous raffolez des coupes Longueuil, du rock progressif sur synthétiseur pis du crème soda ? Le mythique **camping Ste-Germaine** immortalisé par les Cowboys Fringants est tout indiqué! *Dans les broussailles du camping Ste-Germaine | Où le temps s'est figé dins années 70 | Iciite on s'dore la couenne | En gougounes en bédaine | En écoutant Elvis | Sur un vieux tape à cassettes | A'éc d'la Laurentide tablette. Salutations à Gina Pinard et Jay-Pee Labrosse.*



POISSONS : 20 fév. - 20 mars

Le road trip estival que tu te promets depuis un bail, c'est cette année que ça se passe ! Où ça ? En Gaspésie, c't'affaire ! Bon, c'est vrai que tu california dreamais, mais l'inflation fait mal hein, alors savoure ton Québec à place pis ne manque pas de te ressourcer au **camping Côte Surprise** avec vue sur le Rocher Percé.



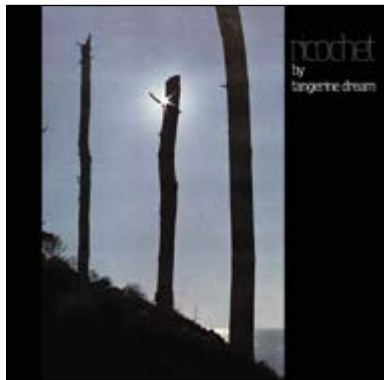
STÉRÉO FANTASTIQUE

Rock progressif spirituel (juin 2023)

Essi Parent, François Huard, Sylvain Bérubé

STÉRÉO FANTASTIQUE, C'EST UNE CHRONIQUE MUSICALE À PLUSIEURS MAINS INTERCHANGEABLES OÙ L'ON PRÉSENTE DES ALBUMS DANS LE STYLE LITTÉRAIRE DE NOTRE CHOIX. ICI ON S'EST LAISSÉ GUIDER PAR LE FOLK/ROCK PROGRESSIF SPIRITUEL PARCE QUE LE DÉPLOIEMENT DU PRINTEMPS NOUS DONNE ENVIE D'EMBRASSER L'UNIVERS PIS DE VOYAGER BEN LOIN.

François Huard



Album : Ricochet (1975)
Artiste : Tangerine Dream

Flashback en 1989. Le CÉGEP, la Boustifaille, le demi-sous-sol des amis rue Parc où l'on échouait entre nos cours pour écouter des vinyles (et tout ce qui vient avec). J'y découvrais Meddle, L'Heptade, Foxtrot, etc. Bref on donnait dans le planant.

Alors quand on m'a demandé d'écrire une chronique sur un album de progressif spirituel, un vinyle usagé acheté à cette époque m'est spontanément venu à l'esprit: *Ricochet* du groupe *Tangerine Dream*. C'est avec grand bonheur que je l'ai redécouvert.

Sur ce *live* instrumental enregistré en 1975, le trio (P. Baumann, C. Franke et E. Froese) nous offre deux titres, Part 1 (face A) et Part 2 (vous l'aurez deviné, face B). Je vous décris la première partie et vous laisse le plaisir de découvrir la seconde.

L'ambiance s'installe avec un enchaînement pesant de notes de synthétiseur qui hypnotisent et invitent à se caler à l'horizontale dans notre vieux divan. Embarquement pour si tard (*).

La guitare électrique entame alors un envoi mantra de huit notes, qui, à force d'être répété, se fraye un chemin dans notre subconscient et altère doucement notre état. Propulseurs ioniques allumés.

Le tout est soutenu par des percussions qui se veulent de plus en plus insistantes, menant lentement mais sûrement à un paroxysme d'intensité et de complexité. Vitesse de croisière atteinte, mode Hyper-espace activé.

Le temps n'existe plus, des voix accélérées et inaudibles nous le confirment. Des claviers à la mélodie pseudo-aléatoire prennent alors le relais, nous accompagnant dans ce voyage intemporel.

Le mantra revient alors, tentant sans succès de se frayer un chemin parmi les claviers fous, faisant craindre une perte de contrôle.

Le synthétiseur initial, avec ses notes qui nous semblaient alors bien lourdes, vient clore la pièce. Il est maintenant rassurant. Nous sommes arrivés à bon port. La nuit sera douce.

(* Émission nocturne [1987-1995] sur la chaîne culturelle de Radio-Canada animée par Myra Kree qui y programmait fréquemment des musiques planantes et qui accompagna souvent l'auteur de ces lignes.

Essi Parent



Album : Science Fiction (2018)
Artiste : Church of the Cosmic Skull

Sortez votre t-shirt tie-dye, votre patchouli et votre encens,

pesez sur play puis accueillez la révélation du crâne cosmique sous la forme d'un grand dôme de verre confinant un arc-en-ciel en Technicolor.

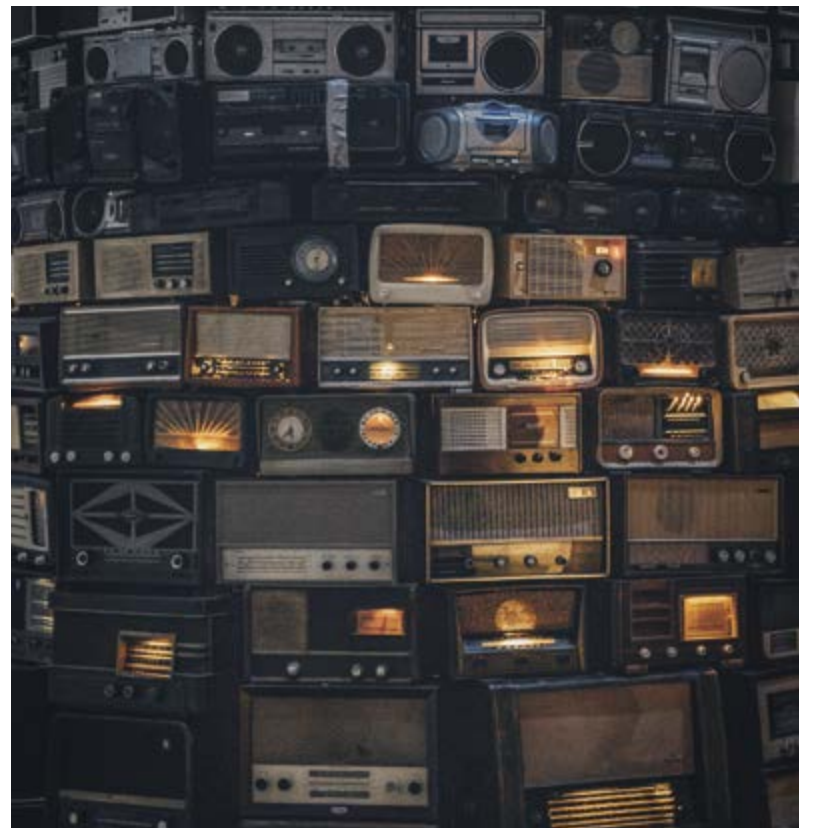
Par sa musique, les thèmes abordés et la manière de se présenter, le groupe *Church of the Cosmic Skull* et son deuxième album *Science Fiction* empruntent les codes des années 70. Les fans de Genesis et du rock progressif se retrouveront dans la pièce *Paper Aeroplane & Silver Moon*. D'autres pièces tendent davantage vers le folk (*Revolution Comes With An Act Of Love*) et le blues (*The Cards That You're Playing*). L'incontournable pièce pop rock *Cold Sweat*, quant à elle, dégage autant qu'un succès d'ABBA une savoureuse odeur artificielle de banane.

Vous pourrez prendre plaisir à écouter *Science Fiction* en pièces détachées. Vous manquerez néanmoins l'essentiel d'un album-concept débutant avec un prêche (*so he's making the minds up of the millions and they'd never deny that he's right*), une démarche spirituelle réprimée (*the soldiers feet marching in time to the laughing of a fool*), un déni de sa condition (*you never woken with a cold sweat, no you never talk about it*), une fuite cosmique (*gonna build a rocket tonight, fly it off of Jupiter*), un rêve vaporeux mais révélateur (*there you were with flowers in your hair, but when I reach for you I see the image fading*), et enfin, une main tendue:

*In the end it's just a game
Gonna go and see the devil again
Don't you know he only wanted a friend*

- The Devil Again, Church of the Cosmic Skull

Le groupe, qui se définit également comme une organisation religieuse, dégage une aura de spiritualité hippie avec le sérieux d'un clown en crise existentielle. Néanmoins, on oublie vite la moquerie d'une explicite mise en scène pour se laisser entraîner dans le flux de l'éther dégage par chacune des perles enfilées autour d'un crâne cosmique qui pourrait bien être le sien.



Crédit photo : Andrea de Santis

Sylvain Bérubé



Album : Ommadawn (1975)
Artiste : Mike Oldfield

Ça ne peut pas être un hasard que cet album soit sorti la même année que **Les cinq saisons d'Harmonium**. C'est comme si Serge Fiori et Mike Oldfield s'étaient lancés pour défi de composer une trame sonore permettant de se lier au sublime autour de nous et en nous.

Part 1 (19:05)

0:00 On pénètre une forêt enchantée peuplée de créatures mystérieuses et parsemée de châteaux de bois, rappelant une époque à la fois passée et futuriste. On réalisera bientôt ne pas être « avant » ni « après », mais plutôt « ailleurs ».

4:15 Le ciel se découvre, l'inquiétude première se dissipe, les violons nous invitent à la fête et on y va tout sourire. L'atmosphère éthérée met en confiance, notre abandon au moment présent est total. On danse au-delà de notre fatigue.

12:28 Après un court moment de calme, bercé par des synthétiseurs apaisants, un chœur gaélique émerge sur des rythmes de batterie aux sonorités africaines. On se connecte à ce qu'il y a de plus vivant en nous. Le tout évolue vers un rock progressif déjanté.

Part 2 (On Horseback) (17:20)

0:00 On est encore dans l'ailleurs, comme s'il y avait eu une odyssée de l'espace au Moyen Âge.

5:00 Étonnant revirement, les cordes s'emparent de la musique et effacent tout ce qui a précédé. On se retrouve à l'aurore de quelque chose de beau, une première pelletée de terre, un amour naissant, la fin de dépression.

10:10 On n'est pas au bout de nos joies, la grandeur de la vie s'exprime maintenant symphoniquement, ça rock, ça folk, ça bouscule en douceur pis ça aime.

13:54 Hey and away we go | Through the grass, across the snow | Big brown beastie, big brown face | I'd rather be with you than flying through space.

MOÏRA : QUAND DANSE ET MYTHOLOGIE NE FONT QU'UN

Benoit Viel

UN PEU PLUS TÔT LE MOIS DERNIER, J'AI EU LA CHANCE D'ALLER VOIR MOÏRA, SPECTACLE JEUNESSE DE LA COMPAGNIE DE DANSE SURSAUT.

Moïra est inspiré de la mythologie Grecque, soit les Moires. Les artistes – ou plutôt les *déeses* sur la scène sont Stéphanie Brochard, Vicky Gélinau et Caroline Namts. Sous la direction de Morgane Le Tiec, la salle bondée du Théâtre Centennial a été captivée par une danse d'abord lente et terrestre qui deviendra graduellement plus aérienne et éclatée, le tout sur la musique de Blaise Borbœn-Léonard.

La pièce en soit est muette. La musique, elle, est instrumentale et le décor est minimaliste. On y voit en arrière-plan des sabliers dont un plus imposant qui fera office de compte à



Moïra - Spectacle de la compagnie de danse Sursaut

rebours de la pièce mais aussi d'une symbolique du temps qui passe. Avec la progression de la pièce, on entend le tempo de la musique s'accélérer, la musique s'agrémenter de percussions et la danse de sauts et de

pirouettes, le tout ponctué de moments plus doux. L'accent sera mis sur les costumes et les accessoires. Ceux-ci ont eu une prise sur le plus jeune auditoire, qui a un moment a inondé la salle de rires lors d'un passage dans lequel la scène semblait se replier sur elle-même, par le jeu habile des *déeses*.

J'ai sondé l'auditoire à la fin de la pièce pour demander : « En un mot, qu'est-ce que vous avez retenu de la pièce? » Les plus jeunes ont adoré! À mon interrogation, ils et elles ont dit : « Intéressant », « Pertinent », « Drôle », et « Fabuleux ». Et si les enfants ont ri de bon cœur, ce sont les parents qui ont applaudi à tout rompre.

L'amoureux des arts de la scène en moi a également trouvé son compte dans cette petite pièce, d'une durée de 45 minutes, qui mêle de façon ludique la mythologie et la danse moderne. Et si les Moires sont les parts de gloire, de malheur et de bonheur dans chacune de nos vies, je crois que le bonheur a gagné l'auditoire. Je souhaiterais aussi joindre ma voix à toutes celles et ceux qui sont peiné d'avoir passé les dernières années loin des scènes et des salles de spectacle pour que la gloire pleuve sur la compagnie de danse Sursaut et ses *déeses*. Vivre des arts de la scène n'est pas chose aisée aujourd'hui. Pour le malheur, il devra rester à la porte. Parce que *Moïra* plaira à toute la famille.



Moïra - Spectacle de la compagnie de danse Sursaut

DYNAMISER LE CENTRE-VILLE AVEC UN JARDIN POTAGER LIBRE-SERVICE

Carolane Arsenault, Arts & Communications chez REVE Nourricier

UN JARDIN POTAGER SERA AMÉNAGÉ CETTE SEMAINE AU MARCHÉ DE LA GARE. LA PLANTATION DE PLUSIEURS HERBACÉES SE FERA AVEC LES CITOYENS DE MANIÈRE PARTICIPATIVE ET SE FERA EN DEUX JOURS : LES TRAVAUX DE SOLS AURONT LIEU JEUDI 1^{ER} JUIN, ALORS QUE LA PLANTATION AURA LIEU CE DIMANCHE 4 JUIN.



En plus d'embellir l'espace, les jardins potager libre-service serviront à réduire les îlots de chaleur et permettront aux passants de découvrir de nouvelles plantes et saveurs. Des bacs à fleurs indigènes et ornementales seront aussi installés pour attirer les pollinisateurs.

Le jardin sera ensuite entretenu par une horticultrice et les citoyens auront accès gratuitement aux récoltes. Une belle initiative pour dynamiser et verdifier le centre-ville de Sherbrooke.

À propos

Le Réseau d'Espaces Verts Éducatif et Nourricier rassemble des partenaires de la communauté autour de projets d'agriculture urbaine. En développant des initiatives inclusives et durables, nous agissons à la source des enjeux liés à l'alimentation et au territoire.

« LA VOIX DE L'ITINÉRANCE »



ÉMISSION DIFFUSÉE LE
JEUDI DE 12 H À 13 H,
(en alternance, aux 2 semaines,
à partir du 16 juin)
ANIMÉE PAR BENOIT PARÉ

Émission d'intérêt public, animée et réalisée par Benoît Paré. Concerné par le sujet, l'animateur rencontre pour nous des intervenants des organismes communautaires en itinérance. Il accueille aussi au micro ceux et celles qui ont connu ou qui connaissent encore la rue.



Ô MARGARET ... sur l'air d'Ô Canada

Pierre Jasmin Artistes pour la Paix

DEUX MOIS ENTIERS SUR LE DOS À L'HÔPITAL, SOUFFRANT D'UNE SPONDYLITE AIGÛE QUI AURAIT DÛ ME LAISSER PARALYSÉ, J'Y AI REÇU DEUX VISITES DU FERVENT NATIONALISTE QUÉBÉCOIS DANIEL GINGRAS VENU PAR LES TRANSPORTS EN COMMUN DE LAVAL À SHERBROOKE ET DEUX MOTS D'AMIES JUIVES : UNE PRATICO-PRATIQUE RECOMMANDATION D'UN DOCTEUR DU JEWISH PAR HONEY DRESHER (NON MERCI; IL Y A DE BONS DOCTEURS À SHERBROOKE CE QUE CHRISTINE LABRIE PROCLAMERAIT MALGRÉ LA LÉGITIMITÉ DE SES ATTAQUES CONTRE LA DIRECTION TOXIQUE!) ET PLUS TÔT PAR LA TORONTOISE MARGARET ATWOOD : « GOOD LORD! I HOPE YOU RECOVER SOON! BEST WISHES, MARGARET. »

Après mon intro qui sacrifie à la lassante mode contemporaine d'évocation de vécus douloureux anecdotiques personnels (aucun lancement d'événement artistique personnel n'y échappe plus), laissez-moi vous parler de ce qui devrait vous intéresser par-dessus tout, ce livre fantastique que j'ai traîné à chacune des longues périodes d'attente pour mes visites médicales et qui fut favorablement commenté, davantage par des infirmières sympathiques que par des docteurs surmenés.

Une femme libre

Réfutant l'appellation féministe ou pacifiste par horreur de toute étiquette, l'humour inclassable de Margaret traverse ce bouquin inénarrable mais tout-à-fait irrésistible. Si elle avait été élue première ministre ou seulement gouverneure générale du Canada, j'aurais été le plus patriote des Canadiens! Une phrase au hasard :

« Nous risquons bien davantage de mourir dans un accident de voiture ou en glissant dans notre baignoire que d'être trucidés par des agents ennemis, mais il n'est pas facile d'exploiter ce genre de morts pour semer la panique [allusion prémonitoire des alertes antichinoises de notre Chambre des Communes]. (...) Vous ne pouvez [vous] protéger qu'en restant sous la surface de la mare aux grenouilles : ne sortez pas la tête de l'eau, ne coassez pas trop fort et, vous assure-t-on, tant que vous ne ferez rien de « mal » - une notion fluctuante - rien de grave ne pourra vous arriver. Jusqu'à ce que cela arrive.

Et comme la liberté de presse aura déjà été supprimée et toute indépendance de la justice abolie, quand tous les écrivains, chanteurs et artistes indépendants

auront déjà été réduits au silence, il n'y aura plus personne pour vous défendre. (...)

La prison est devenue un entrepôt où on remise les gens. (...) Aux États-Unis, les jeunes hommes noirs sont sur-représentés, au Canada, ce sont les Premières Nations. (...) Notre liberté ne nous libère pas d'un grand nombre de choses qui peuvent finir par nous tuer, à commencer par notre baignoire. Liberté par rapport aux substances chimiques toxiques dans l'air et dans l'eau? Liberté par rapport aux inondations, aux sécheresses et aux famines? »

Celle qui a passé une bonne partie de sa jeunesse dans la forêt abitibienne québécoise et y est retournée en 1976 avec sa fille de trois mois dans une cabane en rondins sans eau ni électricité aurait mentionné aujourd'hui les feux de forêt qui brûlent l'Alberta et la Nouvelle-Écosse, dont les citoyen-nes ont la « liberté » de payer avec leurs taxes des dizaines de milliards de \$ pour des chasseurs-bombardiers équipables de bombes atomiques : ce sont les F-35 auxquels aucun des partis fédéraux ne s'est objecté, alors qu'on pourrait multiplier les Canadiens, surnommés « pélicans » en raison de leur forme et de leur capacité à ouvrir leurs gueules pour remplir leurs soutes en vol rasant sur les plans d'eau. Imaginez le crédit diplomatique d'un Canada qui prêterait ces avions-sauveurs à l'Espagne, à la France ou à la Californie (y reste-t-il un plan d'eau utile à cette fonction?).

Fan de notre littérature

Publié en langue française, ce bouquin comporte, parmi ses plus importants chapitres en nombre de pages, des éloges dithyrambiques à Marie-Claire Blais, résidente de Key West en Floride (intitulé CELLE

QUI A TOUT FAIT SAUTER) et à la manitobaine Gabrielle Roy (neuf parties en 20 pages!), alors qu'Alice Munro et Rachel Carson capturent son attention écologique: on ne peut lui en vouloir de méconnaître nos pionniers Pierre Perreault, Frédéric Back et les écologistes de l'UQAM Pierre Dansereau, Lucie Sauvé et Louise Vandelac¹ qui ne reçoivent pas l'attention médiatique qui leur est due au Québec!

En analysant brillamment *la Belle bête* (1959), Margaret compare, très avantageusement à l'égalité précoce Françoise Sagan, MC Blais d'ailleurs membre des AplP toute sa vie :

« Blais exprimait à dix-neuf ans cette sensibilité canadienne francophone bouillonnante, en effervescence - formée par des décennies de minidictature duplessiste et par la politique confessionnelle de la « revanche des berceaux », avec ses familles de 15 enfants obligatoires. Ces forces avaient déjà façonné *Bonheur d'occasion* de Gabrielle Roy et devaient se manifester, peu après en 1970, dans *Kamouraska*, le remarquable roman d'Anne Hébert. »

Margaret poursuit son éloge ainsi :

« La richesse, la diversité, l'inventivité de cette écriture sont inhabituelles dans la littérature québécoise, dans la littérature canadienne et, en fait, dans l'ensemble de la littérature. Marie-Claire Blais est sui generis, elle n'appartient à aucune clique, n'adhère à aucune religion sinon celle de l'art, elle explore constamment. (...) On ne saurait imaginer notre littérature sans elle. »

Et c'est écrit avant la mort prématurée de Marie-Claire il y a un an et demi.

¹ À l'intention de Margaret qui en a truffé son œuvre, note savante: « Les ventes de pesticides ont explosé en 2021 au Québec. Pour la première fois en 30 ans, elles ont atteint 5 millions de kilogrammes d'ingrédients actifs, et ce, malgré les objectifs de réduction de l'utilisation des pesticides que la province s'était fixés », selon Louise Vandelac, directrice du *Collectif de recherche écosanté sur les pesticides, les politiques et les alternatives (CREPPA)* qui mentionne des répercussions : « Le problème, c'est qu'il y a certains pesticides bio, non pas biologiques, mais ce qu'on appelle des biopesticides, qui ont des effets significatifs. Je pense à la Roténone, par exemple, qui a été retirée du marché et qui est associée au Parkinson ».

COHABITATION HARMONIEUSE AUTOUR DU LAC-DES-NATIONS

Service des communications de la Ville de Sherbrooke

LA VILLE MET À JOUR LA SIGNALISATION SUR LA PROMENADE DU LAC-DES-NATIONS AFIN DE SENSIBILISER SES UTILISATEURS ET UTILISATRICES AU PARTAGE DE LA PROMENADE. LA VITESSE AUTOUR DE CE SENTIER URBAIN PASSE DE 10 À 20 KM/H.

→ La Ville met en place un projet pilote de deux ans permettant la circulation de tous les modes de transport actif et assisté à une vitesse maximale de 20 km/h sur la promenade du Lac des Nations.

→ La vitesse de 10 km/h permise auparavant ne répondait pas aux besoins de l'ensemble des usagers et des usagers.

→ Ce projet pilote est accompagné d'une campagne qui vise à rappeler la vitesse permise et à sensibiliser les gens aux bonnes pratiques de partage et de cohabitation sur la promenade urbaine.

→ La campagne « zone zen », en place depuis 2009, a été retirée pour faire place à la nouvelle campagne de cohabitation autour de la promenade.

→ La campagne met de l'avant quatre grandes règles de cohabitation :

- Marcher en groupe de deux personnes;
- Respecter la limite de 20 km/h;
- Garder la droite;
- Dépasser prudemment.

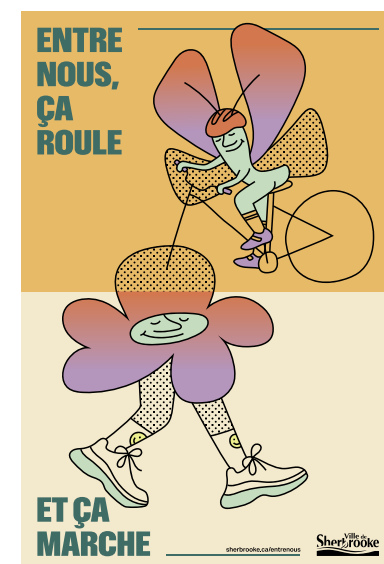
→ Le Service de police de Sherbrooke sera présent pendant la saison estivale autour de la promenade pour faire de la sensibilisation et rappeler les règles de sécurité, notamment :

- Port du casque obligatoire en tout temps sur des moyens de transport électriques;
- Port du casque obligatoire pour les cyclistes d'âge mineur;
- Il est interdit de promener un chien à vélo;
- Ne porter aucun écouteur lorsque l'on utilise le vélo;
- Respecter la signalisation et les limites de vitesse.

→ À l'issue du projet pilote, un plan d'aménagement pour le transport

actif sur la promenade urbaine du Lac-des-Nations sera élaboré, en harmonie avec le Plan directeur du transport actif (PDTA) afin d'établir les balises en matière de partage de l'espace et de revoir la circulation et la signalisation.

→ Pour tous les détails : sherbrooke.ca/entrenous.



« On a la chance d'avoir une piste multifonctionnelle au cœur de notre ville, qui est utilisée autant pour des balades en famille que pour du vélo utilitaire. On doit travailler ensemble pour créer un espace où tous les types d'utilisateurs peuvent coexister en sécurité et profiter pleinement de ce joyau. » - Évelyne Beaudin, mairesse de Sherbrooke.

« Avec cette campagne, on vient rappeler aux personnes qui utilisent ce sentier urbain polyvalent qu'il appartient à tous! Je me réjouis que la vitesse soit adaptée aux besoins des usagers du transport actif. » - Joanie Bellerose, présidente de la Commission de l'environnement et de la mobilité

Y A-T-IL UN PARTI D'OPPOSITION FANTÔME À L'HÔTEL DE VILLE ?

Denis Pellerin

IL SEMBLE QUE OUI. PAS TRÈS ORGANISÉE, L'OPPOSITION. MAIS UN PEU QUAND MÊME. METTONS QUE QUATRE OU CINQ MEMBRES DE L'OPPOSITION QUI SONT « CONSEILLÉS » PAR DEUX PERSONNES D'OBÉDIENCE FORTEMENT LIBÉRALE, CE N'EST RIEN POUR FAVORISER DES RAPPORTS HARMONIEUX AVEC LA MAIRIE.

À plus forte raison si l'une d'elles est la conjointe du candidat à la mairie qui est arrivé deuxième aux dernières élections municipales. Faudrait en revenir. Et arrêter d'entretenir « la chicane ». En soufflant sur ses braises. Comme dans la dernière campagne.

L'ancien maire, lui, est passé à autre chose. Je n'aurais jamais cru le citer comme un exemple à suivre. Héhé !

Pas beaucoup d'arguments valables, l'opposition. Des termes vagues : « manque de transparence », « ne collabore pas », « pas flexible », etc. Des exemples? Pas tant. Ce n'est pas comme si la mairesse avait caché des documents, des enregistrements ou des lettres de ministres comme c'est arrivé par le passé. Et pas seulement par des maires : des conseillers et conseillères aussi. Besoin d'exemples?

Et qu'on ne me rabâche pas le «

cas du directeur de cabinet » : j'ai déjà eu à signer de telles ententes confidentielles de fin d'emploi. Elles ont cette caractéristique (justement!) d'être CONFIDENTIELLES ! On a prouvé plusieurs fois au cours des ans que l'hôtel de ville était une passoire : ce qui est dit à huis clos circule rapidement hors des murs.

Ça déborde sur les médias sociaux

Je constate depuis six mois environ une augmentation des insultes, des fausses informations et autres formes de mépris sur certains forums de discussion.

La dernière en date : deux membres de l'équipe de la mairesse demeureraient dans des Habitations à loyer modique (HLM). C'est faux !

Même quand c'est contredit par les faits (ce sont plutôt des coopératives, ce qui est bien différent), on s'indigne : « Les journalistes de sherbrooke



Crédit photo : Ville de Sherbrooke

doivent être tous sherbrooke citoyen pour ne jamais en faire mention! C'est un scandale ! » [sic et resic!] et bla-bla-bla.

Ce que je trouve scandaleux, c'est de voir que des élu(e)s de l'opposition voient ces commentaires, savent que c'est faux ... et n'interviennent pas. Ça nourrit la haine. Comme ça nourrit la haine d'accepter sans broncher qu'un(e) collègue se fasse insulter voire ostraciser pour avoir, par exemple, dansé sur un pont ou choisi de vivre dans une coopérative

d'habitation.

L'opposition devrait se rappeler que le mépris, même s'il plait aux troupes dont le vote est déjà acquis, ne séduit pas la population dont les votes sont nécessaires pour ne pas perdre une élection. Au moins deux maires ont déjà joué dans ce film-là. Et un candidat.

Il reste deux ans et demi

Pour « se refaire une beauté ». Pour participer à des réalisations

plutôt que de s'opposer sur des peccadilles à chaque séance. Un premier projet de logement social dans Rock Forest par exemple. Et plusieurs autres. Une bibliothèque tant attendue depuis des décennies dans Fleurimont, ce serait bien. Du logement pour les étudiants. Une école secondaire aussi.

Parce que pour l'instant, à force de s'opposer à (presque) tous les projets, l'opposition ne pourra pas s'en glorifier quand ils se réaliseront. Ils auront été contre tout.

OPINION

LE CANNABIS

Daniel E. Gendron, ex-consommateur abstinent par nécessité

SI NOS ANCÊTRES DISPOSAIENT DE LEUR POTION POUR SE DÉFENDRE CONTRE LES ROMAINS, NOUS, NOUS DISPOSONS DU CANNABIS SATIVA POUR SOULAGER CERTAINES DOULEURS ET AIDER À PASSER LE TEMPS.

Cette plante provient de la région située entre le nord-ouest de la mer Caspienne et la Chine. Ce sont les Chinois qui en développèrent les nombreuses applications les premiers. Au début des années seize-cent de notre aire, le chanvre fut associé à la destinée par les herboristes d'Istanbul de l'époque, haut lieu de traditions diversifiées et point de jonction entre les cultures de l'Occident et de l'Orient.

Le chanvre rend introspectif. D'aucuns diront qu'il provoque une certaine stupeur. Il est à proscrire pour les jeunes gens chez qui ils provoquent des épisodes paranoïdes et chez les adultes au travail.

La griserie cannabique est unique. Elle est subtile et agréable. À son niveau d'expression le plus intense, elle givre dans l'implosion de la personne sur elle-même. C'est en quelque sorte de ce repli entier de tous les sens (sauf celui de l'audition), dont il est question quand on condamne la douce évasion de la réalité. Une ouateuse confusion mêlée à une ivresse éphémère donne le ton à l'expérience de cette plante narcotique. Un moment qui dure peu longtemps et où l'on oublie au fur et à mesure qu'il a lieu, ce qui se passe dans son « ici et maintenant ». C'est l'enchantement dans l'imagination et la rêverie.

Le chanvre désennuie. Le temps passe agréablement. Les idées dévalent dans le passé. Elles viennent nombreuses, mais elles sont souvent oubliées. Parfois, elles reviennent. Mais il est certain que le chanvre aide à passer le temps agréablement et différemment. L'effet que procure l'aspiration de l'ardent foyer (tournant d'un coup de miettes vertes à braises rouges) familiarise avec le sens de l'éphémère.

La satisfaction que procure le THC ne dure pas. Quelques grammes de cette substance donnent quelques heures d'ivresse. Une bonne « pof » du produit réussi à geler un court moment. Pendant ce gel, la motricité est nulle, tout comme le verbe. Seul le sens auditif est obscurément conscientisé. À répéter donc, pour se rassasier.

Il serait souhaitable qu'on reconnaisse que « passer le temps » et l'ennui sont d'importantes difficultés que rencontrent les invalides, les malades chroniques et les personnes âgées. J'ai ouï dire que les bipolaires consomment le chanvre pour déjouer leur anxiété. Cette automédication est à leurs frais.

Il ne faut pas oublier que le chanvre est une plante narcotique, voilà qui la rend illicite. Le chanvre cultivé est un stupéfiant, il entraîne une dépendance, au même titre que la nicotine. Pour un toxicomane, l'abstinence occasionne un inconfort physique, un peu comme un fumeur de cigarettes qui veut renouveler sa dose de nicotine. Un jour, un psychologue disait : « Pour être abstinent, il y a un prix à payer ». Il faut être prêt à payer ce prix.

On tolère le chanvre comme plante anesthésiante quand elle soulage la douleur physique, là où la morphine échoue, par exemple. Mais pour ce qui est de la souffrance morale (l'ennui), il est maintenant possible de consommer en toute légalité. Il serait heureux que la production, la possession, la vente et la consommation du chanvre soient maintenant légalisées pour les adultes, au Canada, c'est-à-dire égales, à la nicotine, et en lieu de la cocaïne, de l'héroïne ou de la méthamphétamine (speed). Des recherches scientifiques sur le cannabis s'imposent.

Qu'arriverait-il si... ON ARRÊTAIT DE NOUS MONTRER DES GLACIERS QUI FONDENT?

Alexis Legault

ÉVITER UN RÉCHAUFFEMENT DE 1,5 DEGRÉ CELSIUS ET SURTOUT DEMEURER SOUS LA BARRE DES 2 DEGRÉS; LA DISPARITION DE 70% DES OISEAUX DE MER; LE PH DES EAUX QUI PASSE DE 8,15 À 8,05; UN MILLIER DE NOUVELLES ESPÈCES MENACÉES D'EXTINCTION; ET SURTOUT, D'IMMENSES BLOCS DE GLACE QUI FONDENT À DES MILLIERS DE KILOMÈTRES DE CHEZ VOUS.



Ours polaire, Manchot, Arctique - Crédit photo : Pixabay

Nous avons tous déjà vu circuler les images d'un glacier qui fond, se détache et se fracasse à la surface de l'eau, entrant dans l'océan pour ne jamais en ressortir. Ce visuel peut être aussi poétique et percutant qu'on le voudra sur le plan théorique ou artistique, mais il ne convaincra malheureusement que les convertis, laissant de marbre ceux qui n'ont pas encore décidé d'affronter la gravité de la situation.

Les images sont probablement plus frappantes que les statistiques pour le cerveau humain, plus tangibles, plus palpables. Le corps inanimé d'un enfant, vêtu d'un t-shirt rouge, échoué sur une plage, soulève bien davantage les passions que le rapport annuel d'un organisme international sur l'accroissement du nombre de décès de personnes migrantes en mer.

Toutefois, pour simplifier – espérons que ce n'est pas à l'excès – l'humain est principalement solidaire et empathique sur de courtes distances et pour des individus qui lui ressemblent. Comment s'en faire pour le déclin des animaux marins, pour des pieuvres aux facultés cognitives déconcertantes, mais dont l'apparence nous semble pratiquement extraterrestre? Comment ressentir l'urgence de la guerre et de la famine qui s'abattent sur les humains vivant dans ces pays si lointains?

L'humain a évolué pour se soucier de son environnement immédiat bien plus que pour s'inquiéter de périls lointains et abstraits. On se

préoccupe avant tout de nos amis et de notre famille, de nos proches et de ce qu'on connaît bien. C'est une stratégie qui a certainement contribué, dans le passé, à la survie de notre espèce, mais qui pourrait bien causer notre perte aujourd'hui. Pas de chance, la crise climatique et le déclin de la biodiversité semblent malheureusement trop nébuleux pour en ressentir l'ampleur, même lorsqu'on les comprend d'un point de vue théorique.

Je me permets de bifurquer ici vers des enjeux d'ampleur plus modeste qui relèvent certainement davantage de l'anecdotique, mais qui permettent d'ouvrir à une réflexion. Au cours des dernières années, j'ai rencontré plusieurs personnes qui ont commencé à s'impliquer pour la protection de l'environnement, parce qu'elles ont constaté que leurs enfants subiraient les conséquences de la crise environnementale. Je connais aussi beaucoup de gens qui ont été pris au cœur par la destruction annoncée du boisé de leur enfance ou d'un parc dans leur quartier. Certains n'ont jamais cessé de s'impliquer dans la protection du territoire depuis, et ce bien souvent pour sauver des milieux naturels qu'ils ne fréquenteraient probablement jamais. Entre-temps des liens se sont formés entre des citoyens. C'est en ce lieu que réside pour moi un grand espoir, dans cette empathie pour le près de soi qui mène à agir plus largement et avec d'autres.

En ce sens, je m'interroge sur le mal

que certains perçoivent dans une aventure d'engagement citoyen qui débute par un «pas dans ma cour». Il faut reconnaître les limites de notre condition humaine, de notre vue courte et sélective. Mais cette empathie que l'on a développée pour les êtres vivants et pour les choses qui nous entourent est une chose précieuse sur laquelle s'enracine notre humanité, et qui pourra potentiellement repousser le dernier acte.

La petite poussée qu'il nous faut pour nous lancer à l'eau, l'élan nécessaire pour nous mettre en marche, ils ne viendront peut-être pas de la raison, de la dernière statistique alarmante diffusée (avec raison) dans les médias. C'est par le cœur et l'empathie que se sont engouffrés dans l'univers militant la plupart de ceux que je connais. Cela n'empêche en rien de tout faire pour agir de la manière la plus objective et globale possible ensuite, une fois en route. Maintenant, il faut probablement interroger la manière dont on présente ces enjeux et trouver un équilibre entre ce qui se trouve près de nous sans perdre de vue le portrait global.

Permettez-moi d'emprunter les mots d'un autre pour conclure. Le philosophe Antonio Gramsci a écrit à son frère, de sa cellule de prison : « Je suis pessimiste par l'intelligence, mais optimiste par la volonté. » Il peut être avisé de miser sur la volonté lors des moments qui précèdent le jaillissement de la lumière à l'horizon.

Mon expérience AU CONSEIL MUNICIPAL JEUNESSE

Lilly Rose Harvey (secondaire 5 École Mitchell-Montcalm)

CETTE ANNÉE, JE ME SUIS INSCRITE AU CONSEIL MUNICIPAL JEUNESSE PARCE QUE ÇA M'A D'ABORD INTÉRESSÉ POUR L'ASPECT POLITIQUE ET ENSUITE JE ME SUIS SENTIE IMPLIQUÉE POUR LA CAUSE DES JEUNES ET DE LEUR PLACE DANS LA PRISE DE DÉCISIONS QUI LES CONCERNE.

Comment fonctionne le Conseil municipal jeunesse?

Le conseil municipal jeunesse (CMJ) est un regroupement de jeunes mineurs désirant que leurs idées soient entendues pour apporter un changement au niveau municipal de la ville de Sherbrooke. Les jeunes participants sont accompagnés par le Carrefour de solidarité internationale et d'étudiants à l'École de politique appliquée de l'Université de Sherbrooke pour leur apprendre toutes les bases nécessaires pour comprendre le fonctionnement de la politique municipale et l'art du débat. Les jeunes auront également la visite d'invités pour présenter plus en détails deux thématiques d'actualité qui touchent les jeunes.

Suite à l'acquisition de la partie théorique (savoir ce qu'est une ville; comment former une solution aux questions), les jeunes membres devront proposer des recommandations en lien avec deux thématiques. Ensuite, leurs propositions seront validées par le ou la responsable et ils procéderont à une simulation de la séance. Finalement, le grand jour aura lieu à l'Hôtel de ville de Sherbrooke, où ils présenteront leurs propositions devant le public, les médias (Radio-Canada ou la Tribune) et ainsi que devant la mairesse de Sherbrooke et des élus. Par la suite, les jeunes vont élire deux représentants pour présenter un résumé de toutes les recommandations pour qu'elles soient approuvées ou non par le conseil municipal.

Quelles sont les recommandations faites par le Conseil municipal jeunesse que je privilégie?

En 2023, nos deux questions étaient:

1-Comment la ville, en collaboration avec les jeunes, pourrait-elle faire pour créer un environnement accessible et durable qui favorise la santé mentale des personnes âgées de 12 à 25 ans vivant à Sherbrooke?

2-Comment la ville, en collaboration avec les jeunes, peut-elle rendre plus attrayante et accessible la mobilité durable?

De nos pistes de recommandations pour ces questions, voici mes favorites:

- Créer, en collaboration avec les jeunes, un événement annuel de sensibilisation et de prévention des problèmes de santé mentale. Cet événement inclurait un parcours d'activités (artistique, sportif...), avec des kiosques accessibles à tous ayant pour but de fournir des informations sur la santé mentale.
- La création de lieux jeunesse calme et sécuritaire: espaces verts, adaptation des bibliothèques pour qu'elles soient plus adaptées aux besoins des jeunes et l'organisation d'autres activités spécifiquement dédiées aux jeunes.
- Créer, en collaboration avec les jeunes, un événement estival pour faire découvrir et promouvoir auprès des citoyens les différents moyens de transport durable possibles et les endroits permettant d'utiliser ces transports sur le territoire de la ville. Cet événement pourrait se faire sous forme de rallye photos où les gens devront se prendre en photo dans des endroits précis avec des prix à gagner pour inciter la participation.
- Mise en place d'incitatifs à la mobilité durable par la plantation de nouveaux arbres et la revitalisation de certains espaces dans la Ville.
- Délimiter clairement les pistes cyclables par des îlots de verdure et en ajouter plus.
- Valoriser plus la patrouille verte (sensibilisation) et les comités environnementaux des écoles pour créer des projets environnementaux concrets pour les jeunes.
- Durant un moment dans l'année, l'utilisation de véhicules à essence serait restreinte pour favoriser le covoiturage.

Le 9 mai dernier, nous avons fièrement déposé nos recommandations au Conseil municipal et nous espérons pouvoir continuer de nous impliquer pour mettre en place certaines de nos idées. La séance du Conseil municipal jeunesse 2023 est disponible en ligne : <https://www.sherbrooke.ca/fr/vie-municipale/portrait/conseil-municipal-jeunesse>

Sophie et ses hommes DEVANT L'HÔTEL DE VILLE

Sophie Parent

LE PARTERRE DEVANT L'HÔTEL DE VILLE A TOUJOURS EU POUR MOI UN PETIT QUELQUE CHOSE DE NOSTALGIQUE : C'EST UN LIEU OÙ J'AI FUMÉ MA PREMIÈRE CLOPE — ET ME SUIS FAIT SURPRENDRE PAR MON PÈRE — C'EST AUSSI UN LIEU OÙ J'AI BEAUCOUP TRAÎNÉ AVEC DES AMI-E-S QUAND J'ÉTAIS ADO, OÙ J'AI PIQUENIQUÉ L'ÉTÉ, PUIS OÙ J'AI MANIFESTÉ OU ÉTÉ EN DATE.

Devant le Faro, je regarde les bâtiments en briques et en pierres du centre-ville et me disant que la Wellington Nord a été témoin de nombreuses folies de ma part. Dans la toponymie de mes amours, c'est la rue qui compte le plus grand nombre d'histoires.

Par exemple, dans cet immeuble au coin là-bas, j'ai vécu ma première fois avec mon premier amour : on n'était vraiment pas bons et hyper nerveux, mais ça me fait toujours un peu sourire d'y repenser. Il paraît qu'il est rendu marié, avec une maison quelque part dans une banlieue *poche* et des enfants.

Dans cet autre édifice, j'ai suivi le coloc d'une amie après une soirée de fin de session de cégep très arrosée. On ne s'est plus jamais reparlé après, puis il s'arrangeait toujours pour être absent quand j'allais voir cette amie chez elle. Dans ce troisième édifice, un peu

moins bien entretenu que les deux autres — et où il doit bien vivre un ou deux *dealers* — j'y ai entretenu une relation d'amour passionnelle et impossible avec un amant qui m'a fait beaucoup pleurer.

Dans un rayon d'une cinquantaine de mètres, que j'arrive à voir en étant entièrement affalée dans une talle de gazon, je constate que les aventures que j'ai vécues sont multiples et diversifiées, puis pas seulement que romantiques.

En effet, il y a cet ancien café qui a fermé et qui distribuait à l'époque de grosses lettres en bois aux tables pour désigner les commandes des clients. On nous avait assigné à une amie et moi la lettre «D». Comme deux gamines, puis à coups de «*pas game*», on avait fini pas voler le gros «D», qui trône désormais fièrement dans ma bibliothèque et qui initie bien des conversations.



© Paula Cloutier

C'est aussi une rue qui m'a vue grandir et prendre en maturité. Je suis passée de l'étudiante un peu légère et qui enchaîne les *dates* à la jeune professionnelle plus rangée et qui cherche à gagner en stabilité émotionnelle. Ma fibre militante est toujours bien présente, mais elle s'est transformée.

J'y ai aussi appris à me respecter et à me faire respecter : je suis désormais capable de dire non et d'écourter un rendez-vous qui ne se passe pas comme prévu. Avant, je subissais jusqu'à la fin, alors que je suis désormais capable de désormais finir mon verre

d'un trait, d'annoncer que ça ne fonctionnera pas, puis de m'en aller. Ça fait moins de matériel croustillant pour écrire un roman-feuilleton, mais j'ai l'impression que c'est un fonctionnement plus respectueux de moi et des autres.

Avec le soleil dans le dos et les pieds dans le gazon, je me rejoue le film des dernières années avec reconnaissance. À mes côtés se trouve quelqu'un qui me donne envie de ne plus me lancer dans d'autres rendez-vous ou d'aventures manquées, sans non plus m'obliger à m'oublier pour devenir fusionnelle et dévouée à une seule personne.

En rétrospective, ça aura été une belle aventure que d'écrire mes péripéties mensuelles. Merci de m'avoir accompagnée pour ce bout de chemin.

Comme dirait René, «à la prochaine fois».

HAÏKU DE CLAUDE ST JARRE

Lettre du département des miracles!

Alerte mauve
 Une épidémie de santé chronique
 Pour vrai? c'est fantastique!
 Nietzsche qui souhaitait la Grande santé
 En est éberlué et enchanté.
 La démocratie sanitaire
 À plein régime a envahi la Terre
 Fa que la santé chronique est devenue normale
 Gardons précieusement la recette dans une malle
 Pour que jamais plus les maladies chroniques
 Fassent majoritairement les chroniques
 Que faire alors du 54 milliards du système de santé?
 Mais où donc le diriger?
 Ben, disons 70% en éducation
 Qui enseigne, de cette belle santé, la conservation
 Et à imaginer la réalisation des autres Transitions
 Parfumée d'une sereine et tranquille rébellion.

.....

La charrue avant les bœufs.
 Le travail consiste à restructurer le système de santé
 Parce qu'entre autre, selon Micheline Lanctôt, il est « détraqué ».
 Quand une moitié du budget de l'État sert à soigner
 Il faut amener à l'attention à des bonnes questions à poser.
 Cette *glasnost* conduit à la *perestroïka* de la santé.
 Plutôt que 54 milliards dans le curatif
 Couper sérieusement avec un bon canif
 Installer 34 milliards, avec sa griffe
 En prévention de la maladie et promotion de la santé

OK, laisser 20 milliards pour soigner, en toute amitié
 Avec ça, je crois que tout le temps ce sera l'été
 N'est-ce pas qu'il vaut mieux prévenir que guérir?
 Apprenons avec joie et confiance la santé à construire
 Je viens de jumeler éducation et santé, quel beau rire!
 Fini dans le même panier tous les œufs
 Enfin, mettre la charrue avant les bœufs.

.....

Je flâne au soleil à l'Université
 J'entends le doux piano jouer
 Là, je suis réconcilié
 Tiens, un beau bourdon
 Lorgne la végétation
 À toi, COP 15 nous portons attention
 Ainsi s'ouvrent de nouveaux éons!

.....

Cré Gorby, va!
 40% du budget de l'URSS allait dans le militaire
 Lorsque Gorbatchev l'a su, il a pogné son air
 Pensa fort, dit à cette situation : « fa dl'air »
 Se ressentaient, colère et tristesse de ce gros Ours
 La Pérestroïka souhaitée fut ratée
 Gorbatchev avec sa glasnost fut retiré
 L'autoritarisme revient au galop avec Poutine
 De nouveau les bombes son « in »
 Là, l'oligarchie militaire, ici l'oligarchie médicale
 Le % de leurs budgets se ressemble pas mal
 Que vienne la santé de la Paix. Que vienne la paix de la Santé!



Crédit photo : JonTyson