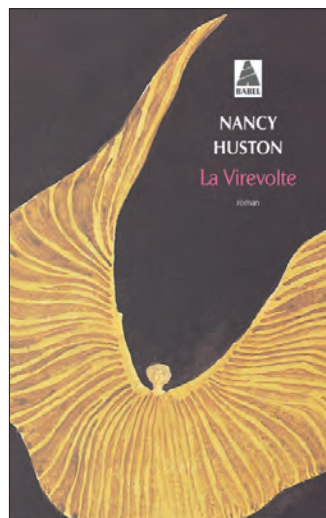


LECTURES FÉMINISTES



LA VIREVOLTE
NANCY HUSTON,
ACTE SUD/BABEL



L'OCTOPUS ET MOI
ERIN HORTLE, 10-18



ADIEU LES CREVETTES
CHARLOTTE FRANCOEUR,
ÉDITIONS DU NOROÏT



Lin a une vie bien remplie, une petite famille (deux filles) parfaite et un mari Derek qu'elle croit aimer. Lin est aussi danseuse chorégraphe. L'équilibre est en place, dans un quotidien heureux. Et Lin semble épanouie dans son rôle de mère, épouse, amante. Mais pourtant... Quelque chose manque et elle sent l'essence de sa vie lui échapper. Un besoin de rupture s'impose à elle: elle prend alors la décision d'abandonner son confort, sa famille, pour se dévouer à la danse.

Publié en 1994, ce texte écrit dans une langue poétique se démarque par son propos radical. Certainement pas le livre le plus connu de Nancy Huston, femme de lettre et militante féministe, mais ce court roman reste une lecture marquante.

Une presqu'île en Tasmanie, une bande de terre qui sépare l'eau douce de l'océan. C'est là que Lucy se baigne souvent sous les lumières de la nuit. Elle y réfléchit à son destin, aux épreuves qu'elle a déjà affrontées et celles qui se dressent encore devant elle.

C'est qu'elle se remet d'un violent cancer du sein. Ceux-ci ont maintenant disparu. Sa santé est rétablie mais sa vie reste fêlée. Elle a un je-ne-sais-quoi à travailler, à changer pour sentir qu'elle est de nouveau en selle.

Cette presqu'île n'est pas peuplée que par les humains. De nombreuses espèces et créatures y vivent, tentent d'atteindre une certaine plénitude. Devant nous, leurs destins et celui de Lucy se croisent, de manière tantôt marquante, tantôt anodine.

Un très beau premier roman, crédible, original, nuancé

La tendresse de la maternité mène parfois à une décision pleine de vulnérabilités, au deuil d'une perte inévitable. Et la liberté d'un tel choix est une souffrance strictement féminine. C'est ce qui est exploré dans Adieu les crevettes. On s'y réapproprie le corps de la femme dans toute la complexité que ça nécessite.

Une douceur reste mais ne s'intéresse pas aux disparues ne veut rien savoir des crevettes de poussières des révolutions du ventre le deuil emplit mon corps me suffit presque

(Francoeur, 2023, p. 47)

ENTRÉE LIBRE

JOURNAL COMMUNAUTAIRE DE SHERBROOKE

GRATUIT

Mars 2024 // Vol. 39 // N° 2 // 255^e parution



UN AUTRE PRINTEMPS

" LE PRINTEMPS EST INEXORABLE " PABLO NERUDA

DIPLOMATIE : LE CANADA NAVIGUE À VUE

Sylvain Vigier

Avec cet hiver quasi absent, difficile de ne pas se convaincre que nous sommes en plein dans les changements climatiques. Si la météo ne fait pas le climat, quand les épisodes météorologiques vécus coïncident avec les prédictions et les scénarios du Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat (GIEC) le lien est en revanche possible. La situation des changements climatiques, que ce soit dans l'adaptation aux changements ou la diminution des émissions des gaz à effet de serre, pourrait fournir un narratif puissant de mobilisation et de cohésion pour une société. Un but clair à atteindre : limiter le réchauffement en dessous de 2 °C (pour les 1,5 °C, c'est visiblement déjà perdu) et une vaste littérature scientifique sur laquelle s'appuyer pour mettre en marche une société basée sur la sobriété en carbone. Dans la bande dessinée *Watchmen*, un des protagonistes crée de toute pièce un ennemi venu d'ailleurs afin de détourner Soviétiques et Américains de l'envie d'en découdre entre eux afin qu'ils se mobilisent ensemble face à une menace commune. Les rouages du cerveau humain sont ainsi faits qu'un ennemi est plus efficace qu'une bande d'amis pour créer de la cohésion.

Malheureusement, le gouvernement Trudeau pense qu'un ennemi bien vivant comme Poutine et la Russie vaut plus qu'un ennemi bien concret comme les changements climatiques. Alors que la guerre en Ukraine entre dans sa 3^e année, le gouvernement ukrainien que la guerre avait coûté la vie à 31 000 soldats. Côté russe, on estime les pertes au moins du même ordre, même si aucun chiffre ne peut être considéré comme fiable des deux côtés. Dans le contexte d'une guerre avec un pays possédant la bombe atomique et dont l'issue sur le terrain semble s'enliser profondément, il serait temps d'organiser des pourparlers sérieux pour trouver une sortie à ce conflit. La stratégie actuelle du Canada est de soutenir l'effort de guerre ukrainien, mais pour quel(s) objectif(s) ? Sécuriser l'existence de l'état ukrainien et de sa population face à l'invasion d'un pays limitrophe est légitime. Mais on aurait tort d'oublier la légitimité des revendications russes concernant les régions russophones de l'est de l'Ukraine (populations qui ont droit à l'autodétermination comme les Catalans ou les Écossais) et surtout sur l'expansion de l'Organisation du traité de l'Atlantique Nord (OTAN) aux frontières de la Russie. L'OTAN reste le bras armé des USA et de leur politique internationale en Europe, et la Chine (membre du Conseil permanent de sécurité de l'ONU et autre détenteur de la bombe atomique) déplorait la « mentalité de guerre froide » de ce conflit.

Si la paix pour l'occident (et l'OTAN) ne passe que par la défaite de Poutine, alors la liste des morts sera longue. Aucune raison objective pour le Canada de rester bloqué dans une vision d'une autre époque qui n'a jamais servi que les USA.

On peut déplorer le même état de suivisme du Canada pour la situation en Palestine et à Gaza où l'invasion d'Israël depuis les attentats terroristes du Hamas a déjà fait plus de 30 000 morts majoritairement civils et que la situation sanitaire est jugée « catastrophique » par les organisations qui peuvent encore travailler à Gaza. Israël, selon leurs informations, a indiqué qu'une dizaine de membres (sur plus de 27 000) de l'Office de secours et de travaux des Nations unies pour les réfugiés de Palestine dans le Proche-Orient (UNRWA) avaient été impliqués dans les attentats du 7 octobre. Suite à cette annonce, les USA décidaient de stopper leur financement, et le Canada leur emboîtait le pas (ainsi qu'une dizaine de pays occidentaux). Après un rapport d'évaluation de l'ONU, le Canada revenait logiquement sur sa décision moins d'un mois plus tard.

Avoir un voisin encombrant et influant comme les USA n'est pas chose facile. Mais on se rappellera qu'en 2003, le Canada a su dire « non » aux USA dans leur projet d'invasion de l'Irak. Le Canada jouit toujours d'une aura pacifique à l'international, en particulier par sa politique d'accueil des réfugiés. Si Justin Trudeau souhaite laisser un legs de ses 10 ans à la tête du Canada, il pourrait s'inspirer de Jean Chrétien et mettre en place une politique étrangère lisible et axée sur la paix, et non sur le soutien à la politique étrangère états-unienne.

OÙ EN EST LA PARTICIPATION CITOYENNE À LA VILLE DE SHERBROOKE ?

Silvie Bernier

APRÈS LE DÉPART DE LA SECRÉTAIRE À LA PARTICIPATION CITOYENNE, MME NÉNÉ OULARÉ, ET LA DÉCISION DE CONFIER LE DOSSIER À SON DIRECTEUR GÉNÉRAL, LA VILLE DE SHERBROOKE EST REVENUE À LA CASE DÉPART DANS CE DOSSIER.



Parc London / Crédit photo : Silvie Bernier

Le parti Sherbrooke citoyen en avait pourtant fait un engagement phare de sa plateforme électorale aux dernières élections municipales. La création d'un secrétariat à la gouvernance et à la participation citoyenne occupait la 3^e place dans la liste des sept propositions formulées par Evelyne Beaudin dans son livre *Gouverner efficacement* (2021).

Les différentes commissions créées par la nouvelle administration peinent à inclure la voix des citoyen-ne-s dans leurs délibérations. Officiellement, seules les personnes élues sont membres des commissions. Quant à la population, le site de la Ville invite les intéressé-e-s à "se joindre à l'auditoire", ce qu'on pourrait traduire par "écouter en silence". Toujours sur le site de la Ville, on nous informe que les organismes et les experts peuvent manifester leur intérêt à participer en communiquant par écrit à la présidence de la commission. Toutefois, même une fois invités à participer, les organismes sont confinés à un rôle limité et peu défini. Quel pouvoir ont-ils ? Aucun mécanisme ne prévoit une réelle participation.

Dans le dossier de la nouvelle Politique de l'arbre, l'Association citoyenne des espaces verts de Sherbrooke (ACEVS), le Conseil régional de l'environnement, le CIUSS de l'Estrie, l'Université Bishop's et l'Initiative sherbrooke de développement des communautés (ISDC), ont été invités à "participer" aux séances de la Commission de l'environnement. Si on peut assurément se réjouir de cette invitation lancée à des organismes du milieu, leur rôle dans le processus demeure flou. Le Plan d'action des commissions rappelle que : "les commissions favorisent la concertation et la

consultation" (site de la Ville). En quoi cette consultation engage-t-elle la Ville ? Quel pouvoir réel est imparti aux organismes du milieu et à la société civile ? Le directeur général devra répondre rapidement à ces questions alors que des politiques et des plans importants (plan d'urbanisme, plan climat) doivent être déposés dans un avenir rapproché.

Gouverner en donnant la voix aux citoyen-ne-s est certainement plus complexe qu'une gouvernance traditionnelle. Plusieurs modèles ont été testés à travers le monde avec un succès variable. L'ancien maire de Rosemont-Petite-Patrie, François William Croteau, est revenu sur son expérience en politique municipale dans l'essai *S'adapter. Demain : les villes résilientes* (2023). Il y fait une distinction intéressante entre "consulter la population" et "faire participer la collectivité". D'un côté, sonder les intérêts particuliers des citoyen-ne-s en faveur d'un projet (le principe de l'acceptabilité sociale), de l'autre, impliquer et favoriser l'appropriation des projets par les citoyen-ne-s dans une démarche collective. C'est ce qu'il nomme "la gouvernance partagée". Sa position ne laisse place à aucune équivoque : "[...] je m'oppose aux consultations publiques surtout lorsqu'il s'agit de réaliser la transition écologique et d'atteindre la résilience. C'est par la mobilisation directe des milieux de vie que l'atteinte d'un tel objectif sera possible, et ce, plus rapidement" (p.128-129).

François William Croteau a grandement encouragé la création de ruelles vertes dans son arrondissement en soutenant les initiatives des riverains et en partageant avec eux la conception, la réalisation et

l'intendance. Oui, la gouvernance partagée vient avec des responsabilités, mais aussi le sentiment d'un réel pouvoir d'action.

Cette réflexion m'a fait penser au projet de rue partagée autour du parc de l'Ancienne-caserne (ou parc London) dans le Vieux-Nord pour lequel des gens du quartier multiplient depuis cinq ans les démarches et se frappent à chaque tournant à de nouvelles embuches. Je me suis demandé comment l'ancien maire de Rosemont-Petite-Patrie aurait accueilli ce projet s'il lui avait été soumis. Aurait-il attendu de déposer un règlement pour l'ensemble de la ville avant d'initier le projet ? Son témoignage comme maire de Rosemont-Petite-Patrie me laisse croire qu'il n'aurait pas laissé passer une telle initiative citoyenne.

Ceux qui s'impliquent dans leur communauté le savent : ce n'est pas facile de se regrouper pour faire changer les choses. Si en plus les citoyen-ne-s doivent se battre contre une bureaucratie tatillonne et incapable de souplesse, le risque est grand qu'ils abandonnent. Plutôt que d'y mettre des freins par crainte d'être accusée de favoritisme, la Ville de Sherbrooke devrait accueillir ces idées nouvelles avec ouverture et y voir un moteur de changement et de dynamisme. Les meilleures idées sont souvent celles qui émergent spontanément des gens directement concernés.

L'adoption d'un plan d'urbanisme est le prochain grand défi auquel la municipalité devra s'attaquer. Comment la Commission de l'aménagement du territoire, responsable du dossier, intégrera-t-elle la participation citoyenne à cet incontournable outil de planification ? Au conseil municipal du 6 février, Evelyne Beaudin s'est inquiétée ouvertement de la démarche proposée par la Commission qui, selon elle, ne fait pas suffisamment de place aux partenaires, au conseil municipal et à la population. Souhaitons que la Ville prévienne des mécanismes clairs de participation qui fassent la distinction entre les intérêts privés des différents acteurs et le bien-être collectif.

CARICATURE DE AMINE



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 : 15 avril 2024 | Date de distribution : 22 avril 2024

On aime vous lire et vous publier !

Envoyez vos créations à journal@entreelibre.info

Prochaine rencontre du comité de rédaction

Mercredi 3 avril 2024 à 18h au 187 rue Laurier, Sherbrooke.

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, Yoann Anselmetti, Luc Loignon (trésorier), Sophie Parent (Coordonnatrice), Sylvain Bérubé (coordonnateur), Sylvain Vigier (Rédacteur en chef)

Collaboration

Sophie Parent, Sylvain Vigier, Sylvain Bérubé, Denis Pellerin, Marielle

Fisson, Benoit Viel, Armando, Patrice Coté, Claude St Jarre, Nicolas Beaudoin, Silvie Bernier, Amine, Cartouche, Pierre Jasmin (APLP) et Stéphanie Choquette

Correction et révision

Sylvain Bérubé et Samuel Dussault

Éditeur

La Voix Ferrée

Crédits photo page couverture

Stéphanie Choquette

Mise en page

Aurélia Parrenin - Photorélia
Anne-Marie Auclair

Impression

Hebdo Litho

Graphisme de la maquette

Studio Stage 2010

Poste publication Enrg. 7082

Dépôt légal 1^{er} trimestre 2024
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.



CALENDRIER COMMUNAUTAIRE

Stéphanie Choquette, Sylvain Bérubé

Forum de la diversité culturelle

Le 21 mars à Sherbrooke, Actions interculturelles organise le Forum de la diversité culturelle, une journée de dialogue visant à combattre le racisme et la discrimination. L'évènement se tiendra à l'Hôtel Delta de 8h30 à 16h30, suivi d'un 5 à 7 avec Radio-Canada pour la présentation de la série Lakay Nou. Au programme: panels de discussion, ateliers interactifs, témoignages inspirants, opportunités de réseautage et un diner inclus pour favoriser les échanges. Ouvert gratuitement aux jeunes participants avec réservation, et à 60\$ pour les professionnels et décideurs. Contacter Jhon Carvajal (jhon.carvajal@aide.org) pour s'inscrire.

Conférence sur l'écoute active

L'écoute est sans aucun doute la pierre angulaire de la commu-



nication. Dans cette conférence offerte par Secours-Amitié Estrie, vous serez introduit aux attitudes et techniques de l'écoute active, des outils concrets pour améliorer votre capacité d'écoute et favoriser une communication efficace. Cette conférence prend la forme d'un exposé théorique, riche de nombreux exemples. Elle a lieu le vendredi 22 mars à 13h30 au Baobab café de quartier (1551 rue Dunant). Gratuit et ouvert à tous!

Contes autour de la table

La Maison des arts de la parole vous propose des soirées de contes en toute simplicité, sans artifices, qui sauront mettre en valeur la puissance des histoires. Dans ce deuxième plateau double, on défonce le printemps avec deux légendes du conte au Québec! Conteuse naturelle, à la fois traditionnelle et moderne, Claudette L'Heureux aime mélanger contes, récits de vie, poèmes et chansons. Interprète reconnue pour sa forte présence et chercheuse acharnée, Nadine Walsh use de son corps autant que de sa



voix pour propulser ses créations et retransmettre des histoires archaïques, reflets de l'humanité depuis la nuit des temps. Fines, pas fines, les héroïnes de Claudette et Nadine dérangent, réarangent, changent le monde, histoire par histoire. Ça se passe le 23 mars à 20h au 138 rue Wellington Nord, 2e étage. 20\$ adulte | 15\$ étudiant.

Chien d'assistance et santé mentale

Sous la forme d'un 5 à 7 gratuit (contribution volontaire), un atelier axé sur les bienfaits des chiens d'assistance dans le domaine de la santé mentale a lieu le mardi 26 mars au Café Baobab (1551, rue Dunant). Cet évènement est le fruit d'une collaboration entre Pro-déf Estrie, la Cordée RASM, Bienfaits Canins et l'Accorderie de Sherbrooke, visant à éduquer et à sensibili-



ser le public sur cette thématique importante. Info: christine50lab@hotmail.com.

Course des fleurs à Sherbrooke

À l'occasion de la Journée de la Terre, une invitation est lancée pour participer à la première édition de la Course des fleurs et de la Course des pousses, organisées aux Serres Saint-Élie le long du Boul. René-Lévesque. Les évènements auront lieu le 20 avril, avec la course des fleurs (5 km) à 9h et la course des pousses (1 km pour enfants) à 10h. L'évènement



visé à rassembler les familles pour une activité ludique, tout en sensibilisant à la protection de l'environnement. Les inscriptions coutent 35\$ pour le 5 km (45\$ sur place) et 5\$ pour le 1 km (15\$ sur place). Pour plus d'informations, contacter Céline Gosselin (celine.gosselin@serresstielie.com).



LE COURRIEL AUX POUBELLES!

Patrick Nicol

Le mois passé, j'ai failli jeter ma copie d'Entrée Libre. C'est pas de ma faute, elle était cachée dans une

pile de brochures publicitaires. Moi, je reste dans le champ de tirs de la Place Belvédère et du Provigo un

peu plus haut; ce matin-là il y avait 2 supermarchés, 2 magasins à rayons et un vendeur de pizzas qui m'avaient envoyé du courrier (sans compter le feuillet paroissial).

Ça m'énerve pas mal de regarder des photos de steak, de Bouts d'Choux, ou d'antisudorifique pendant que je déjeune. Je veux pas non plus me tenir au courant des spéciaux, je me connais, si j'économise sur le papier de toilette je vais en profiter pour acheter des pruneaux. Tout ce qu'ils veulent, dans le fond, c'est que j'entre dans leur magasin. Ils sont surs de rentrer dans leur argent, eux autres, on a déjà payé les brochures dans le prix de nos céréales...

Je vous dis que trier son courrier en pensant que c'est nous autres qui payent pour les spéciaux et la publicité qui tourne autour, ça met

pas de bonne humeur le matin. En plus que le papier compte pour 20% de nos déchets domestiques, que leur papier est pas récupérable et que nos forêts sont menacées... Là je me dis: "Ça va faire!"

On peut toujours limiter les dégâts en récupérant tout ce qu'on peut. Dans le cas du papier journal, ça va; Eco-Ressources tient des cabanons de récupération et la ville le ramasse pendant les cueillettes spéciales. Pour se débarrasser des publicités qui nous sont adressées personnellement, on peut écrire à l'Association de publicité postale (130 rue Merton, Toronto, Ont. M4S 1A4) et demander que notre nom soit

retiré de toutes les listes d'envoi.

Aussi, tout ce qui porte l'adresse de l'expéditeur peut être retourné sans frais avec la simple mention "Retournez à l'expéditeur". C'est un bon coup à faire pour leur montrer ce que ça fait, le courrier inutile.

Mais, même avec tout ça, il y aura encore beaucoup trop d'argent, d'efforts et de papier gaspillés. Il faut en parler à nos marchands, nos représentants, répéter à tout le monde que le gaspillage doit cesser; dire qu'on est "tanné" d'accumuler des déchets et de regarder des photos de rince-bouche en se levant.

Riche de son histoire, Entrée Libre souhaite mettre en valeur des articles puisés dans ses archives, témoignant d'une époque pas si lointaine, touchée par des enjeux toujours d'actualité. Avec la fin de la distribution du journal dans les Publisacs, cet article tiré du numéro de mars 1986 tombe à point.



AU-DELÀ DES ÉTIQUETTES : REDÉFINIR LA SANTÉ MENTALE

Abelardo Salita et Julie Corriveau Wilson, pour l'Association des proches de personnes atteintes de maladie mentale de l'Estrie

DANS NOTRE SOCIÉTÉ, LA SANTÉ MENTALE EST SOUVENT RÉDUITE À UNE SIMPLE LISTE DE SYMPTÔMES DIAGNOSTIQUES. L'ANXIÉTÉ, LA DÉPRESSION, LA SCHIZOPHRÉNIE — AUTANT DE TERMES QUI, BIEN QU'IMPORTANTES DANS LE DOMAINE DE LA PSYCHIATRIE, NE CAPTURENT PAS LA RICHESSE ET LA COMPLEXITÉ DE L'EXPÉRIENCE HUMAINE.



La santé mentale de votre proche vous préoccupe?

Nous vous invitons à prendre contact avec nous.

(819) 563-1363 | info@appamme.org

Siège social: 740 rue Galt Ouest, bureau 101, Sherbrooke (Qc) J1H 1Z3

Pour les proches aidants en santé mentale. Âgés de 12 ans et plus.
Soutien psychosocial, formations, référencement, conférences, groupes de soutien et ateliers thématiques

Mais qu'en est-il de la capacité d'une personne à prendre sa vie en main, à affronter les défis avec résilience et à trouver du bonheur malgré les épreuves? C'est là que réside la véritable essence de la santé mentale, bien au-delà des étiquettes habituelles.

La santé mentale n'est pas seulement l'absence de symptômes cliniques, mais plutôt la capacité à travailler, à aimer et à vivre de manière épanouie. C'est la capacité d'autonomie, d'initiative et de réalisation de soi qui donne du sens à notre existence. C'est la capacité de croissance et d'actualisation, la perception claire de la réalité, la cohérence et le sentiment d'être en harmonie avec notre environnement.

Pourtant, dans nos sociétés, la stigmatisation persistante autour des problèmes de santé mentale limite souvent notre compréhens-

fonctionnelle, capable de gérer ses émotions et de poursuivre ses objectifs avec détermination.

C'est là que le rôle du proche aidant devient essentiel. Les proches jouent un rôle crucial dans le soutien aux personnes confrontées à des difficultés émotionnelles ou psychologiques. Leur présence, leur écoute et leur soutien inconditionnel peuvent faire toute la différence dans le rétablissement et le bien-être de leurs proches. Cependant, être un proche aidant n'est pas sans défis. Cela peut être émotionnellement et physiquement épuisant, et souvent, les aidants eux-mêmes ont besoin de soutien et de ressources pour faire face à leurs propres besoins en matière de santé mentale.

Il est temps de changer de perspective et d'adopter une vision plus holistique de la santé men-

naître la diversité des expériences humaines et de valoriser la résilience et la force intérieure qui résident en chacun de nous.

Des initiatives telles que la sensibilisation à la santé mentale, l'accès accru aux services de soutien et le développement de programmes de bien-être au travail sont essentielles pour créer des communautés plus inclusives et bienveillantes. En encourageant le dialogue ouvert et en brisant les tabous entourant les problèmes de santé mentale, nous pouvons aider à créer un environnement où chacun se sent soutenu et accepté, quelle que soit sa situation.

En fin de compte, la santé mentale est une question de dignité humaine. C'est le droit de chaque individu de vivre une vie épanouie, de réaliser son plein potentiel et de trouver le bonheur et la satisfaction dans ses relations et ses activités quotidiennes. En reconnaissant et en valorisant la résilience humaine, nous pouvons construire un avenir où la santé mentale est véritablement comprise et respectée, offrant ainsi à chacun la possibilité de vivre une vie pleine de sens et de joie.

Vous êtes préoccupé par la santé mentale d'un proche? Le rôle des proches aidants peut être très enrichissant, mais peut également présenter des défis importants. Nous sommes là pour vous.

L'Association des proches de personnes atteintes de maladie mentale de l'Estrie

info@appamme.org
819-563-1363



(819) 563-1363

info@appamme.org

740, rue Galt Ouest, bureau 101
Sherbrooke (Québec)
J1H 1Z3

sion de ce que cela signifie vraiment. Une personne peut ressentir de l'anxiété ou de la tristesse sans pour autant être considérée comme souffrant d'un trouble mental. Au contraire, elle peut être pleinement

tale. Au lieu de simplement traiter les symptômes, nous devons nous concentrer sur la promotion du bien-être global et sur le renforcement des capacités individuelles à faire face aux défis de la vie. Cela implique de recon-

PARTICIPEZ À NOTRE SONDAGE POUR FAÇONNER L'AVENIR, DE LA COMMUNAUTÉ ÉDUCATIVE DE L'UTA DE L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE

Pierre-Yvon Bégin

SHERBROOKE, LE LUNDI 26 FÉVRIER 2024. L'ASSOCIATION GÉNÉRALE DES ÉTUDIANTES ET ÉTUDIANTS AÎNÉS DE L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE (AGÉÉAUS) PREND LE POULS DE LA POPULATION. AU COURS DES PROCHAINS JOURS, L'ASSOCIATION VA DISTRIBUER UN SONDAGE AFIN DE MESURER L'INTÉRÊT DU GRAND PUBLIC ENVERS LES PROGRAMMES DE L'UNIVERSITÉ DU TROISIÈME ÂGE (UTA).

L'UTA a pour mission de répondre aux besoins de formation des personnes de 50 ans et plus qui désirent accroître leurs connaissances et s'offrir le plaisir d'apprendre près de chez elles ou en ligne, tout au long de leur vie. Particularité de l'UTA, il n'y a aucun examen ni de notes à compiler. Juste le plaisir d'apprendre!

La récente pandémie a entraîné une diminution importante des inscriptions à l'UTA de l'Université de Sherbrooke. Désireuse de renverser cette tendance, l'AGÉÉAUS réalise ce sondage dans le but de mieux connaître les besoins de formation de sa clientèle. À cette fin, elle peut compter sur une contribution financière du Fonds Roger-Bernier, créé en 1987 en l'honneur de son fondateur.

Le sondage, à compléter en ligne ([lien direct vers le sondage FORMS](#)), est disponible sur la



page Facebook de l'AGÉÉAUS et sur celle de l'UTA.

Informations et demande d'entrevues :

Pierre-Yvon.Begin@USherbrooke.ca

Site de l'UTA <https://www.usherbrooke.ca/uta/>



Crédit photo : site web UTA

AUTOUR DU FOUR

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 !

Quand on dit cuisine du monde, ça inclut notre propre culture, n'est-ce pas ? Et au printemps, ce serait fin de ma part de faire ça thématique (même si cette année l'hiver a été pas mal mollo). Donc voici.

À part la tire, y'a pas grand-chose d'herbivore friendly à la cabane à sucre. On arrête pas forcément de manger de la viande pour le goût, et dans tous les cas, c'est fun d'avoir des options. Aussi, je travaille en francisation. Environ 95% de mes étudiants ne mangent pas de porc. Fait que même en mangeant de la viande, c'est pas vargeux à

la cabane. Ma passion du moment est facile à faire, rapide et delish en toutes occasions, les traditionnels cretons, (remixée en version que tout le monde peut manger). J'en ai essayé plusieurs, et celle-ci est ma préférée, et un hit à chaque fois. Les cretons végés, à base de lentilles. C'est plus excitant pour les papilles que pour les yeux, promis.

de Cognac ce serait pas dégueu dedans, mais personnellement j'ai pas ça dans mon armoire. Si c'est votre cas, l'information est là, lâchez-vous lousse.



CRETONS AUX LENTILLES

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 3/4 tasse lentilles sèches brunes ou vertes
- 1 c. à thé huile d'olive pressée à froid
- 1/2 tasse oignons haché
- 1-2 gousses d'ail pelées et broyées
- 1 c. à thé levure alimentaire type Red Star - facultatif
- 1 c. à thé tamari
- 1/8 c. à thé clou de girofle moulu
- 1/4 c. à thé cannelle moulu
- 1/4 c. à thé muscade moulu
- 1/2 c. à thé sel de mer gris de préférence
- 2 1/4 tasses bouillon de légumes

Préparation

Préparation

1. Moudre grossièrement les lentilles sèches dans un moulin à café.
2. Cuire l'oignon dans l'huile.
3. Ajouter l'ail, la levure, le tamari, les épices, le sel et les lentilles.

Cuire 3 minutes.

4. Ajouter le bouillon et cuire 10 minutes (à découvert).
5. Déposer dans un moule et laisser refroidir.

NOTE : Encore mieux avec un peu de moutarde !

NOTE : Encore mieux avec un peu de moutarde !

"Home is where the heart is, kitchen is where the four is"

L'ÉCLIPSE SOLAIRE

Sophie Parent, Sylvain Bérubé, Benoit Viel

BÉLIER : 21 mars - 20 avril



Attention, Bélier intrépide! Ce mois-ci, l'éclipse solaire va éclipser même ton énergie débordante.

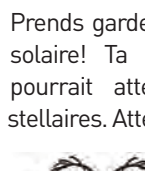
Attends-toi à quelques perturbations dans ton emploi du temps: Le printemps est arrivé et parfois, la fainéantise pourrait te paraître... totale. Tu pourrais aussi te retrouver à courir après ton ombre plus que d'habitude, mais n'oublie pas, parfois ralentir peut être une bénédiction déguisée. Utilise ce temps pour réfléchir à la manière dont tu veux briller après l'éclipse.

TAUREAU : 21 avril - 21 mai



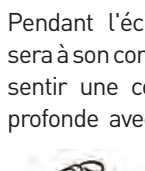
Prépare-toi à être ébloui.e par des révélations qui te parviendront dans le clair-obscur de l'éclipse. Ça mettra en lumière certaines vérités que tu aurais peut-être préféré laisser dans l'ombre très loin, à huit minutes-lumière de toi. Ne t'en fais pas, cela pourrait être une opportunité de dévoiler ton côté plus léger et de laisser briller ta personnalité. Quoi qu'il en soit, préparez-vous à des moments de réflexion profonde... ou juste à une bonne sieste, après tout.

GÉMEAUX : 22 mai - 21 juin



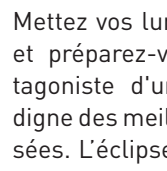
Prends garde pendant cette éclipse solaire! Ta soif de connaissance pourrait atteindre des sommets stellaires. Attends-toi d'être inspiré.e par des idées lumineuses qui illumineront ta vie sociale. C'est le moment idéal pour révéler tes talents d'éclaircisseur.euse. Qui sait, peut-être que tu devrais écrire un livre sur les éclipses et la communication!

CANCER : 22 juin - 21 juillet



Pendant l'éclipse, votre sensibilité sera à son comble. Vous pourriez ressentir une connexion émotionnelle profonde avec la lune, et peut-être même envisager de déménager là-bas pour éviter le carnage de la fin de session. N'oubliez pas d'apporter une paire de lunettes de Soleil pour cacher les larmes qui surgiront avec la fin d'année.

LION : 23 juillet - 22 août



Mettez vos lunettes de protection et préparez-vous à être le protagoniste d'un drame cosmique digne des meilleures séries télévisées. L'éclipse solaire s'apprête à secouer le zodiaque, telle une machine à laver déséquilibrée! Lors de cette période, attendez-vous à des scénarios imprévisibles, des rebondissements inattendus et des moments où votre scène d'entrée triomphante pourrait finalement passer inaperçue.

VIERGE : 23 août - 22 sept.

Votre obsession pour l'ordre et la propreté sera mise à l'épreuve pendant cette éclipse. Attendez-vous à des moments où même votre agenda - habituellement organisé à la minute près - vous semblera aussi utile qu'une piscine sans eau. Apprenez à apprécier le chaos, car parfois, c'est là que se cachent les plus belles opportunités de la vie.



BALANCE : 23 sept. - 22 oct.

L'éclipse solaire mettra en lumière les déséquilibres dans vos relations que vous avez essayé de maintenir sous le radar. Si vous entretenez des amours ou des amitiés exemptes de réciprocité, attendez-vous à des confrontations infortables, à des négociations difficiles et à des réflexions profondes sur la notion même d'équité. Comme balance, vous aurez des choix difficiles à faire.

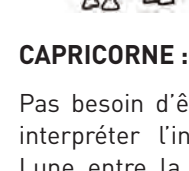
SCORPION : 23 oct. - 22 nov.

Si vous étiez déjà fragile, l'éclipse solaire risque de dévoiler les recoins les plus sombres de votre esprit. Attendez-vous à des révélations profondes, à des confrontations avec vos démons intérieurs et à une intensité émotionnelle qui feront passer vos crises existentielles passées pour une balade dans le parc. Si c'est le cas, lâchez prise, même si c'est plus facile à dire qu'à faire.



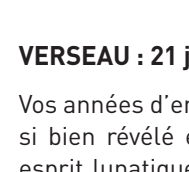
SAGITTAIRE : 23 nov. - 21 déc.

À l'époque, il y avait de la lumière dans votre vie, mais le constat printanier est brutal : il fait noir et votre solitude vous ronge. Vous auriez besoin d'elle aujourd'hui, vous auriez besoin de lui plus que jamais. Est-ce qu'une étreinte vous permettrait de tenir le coup? Va savoir, les astres sont voilés. Pour le moment, c'est l'éclipse totale du cœur.



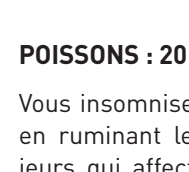
CAPRICORNE : 22 déc. - 20 janv.

Pas besoin d'être mystique pour interpréter l'interposition de la Lune entre la Terre et le Soleil comme un appel à la transformation et à l'introspection. Embrassez vos ombres pour révéler votre lumière unique, prêt à composer des mélodies d'âme libérée et à accueillir les miracles cachés dans chaque nouveau jour. Carpe Noctem.



VERSEAU : 21 janv. - 19 fév.

Vos années d'ennuies à l'école ont si bien révélé et développé votre esprit lunatique qu'aujourd'hui, il s'agit d'une grande grande force que vous chérissez et cultivez, laquelle vous guide aux travers des chemins de créativité fécondes et de réflexion inattendues. Réjouissez-vous car ce 8 avril 2024 à 15h27, pendant 3m23, vos pouvoirs seront décuplés. Bon envoi!



POISSONS : 20 fév. - 20 mars

Vous insomniez une fois de plus en ruminant les problèmes majeurs qui affectent notre planète à l'échelle mondiale : perturbations climatiques extrêmes, pollution et dégradation de l'environnement, inégalités sociales et économiques, conflits armés et instabilité politique, pandémies. Voilà le coût de la liberté, du savoir et du réel. Dites-vous qu'au moins vous avez le Soleil (qui chaque jour vous émerveille).

ARNAQUE OU SOLUTION RÉVOLUTIONNAIRE ?

Patrice Coté

AVEZ-VOUS ENTENDU PARLER DES VERTUS DES SUPER PATCH ? VRAIMENT INCROYABLE ! L'ENTHOUSIASME COMMUNIQUÉ EST CONTAGIEUX. ON VOUS PARLERA D'UNE OPPORTUNITÉ, D'UN MIEUX-ÊTRE INCOMPARABLE. D'UN PRODUIT RÉVOLUTIONNAIRE QUI VOUS PERMETTRAIT DE CHASSER VOS DOULEURS CHRONIQUES, DE RÉGLER VOS PROBLÈMES DE SANTÉ DE TOUTES SORTES OU ENCORE DE VOUS RENDRE PLUS PERFORMANT. D'AILLEURS, LES PORTEFEUILLES DES SPORTIFS Y SONT AUSSI CIBLÉS. NOUS SOMMES DANS LE MEILLEUR DES MONDES. SUR LE SITE OFFICIEL DE SUPER PATCH COMPANY, ON AFFIRME QUE SES PATCHS SONT D'UNE "EFFICACITÉ SUPER SCIENTIFIQUE". RIEN DE MOINS. "SENTEZ LA DIFFÉRENCE. L'EFFET EST IMMÉDIAT."

Donc, sans aucun effort, les Super patch contribuent à l'amélioration de la concentration, soulagent la douleur, traitent l'anxiété et la dépression, améliorent la fonction cognitive, stimulent la régénération des tissus, etc., et ce bien entendu, pour 15\$ un sachet de 4 patchs en portion individuelle ou la modique somme de 250\$ pour un kit de lancement de 8 types de super "correctif".

Que ce soit un effet placebo ou pas, certains diront que ce n'est pas très onéreux pour soulager leurs souffrances. Certaines

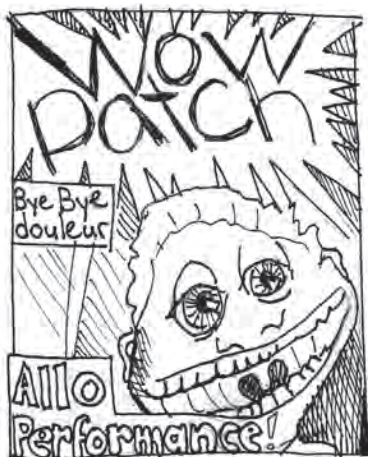


Illustration : Patrice Côté

patches comme la Freedom permettent un soulagement rapide pour les maux de dos, les muscles endoloris, l'arthrite, les douleurs articulaires, les entorses, les raideurs de la nuque, les épaules douloureuses, les douleurs à la hanche, la neuropathie, la douleur myofasciale, la douleur musculosquelettique, les genoux et les coudes. Séduisant, non ?

Ils étaient près d'une centaine au Delta à Sherbrooke pour présenter le produit miraculeux. Démonstration peu convaincante devant les invités d'une personne qui parviendra à améliorer son équilibre. Tirages de quelques Super patch tant désirés, applaudissements et la grisaille semble s'estomper devant les promesses. À Laval, il y avait quelques centaines de personnes, et probablement que le phénomène sera comparable dans d'autres villes.

Trois-Rivières, Lévis sont à venir. Le phénomène n'en est qu'à ses débuts.

Mais, comment est-ce possible ? Selon leur site, le patch, possède "des crêtes disposées de manière unique. Lorsque ces crêtes touchent notre peau, nos cellules transmettent des signaux uniques qui interagissent avec le système nerveux de notre corps. Chaque fonction physique, émotionnelle et mentale possède un neurocode ou "message" spécifique. Les motifs Super Patch sont comme des codes QR et lorsque les crêtes du motif touchent notre peau, elles envoient des messages au cerveau." Super patch affirme, après 12 ans et demi de recherche, avoir réussi à décoder les codes neuronaux. Tout semble logique pour la grande majorité des néophytes que nous sommes.

C'est effectivement incroyable. La manne providentielle est énorme. Il y aurait au Canada et aux États-Unis une personne sur cinq qui souffre de douleur chronique. La médecine conventionnelle et la médecine douce peuvent, dans certains cas, apporter leurs solutions ou leurs recommandations. Mais, l'espoir, placebo ou non, dans les cas où la douleur persiste et mène à la souffrance, contribuera toujours à soulager nos douleurs.

Face à l'enthousiasme communiqué par les représentants sur les médias sociaux, pour se débarrasser de tout esprit critique ou de tout questionnement, la technique sera toujours la même : si vous montrez de l'intérêt, on vous demandera de leur écrire en privé. Quoi de mieux que de miser sur la relation pour vendre un produit, n'est-ce pas ? Surtout si le but est de mettre fin à vos douleurs. La confidentialité en matière de santé va de soi. Encore plus pratique, il ne sera pas possible de publier tout billet critique provenant d'un média journalistique sur les médias sociaux, puisqu'ils sont exclus par la multinationale Meta. C'est magique. J'ai cherché

sur le web pour voir si un journaliste avait questionné le pot aux roses, mais je n'ai rien trouvé. Heureusement, un ami m'a référé une critique bien étoffée dans la langue de Shakespeare. Mais, la question se pose. Est-ce que ce dérapage risque d'augmenter sans la présence d'entreprises journalistiques, ou plutôt la diminution de celles-ci dans la sphère publique ?

Lorsque je vois ces personnes remplies de bonnes intentions, se prêter naïvement aux jeux de Super Patch, j'oscille entre la compassion et une certaine colère. Une sympathie pour ces personnes qui trouvent en ces patchs un réconfort, un espoir pour rendre leur vie meilleure. En colère, parce que j'ai l'impression que ses personnes, bernés par des affairistes sans scrupules, vendent de p'tits bouts de plastique de n'importe quoi avec un discours scientifique qui n'a en fait, rien de scientifique.

Mais, ne tombons pas dans le jugement. Si vous étiez aux prises avec des problèmes chroniques persistants, vous seriez peut-être, vous aussi, enclin à vous laisser séduire par le miracle. Non ?

Arnaque ou solution révolutionnaire ? À vous de juger.

Sources :

The Super Patch Company Review: Technologie vibrotactile ?
<https://behindmlm.com/mlm-reviews/the-super-patch-company-review-vibrotactile-technology/?fbclid=IwAR1yUUVvMd01hRXpruh4ttSOu0XoioRjw13FMF0iAsxwmTa8evqVPjaE0>

LE NOUVEL AN IRANIEN, UNE OCCASION D'ACCUEILLIR LA LUMIÈRE DU PRINTEMPS

Stéphanie Choquette

L'ÉQUINOXE VERNAL EST À NOS PORTES, MOMENT DE L'ANNÉE OÙ LA LUMIÈRE REPREND LE DESSUS SUR L'OBSCURITÉ HIVERNALE. POUR PLUSIEURS PEUPLES VIVANT DANS L'HÉMISPHERE NORD, CE SERA LE DÉBUT D'UNE NOUVELLE ÈRE, LE MOMENT D'ACCUEILLIR LA NOUVELLE ANNÉE.



crédit photo : Greg Dunlap via Flickr_CCBY2.0 DEED

Selon le calendrier persan, l'équinoxe du printemps marque le début du 1er mois de l'année, le mois de Faverdin, et donne le coup d'envoi pour les célébrations de Norooz. Cette fête nationale est célébrée par les Iraniens depuis 3000 ans. Afin d'en découvrir davantage sur cette fête qui tire ses origines dans le zoroastrisme, religion de la Perse ancienne, j'ai été rencontrer la co-proprétaire du restaurant Persépolis situé sur la rue King Ouest à Sherbrooke.

Lors de notre entretien, Mme Farnaz Abbasi me décrit comment cette fête est célébrée : "Norooz en Iran ça dure 13 jours. Le 13^e jour c'est le dernier, ça finit avec une célébration dans la nature. Les familles préparent leur repas et vont le prendre dans les parcs, les boisés, pour célébrer, renouer avec la nature". Les deux semaines de festivité sont l'occasion de rendre visite aux membres de la famille en commençant par les aînés. Les rues sont animées par des marchands offrant les objets qui prendront place sur la table de *Haft-sin*. Traditionnellement cette table est constituée de 7 objets débutant tous par la lettre "S" dans l'alphabet persan. Chaque objet est porteur d'une signification pour la nouvelle année qui vient. On y retrouve entre autres des pousses d'herbes, des poissons vivants dans leur bocal, signe de vie longue, des pièces de monnaie neuves, symboles de prospérité. De l'ail frais peut aussi s'y trouver afin d'éloigner les mauvaises pensées. Un livre sacré, le coran pour les familles pratiquantes ou encore le livre du poète Hafez, comme ce sera le cas au

restaurant, est posé sur cette table d'offrandes. Traditionnellement, des billets neufs sont insérés dans les pages du livre et sont distribués lors du passage à la nouvelle année aux différents membres de la famille et aux petits enfants.

Comme le veut la tradition, les gens portent des vêtements neufs achetés pour débiter fraîchement le Nouvel An.

Cette année, l'équinoxe tombe le mardi 19 mars, à 23h06 précisément. Comme c'est en milieu de semaine, les restaurateurs ont décidé de reporter le moment de célébration au samedi d'après, le 23 mars, afin de permettre aux clients de prendre part à la fête sans se soucier du lever pour le travail du lendemain. Les clients seront conviés au partage de plats traditionnels provenant des différentes régions de l'Iran. Des plats de poisson et de riz avec les fines herbes, des soupes traditionnelles avec les nouilles longues qui portent un sens bien précis nous indique Mme Abbasi : "ça représente le souhait que tes projets se réalisent durant la prochaine année. Les nouilles c'est comme un long chemin pour aller vers tes projets".

Cette fête lumineuse a encore beaucoup de secrets à me révéler, c'est pourquoi j'irai prendre part aux festivités le 23 mars prochain au restaurant Persépolis. Dans un prochain article je pourrai ainsi vous partager l'effervescence qui aura animé cette célébration. Ne tardez pas de prendre réservation auprès du restaurant si le cœur vous dit de vous joindre à la fête.

QUAND NOS SERVICES PUBLICS NE SONT PLUS ACCESSIBLES QU'EN LIGNE...

Concertation Exclusion Numérique (portée par la TACAE et la TROVEPE)

LE VIRAGE NUMÉRIQUE EST INÉVITABLE, MAIS IL CRÉE AUSSI DES INÉGALITÉS AU SEIN DE LA SOCIÉTÉ. LES PERSONNES LES PLUS MARGINALISÉES DE NOTRE SOCIÉTÉ SONT AINSI LAISSÉES POUR COMPTE, ET PERDENT TROP SOUVENT L'ACCÈS AUX SERVICES PUBLICS QUI, POURTANT, DEVRAIENT LEUR ÊTRE ACCESSIBLES.

C'est face à cette injustice que la Concertation Exclusion du Numérique (ou CEN) s'est formée. Plusieurs organismes communautaires œuvrant dans tous les secteurs touchés par la fracture numérique y participent. Co-coor-

demain leurs conditions de travail s'améliorer et le harcèlement cesser.

Prendre rendez-vous sur Clic Santé, c'est compliqué pour tout le monde. Pour une personne qui



Crédit photo : Woodlezwonderworks via FlickrR_CC BY 2.0 Deed

donné par la TACAE et la TROVEPE de l'Estrie, le comité a adopté une plateforme de revendications qui oriente toutes ses activités. Celle-ci se décline en six grands axes : virage numérique des services, infrastructures, démocratie, littératie numérique, accessibilité physique et coût de l'équipement et des services. Aujourd'hui, le comité tient à présenter en détail l'axe du virage numérique des services, qui est pour cette année notre axe prioritaire.

Ce n'est un secret pour personne : les services, aussi variés soient-ils, sont de moins en moins accessibles physiquement. La numérisation de ceux-ci constitue sans aucun doute une nouvelle barrière à l'accès et met en péril la pleine réalisation de nos droits fondamentaux. Le bureau Estrien de la CNESST n'est plus accessible : on ne peut maintenant faire une plainte aux normes du travail qu'en ligne. Depuis, le nombre de plaintes reçues a chuté. Pourtant, on s'en doute bien, ce n'est pas parce que les travailleuses et les travailleurs ont vu du jour au len-

n'a pas les moyens de posséder un ordinateur, ou qui manque de connaissance pour s'en servir, c'est pratiquement mission impossible. C'est pour lutter contre cela que le comité revendique la mise en place de structures assurant une meilleure justice numérique, auprès des paliers municipaux, provinciaux et fédéraux.

Tout d'abord, le comité demande le maintien d'un accès de proximité gratuit, facile, accessible et complet pour toutes et tous. Avec l'annonce récente de fermeture des services de la caisse Desjardins, incluant les guichets de retrait, plusieurs villes estriennes seront affectées par cette décision, incluant trois secteurs sherbrookoïses (Lennoxville, Brompton et Saint-Joseph). (Radio-Canada, 2024) Bien que plusieurs puissent se déplacer aisément vers les grands centres, quand est-il des personnes n'ayant pas les moyens de se déplacer à leur guise ?

Un autre enjeu majeur avec le virage numérique des services est la situation de l'aide sociale,

que l'Action Plus de l'Estrie surveille de près : "Le virage numérique à un impact sur les prestataires d'aide sociale. Si certains sont confortables avec l'internet, pour d'autres personnes, ça crée un stress supplémentaire de se retrouver sur la plateforme pour le formulaire du dossier en ligne. Le ministère propose cette avenue pour mieux répondre aux besoins, mais nous constatons que plusieurs n'ont pas d'accès adéquat à un ordinateur. Avec les montants reçus sur l'aide sociale, se payer un ordinateur ou un cellulaire, sans oublier l'internet, c'est nécessairement couper ailleurs dans un budget déjà serré. Afin de répondre à cette problématique, l'Action Plus de l'Estrie est membre d'une coalition qui soulève cette inquiétude auprès du ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale, la Coalition d'Accessibilité des Services Québec".

Enfin, un problème majeur qui vient avec la numérisation des services est que pour obtenir des versions papier des documents, les personnes doivent assumer à leurs propres frais l'impression de ceux-ci. Ce n'est pas facile d'ajouter ce type de dépense supplémentaire quand tu dois choisir mensuellement entre ton loyer ou ton épicerie. Plutôt que de soutenir les personnes marginalisées, on leur ajoute plutôt un fardeau inutile. C'est pour cela que la CEN exige auprès des instances concernées le droit d'accès aux versions papier de la facturation, des documents contractuels, des relevés de compte et de tous documents et publications produites, sans aucuns frais supplémentaires. C'est de cette manière qu'une transition numérique juste et inclusive sera possible.

Bibliographie : "Fermetures chez Desjardins : une vingtaine de points de service touchés en Estrie", sur le site de *Radio-Canada*, [\[https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/2045625/fermeture-caisse-brompton-desjardins\]](https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/2045625/fermeture-caisse-brompton-desjardins), [consulté le 1er février 2024].

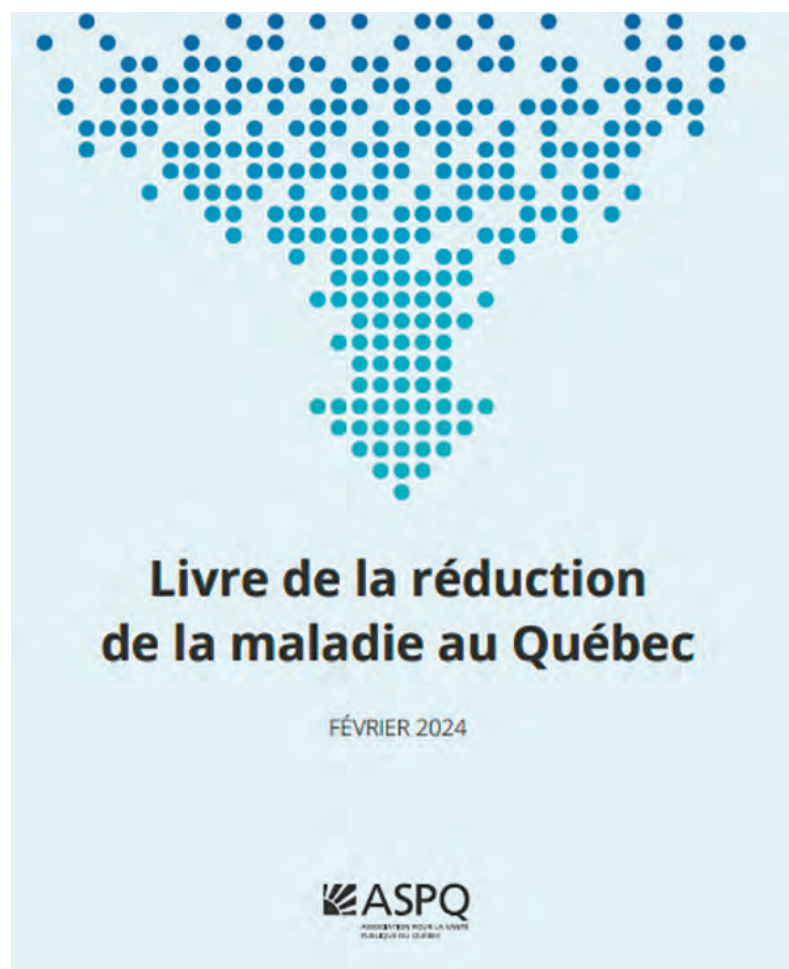
ADAC : AÎNÉ.ES DANS L'ACTION CLIMATIQUE

Claude Saint-Jarre

SELON LE NOUVEAU LIVRE DISPONIBLE SUR INTERNET : LE LIVRE DE LA RÉDUCTION DE LA MALADIE, L'ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ DE MÊME QUE L'ADMINISTRATRICE EN CHEF DE LA SANTÉ PUBLIQUE DU CANADA ONT TOUTES DEUX DÉCLARÉ QUE LES CHANGEMENTS CLIMATIQUES CONSTITUAIENT UNE URGENGE SANITAIRE. (PAGE 53)

On y note par exemple une augmentation de 85 % des décès liés à la chaleur chez les personnes de 65 ans et plus entre 2018-2022 comparés à 2000-2004, incluant au Québec. (page 53 aussi.)

buer à la baisse des GES et à de meilleures mesures d'adaptation à ces changements en dialoguant, agissant, s'informant, Nous, 24 % de la population !



Livre-mini-2024

À la page 24, il y est écrit que les changements climatiques font partie des 11 causes évitables de la maladie au Québec.

Claude Saint-Jarre :
819-791-4065
stjh@videotron.ca

À la page 72, ce livre, écrit par l'association pour la santé publique du Québec (ASPQ), spécifie : "Pour maintenir le seuil de 1,5 degré à portée de main, nous devons procéder à des réductions importantes et immédiates des émissions (de gaz à effet de serre) dans tous les secteurs. Cependant il faut également fournir les mêmes moyens de s'adapter aux impacts déjà présents" (...)

Martin Lemmens :
819-858-2357
martinlemmens@gmail.com

Alors, pour le mieux-être des aîné.es ainsi que par solidarité envers la jeunesse et les futures générations je vous invite, aîné.es, à joindre ce groupe pour contri-

MÉLANIE JOLY RÉTABLIT LE FINANCEMENT DU CANADA À L'UNRWA

Pierre Jasmin, secrétaire des Artistes pour la Paix

DE COURAGEUSES FEMMES DE L'ORGANISME DE PAIX AMÉRICAIN CODEPINK MANIFESTENT À WASHINGTON POUR EXPRIMER LEUR SOUTIEN SANS FAILLES À L'UNRWA DÉCRIÉ PAR LES MÉDIAS

Les APLP remercient la ministre des Affaires étrangères pour cette action.

Il faut hélas compter d'abord en toute objectivité parmi les premiers ennemis de

l'UNRWA la dizaine alléguée de ses propres membres (oscillant donc entre 0.3 et 0.8% d'entre eux) qui, excédés par leurs années de soins militant contre l'oppression inqualifiable d'Israël envers les Palestiniens, auraient trahi leur mandat onusien en participant à l'attaque raciste et terroriste du 7 octobre contre des cibles civiles



Femmes de l'organisme de paix américain CODEPINK manifestent à Washington en soutien à L'UNRWA

israéliennes, parmi lesquelles on a compté autour de 1100 morts. La professeure en droit de l'Université du Québec en Outaouais **Camille Marquis Bissonnette** dans Le Devoir du 31 janvier : " Dès qu'elles ont été soulevées, les allégations à l'endroit de 12 des 28 000 travailleurs de l'UNRWA ont été prises très sérieusement par les Nations unies. Le commissaire général de l'Office, Philippe Lazarini, s'est déplacé à New York vendredi 26 janvier pour rencontrer le secrétaire général des Nations unies en personne. C'est dire que cette crise n'est pas prise à la légère. Neuf des personnes soupçonnées ont immédiatement été mises à pied et une enquête du Bureau des services de contrôle interne de l'ONU est en cours au sujet de ces allégations. " Là aurait dû se conclure l'affaire.

Les pires ennemis de l'**Office de secours et de travaux des Nations unies pour**

les réfugiés de Palestine dans le Proche-Orient (désignation en français d'UNRWA : treize mille membres à Gaza) sont les pays occidentaux guerriers devenus

ennemis de l'**Organisation des Nations-Unies**, parce que l'instance internationale joue le rôle d'arbitre, en mettant de sérieux bâtons dans les roues de leurs guerres injustes (comme toutes les guerres, selon notre point de vue pacifiste).

Un exemple probant en a été donné avec le jugement de la **Cour Internationale de Justice** du 26 janvier. Dès le 1er novembre, les Artistes pour la Paix avaient donné mandat à maître Gilles Dévers de réclamer à la CJ, parallèlement à la courageuse et essentielle demande de l'**Afrique du Sud**, de se pencher sur les actes génocidaires perpétrés par Israël. Merci aux treize juges de la CJ pour avoir résisté aux immorales pressions politiques des puissants, dont hélas le Canada.

Nous recommandons à tous et toutes d'avoir la patience de regarder en entier la précieuse vidéo¹ produite par LE MÉDIA (France), le jour-même de la décision par la CJ. On y entendra non seulement le témoignage juridique d'une logique imperturbable de maître Dévers, mais aussi celui de chaud des remarquables journalistes Nadiya Lazzouni et Meriem Laribi, cette dernière ayant l'audace, hélas confirmée depuis, de prédire que les médias occidentaux allaient déformer la décision de la Cour.

En prime, vous y trouverez aussi le témoignage émouvant de l'ambassadrice palestinienne en France, madame Hala Abou Hassira, ci-contre.

Le dernier mot à madame Bissonnette : " Ne faisons pas de politique sur le dos de la population gazaouie. Au nom des considérations d'humanité les plus élémentaires, le Canada et les autres pays occidentaux doivent rétablir leur financement de l'UNRWA, impérativement et sans délai. "

Les Artistes pour la Paix, conformément à leur vocation désarmante, ont signé le 3

janvier "la pétition e-4745 qui au titre du *Traité sur le commerce des armes* (TCA) et des mesures législatives nationales qui s'y rapportent, rappelait au Canada sa responsa-



LES NATIONS DÉSUNIES

bilité juridique de veiller à ce que ses exportations d'armes ne soient pas utilisées pour commettre des violations sérieuses du droit international ou des violences graves à l'encontre de femmes et d'enfants. Nous avons donc réclamé:

un embargo bilatéral sur les armes entre le Canada et Israël;

une enquête pour déterminer si des armes ou des éléments d'armes provenant du Canada ont été utilisés contre des civils palestiniens

dans les territoires palestiniens occupés, en particulier au cours de la guerre actuelle contre Gaza;

la revue de toutes les activités en matière de coopération militaire et de sécurité entre le Canada et Israël;

l'interdiction du transfert non réglementé et non déclaré de matériel militaire à destination d'Israël en passant par les États-Unis."

Nous souhaitons qu'Israël saura

se libérer de l'influence délétère de Nétanyahou et de son gouvernement d'extrême-droite et militariste en obéissant à la Cour Internationale de Justice, pour éviter de se retrouver état-voyou.

(Endnotes)

[1 https://www.youtube.com/live/s7ZJch2Ad-NU?si=44QhTy2XiSrqHfy9](https://www.youtube.com/live/s7ZJch2Ad-NU?si=44QhTy2XiSrqHfy9)

SHERBROOKE, ÉCOCITÉ.

Claude Saint-Jarre

JE CONSIDÈRE QUE SHERBROOKE TENTE DE FAIRE PARTIE DU MOUVEMENT DES ÉCOCITÉS DÉCRIT PAR LE PHYSICIEN FRITJOF CAPRA DANS SON LIVRE DE 2004 QUI S'INTITULE "LA VISION SYSTÉMIQUE DE LA VIE". DANS UN COURRIEL, MONSIEUR CAPRA ME PARTAGE CETTE VISION UNIFICATRICE ABORDÉE DANS SON ACTUEL COURS SUR L'ÉCOLITTÉRATIE DONNÉ, EN ANGLAIS, AUX ÉTATS-UNIS.

Cette vision s'apparente à la pensée complexe dont l'auteur français Edgar Morin parle dans ses livres. Le Plan Nature en fait foi, mais la lenteur à adopter le Plan climat ou un Plan santé-environnement relativise l'élan sherbrookoise.

Cette vision systémique se caractérise par une perception des problèmes comme étant complexes et exigeant des solutions complexes. Les livres et conférences de Capra présentent ce nouveau paradigme holistique, pacifique et féministe

qui remplace le paradigme newtonien-cartésien pour mieux opérer notre nouvelle réalité.

L'écolittératie est une écoéducation qui vise à former une écociyenneté qui s'exprime dans le cadre d'une démocratie écologique sous la forme d'une participation citoyenne, offerte par la population en réponse à une sollicitation de la part de l'écocité.

Le spectre s'étend dans un continuum logique et complet, qui va

de l'agroécologie ou permaculture qui produit une éconourriture pour une écoassiette qu'ingère, dans un esprit de nutrition écosanté, le mangeur, qui est récompensé par une énergie-santé à investir librement et avec bonheur, dans la réalisation la plus complète possible de l'écocité locale et si possible globale, car 50 % de l'Humanité vit actuellement en ville et ce sera 70 % vers 2050 et 70 % des GES en proviennent.

Ici, le territoire agricole fait partie de la ville, comme toute la population. C'est donc logique que l'ensemble de la population participe à l'épanouissement du territoire agricole.

Ça s'est passé ici en 2017, car il y a eu une participation citoyenne pour l'élaboration du PDZA, le plan de développement de la zone agricole, mais ce que je constate

aujourd'hui c'est l'absence de participation citoyenne dans la mise à jour de ce plan, car la population n'est pas invitée. Ce lien numérique extrait de ce plan, section : *Démarche pour la mise à jour du plan du PDZA* le montre; au bas, dans le calendrier, le Peuple n'est pas consulté : <https://contenu.maruche.ca/Fichiers/3337a882-4a53-e611-80ea-00155d09650f/Sites/333dd3d3-915d-e611-80ea-00155d09650f/Documents/Plans%20et%20schemas/PDZA MAJ Plan Action-Oct23.pdf>

Je souhaite que cet accroc à la démocratie soit corrigé et que la population ait son mot à dire également dans la mise à jour du PDZA, 7 ans après la première consultation. Ça pourrait l'aider à s'assurer que son droit à une alimentation saine et durable soit respecté.

Le GIEC, rappelle Capra, disait

que nous devons éliminer 80 % des GES pour 2020 pour ne pas dépasser 1,5 % d'augmentation de la température; cela n'a pas été atteint et au contraire il y a eu augmentation comme le dit le Grand livre du climat de Greta Thunberg, appuyée dans l'écriture par 100 spécialistes.

Nous sommes dans la crise écologique, nous sommes dans la crise climatique. Un territoire agricole agroécologique est plus résilient qu'un territoire avec agriculture chimique pétrolière et aide même à résoudre la crise climatique. C'est la deuxième priorité, après changer le carburant, dit le Grand livre du climat.

Question au conseil municipal : la population peut-elle être consultée pour la mise à jour du Plan de développement de sa zone agricole ?

VIE MUNICIPALE

MARC DENAULT QUITTE LA STS : BONNE AFFAIRE !

Denis Pellerin

CORRECTIONS
CONTRAIREMENT À CE QUI A ÉTÉ DIT DANS LE DERNIER ÉDITORIAL ("LE RETOUR FRACASSANT D'ÉVELYNE BEAUDIN"), MARC DENAULT PREND L'AUTOBUS. JE LE VOIS SOUVENT À L'ABRIBUS COIN KING/WELLINGTON. FAUSSE AUSSI L'AFFIRMATION DU RUTASM DANS L'ARTICLE VOISIN QUI PRÉTEND QUE "LA STS N'APPARTIENT PAS À LA VILLE...". C'EST UNE "PERSONNE MORALE DE DROIT PUBLIC" CRÉÉE LE 31 DÉCEMBRE 2001 QUI APPARTIENT À 100 % À LA VILLE DE SHERBROOKE.

Un genre de Jean Perrault

Marc Denault, comme son émule Jean Perrault, paraît bien, toujours digne, jamais "un poil qui retousse". Mais comme pour Jean Perrault, il ne faut pas trop se fier aux apparences.

Par exemple, en 2015 Jean Perrault a produit un livre blanc "Faire confiance" pour le gouvernement Couillard qui a

ouvert la porte à l'abolition des référendums dans les municipalités. Douce vengeance pour celui dont le plan d'urbanisme a été rejeté par 57,6 % de la population en 2007.

La direction de la STS

La STS est une espèce de bête qui, comme certains insectes, peut survivre un bon moment sans sa tête. Comme plusieurs

paramunicipales, la STS a plus souvent qu'autrement été présidée par des libéraux. Le passage de Bruno Vachon à la présidence de 2014 à 2017 n'a rien changé : la Ville a eu beau augmenter sa quote-part de 40 % depuis 2014, les revenus n'ont progressé que de 9 % soit moins que l'inflation, malgré les hausses des tarifs. Une baisse en réalité.

On a mis beaucoup d'argent

dans des fioritures (les multiples modes de paiement, les applis qui vous disent que "l'autobus sera en retard de 2 minutes", etc...) mais pas tant dans la fiabilité et la rapidité à vous amener du point A au point B, l'essence même du transport en commun. Bref la "plus-value" d'un tel service : rien, "zéro avec une barre dessus".

Je vois le départ de Marc Denault comme une opportunité, un espoir pour les usagers de voir de réelles améliorations du service de transport en commun. Lui semble avoir choisi ce geste inattendu pour mettre dans l'embaras à la fois la mairesse au retour de son congé de maladie, son cabinet et la vice-première ministre caquiste. Et ça a marché.

Départ de Steve Roy et Philippe Pagé

Le 4 mars, jour de tombée des articles d'Entrée libre, nous apprenions aujourd'hui ces départs (en bons termes, semble-t-il selon les informations disponibles) du cabinet de la mairie.

Un des commentaires provenait justement de Marc Denault : "C'est un indice qui en dit beaucoup sur la gouvernance et le leadership au sein du parti en place et du conseil municipal. Ce sont les enjeux principaux en ce moment à Sherbrooke, la gouvernance et le leadership. Certaines personnes doivent comprendre le message, la première intéressée étant la mairesse".

J'écrivais plus haut, avant de lire la nouvelle, "il ne faut pas trop se fier aux apparences". On comprend que d'ici la fin du mandat, Marc Denault (qui ne se représentera pas en 2025), aura le rôle de pointer du doigt, de dénigrer, de donner des coups de pelle au besoin ou, comme ici, de mitrailler les ambulances. Il pourra se partager la tâche avec la conseillère du Lac-Magog qui ne revient pas non plus en 2025.

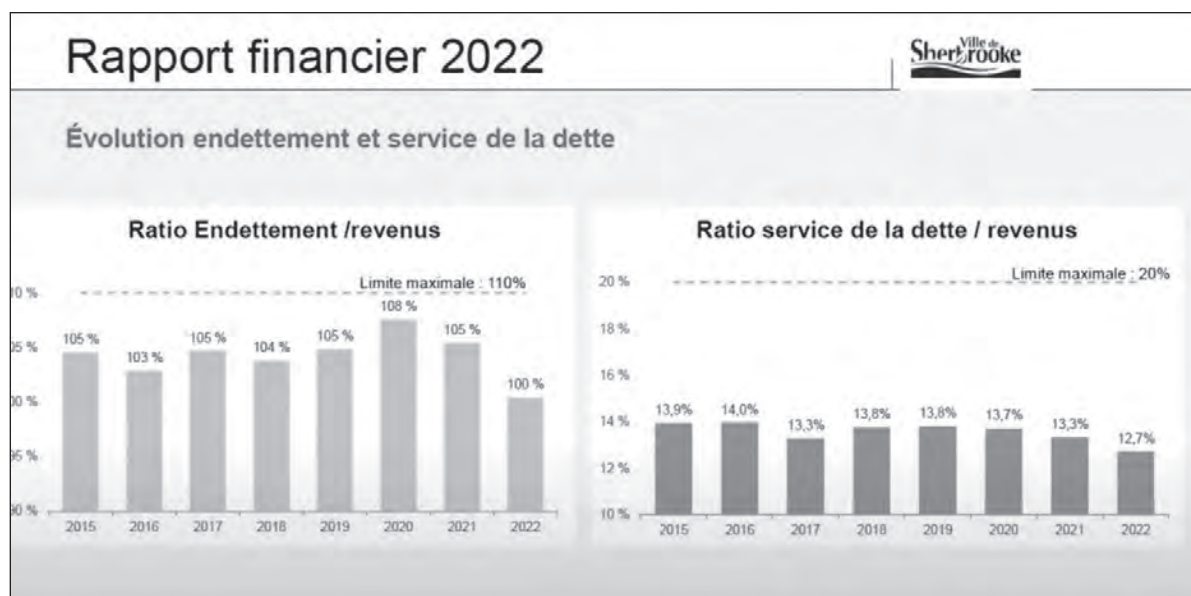
On aura beau invoquer les dieux de la médiation, si l'opposition libérale cherche une coupable, la mairesse est toute désignée : elle est omnipotente, semble-t-il, à leurs yeux. Et seule responsable des destinées de la Ville.

La mairesse est probablement aussi seule responsable (sarcasme !) des excellents résultats financiers de 2022 qui ont doublé la marge de manœuvre sur le ratio d'endettement (passant de 105 à 100 %, max 110 %) et réduit le ratio du service de la dette à 12,7 % (max 20 %) pour atteindre la meilleure performance depuis 2015 (au moins !), en augmentant les taxes moins vite que l'inflation.

Mais ça, l'opposition acariâtre ne vous le dira pas.

Faudra chercher. Et pas dans le journal local.

P.S. J'aurai probablement l'occasion de revenir sur la STS, Marc Denault et nos finances.



HISTOIRE DE RUE, SUITE

Armando

SALUT C'EST MOI, ARMANDO. DANS MA DERNIÈRE LETTRE, TU TE RAPPELLES, JE T'AI PARLÉ DE LA NUIT DES SANS-ABRIS. PARAÎTRAIT QUE MES PROPOS ONT DÉRANGÉ CERTAINES PERSONNES SUSCEPTIBLES. BON D'ACCORD, LA COMPARER À UN BEAU TRAVAIL SCOLAIRE, C'ÉTAIT PEUT-ÊTRE UN PEU FORT JE L'AVOUE, MAIS JE VOULAIS SEULEMENT DIRE QU'IL NE FALLAIT PAS EN FAIRE DU THÉÂTRE AVEC DE GRANDES DÉCLARATIONS SUR LA SOLIDARITÉ HUMAINE.



Vois-tu, comme j'ai déjà dit, la rue ça ne s'enseigne pas, ça se vit. C'est un peu comme la bicyclette, il faut monter dessus, ça s'apprend pas à l'école. La nuit des sans-abris, c'est agréable, c'est amusant, c'est instructif et c'est apprécié, mais ça reste une fête qui se termine quand le permis de la ville expire.

J'aurais une proposition, une nuit des sans-abris sans musique, pas de danse, pas de bouffe et pas de beaux discours. Tout à l'heure je disais que la rue ne peut pas s'enseigner, qu'elle doit se vivre, mais on pourrait s'en approcher. Il suffirait de monter une application sous Android. Bref, en faire un jeu. L'application serait une simulation de la vie d'un sans-abri. Tout le monde pourrait l'expérimenter en jouant. C'est cool les jeux vidéos, mais c'est surtout un excellent moyen pour enseigner. C'est d'ailleurs comme ça, maintenant, en médecine pour la chirurgie ou dans l'aéronautique et la marine pour le pilotage d'avions ou de bateaux. Il y a beaucoup d'applications comme ça dans plusieurs domaines. Cette proposition de monter un jeu sous Android pour faire comprendre la vie dans la rue, c'est très réaliste et ce le serait encore plus si un gars de la rue conseillait les programmeurs. Bon, là je rêve en couleurs, mais disons que j'aimerais beaucoup. Ça ferait progresser la cause, comme on dit.

La rue c'est une expérience qu'on découvre seulement les pieds dedans. Le plus important à savoir, c'est que ça peut t'arriver à toi aussi de te ramasser à la rue. Moi, à la rue? Oui toi, ça prend juste les bons déclencheurs de misère. Des exemples? Tu perds ton travail, tes dettes sont trop élevées, tu vis un divorce difficile, ton logement est trop cher, t'as des problèmes de drogue, de jeu ou d'alcool ou t'as simplement peur pour ta sécurité. Il y a plein de raisons. Fais ton choix. Si t'as déjà été immigrant ou réfugié, que t'as connu des pays temporaires, des guerres civiles, des catastrophes ou des coyotes, alors tu me comprends. J'ai vécu la réalité des passages de frontière la nuit avec des coyotes, je peux te dire qu'un réfugié et un itinérant vivent des situations très similaires. Oui la rue ça peut arriver à n'importe qui, même à toi.

Dans la rue, c'est très difficile de garder l'espoir de s'en sortir, surtout après quelques mois. C'est ça qui manque à ton festival des sans-abris. Il faut trouver le moyen d'aider suffisamment un itinérant pour lui conserver cet espoir de s'en sortir et c'était exactement le message de ma première lettre. Ne change pas de trottoir, fais pas semblant de regarder ailleurs, donne quelque chose avec un bonjour et un sourire. Ces simples gestes valent beaucoup plus que la monnaie que tu peux donner.

J'aurais une expérience intéressante et instructive pour toi. Tu vas probablement protester, mais voilà. La prochaine fois que tu verras un itinérant, au lieu de lui donner un trente sous, donne-lui un billet de 10 dollars. Et là, observe le résultat sur son visage. Ça, c'est l'espoir en action. Essaie et tu verras par toi-même. Si tu penses qu'il va aller le boire ou se droguer avec, on appelle ça un préjugé. T'as le droit d'en avoir.

Sur une scène d'accident, tu n'as pas le temps de réfléchir aux détails, au pourquoi ça t'arrive. Tes besoins primaires vont prendre le dessus. On appelle ça l'état de choc. Vivre dans la rue, c'est pareil. Quand on y est, on n'a pas le temps d'en tirer des leçons, de

faire un bilan de vie ou de philosopher, on doit manger, dormir, se laver, se protéger et tout le reste. Une fois qu'on en est sorti, là par contre, on peut revenir sur l'expérience et l'intégrer.

Il y a beaucoup de beaux projets pour combattre l'itinérance au pays, mais ces beaux projets sont souvent dirigés par des gens qui n'ont jamais connu la rue. C'est un peu comme si on écoutait un ministre de l'éducation qui n'avait jamais fait de suppléance dans une école d'un quartier chaud, ou l'avis d'un ministre de la sécurité sociale qui n'avait jamais vraiment manqué d'argent, parce qu'élevé comme un gosse de riche. Ce serait une erreur de jugement.

Il y a quelques années j'ai changé de ville. D'habitude, je me trouve deux gars de la rue pour m'aider à déménager. Je suis donc allé au refuge dans ma ville et j'ai demandé à un responsable s'il pouvait me recommander deux gars en qui il avait confiance pour m'aider avec mon déménagement; je les paierais bien sûr. Le responsable du refuge, jusque là souriant et accueillant, est devenu tout à coup très sérieux. Il m'a répondu que cela ne serait pas possible, car, étant donné que j'allais les payer, ce serait encourager le travail au noir. Un travail non déclaré, ce serait illégal. Il était sincèrement désolé, mais il ne pouvait absolument pas faire ça. Il se ferait réprimander.

Ouais... Franchement, je ne savais plus quoi dire. Je me suis donc débrouillé sans lui, avec deux gars bien sûr. Bon, oublions les incompetents diplômés, je sens que je deviens amer et pessimiste, revenons sur le sujet. La

rue, ça nous apprend quoi?

L'entraide, le partage, la solidarité et d'autres trucs du genre. Les itinérants c'est une sorte de caste. Entre nous, c'est facile de se reconnaître, on sait d'instinct à qui faire confiance et, surtout, de qui il faut se méfier. Simple question de survie.

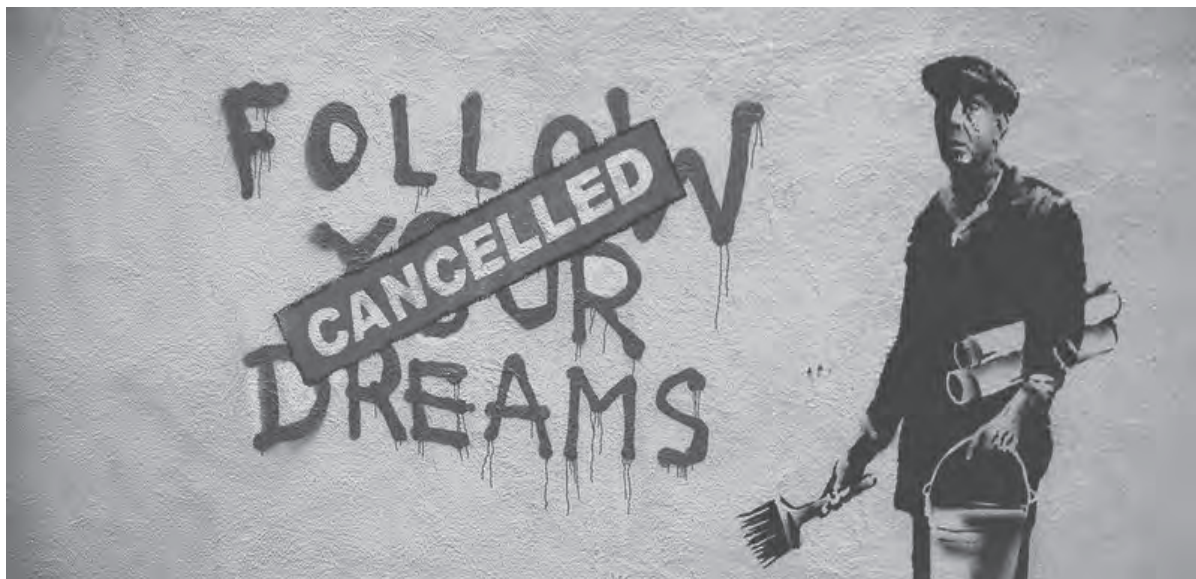
Alors si je reviens sur ma proposition, monter un jeu informatique serait une façon de faire vraiment connaître la réalité de la rue au monde "normal". Le jeu aiderait à faire comprendre des choses, ça aiderait à grandir, à devenir plus humain, car le jeu inclurait aussi l'entraide, le partage et la solidarité.

En terminant, j'aurais une proposition très concrète pour les gens importants, ceux du conseil municipal, mais aussi ceux qui ont vraiment des moyens financiers à leur disposition. Installez des toilettes, des douches publiques et des salles de lavage à la limite du centre-ville et des rues commerçantes, idéalement près d'un parc. Détail important, des douches payantes, mais à très bon marché. Avec le temps l'initiative affectera positivement la valeur de l'immobilier au centre-ville. Tout le monde y gagnerait et, détail important pour ceux qui n'écoutent que l'argent, la construction et les frais d'opération seraient déductible d'impôts.

Bonne journée et à une prochaine fois peut-être.

Armando

PS T'aurais pas du change, pour l'autobus?



Banksy in Boston_Crédit Chris Devers via Flickr_CC BY-NC-ND 2.0 Deed

GRÂCES

Nicolas Beaudoin

COMME TOUTES CES CHOSES OÙ COULENT LES HABITUDES QUI TISSENT LA TOILE DE MON QUOTIDIEN, JE NE LE REMARQUE PLUS. SERTI DANS MES MATINS, IL BRILLE CE SOIR, REFLET DORÉ D'UN PREMIER AMOUR DANS L'INDOLENCE DE LONGUES MATINÉES À MANGER DES CRÊPES, DANS UN SOUS-SOL QUE VISITAIENT LES RATS ET OÙ NOUS NE MANQUIONS DE RIEN. MON VIEUX TOASTER FREDONNE LA DOUCEUR DE CE TEMPS-LÀ.

Tu sais, c'était accueillant cet espace qu'il y avait dans ton silence. Tu aurais voulu, à l'époque, être différente, être à ton aise sous le soleil de midi. Tu te montrais par tranches, dans une lumière tamisée, invitant à un lieu où ce serait plus calme, d'où nous pourrions chuchoter. Depuis longtemps déjà, je te croise à cette frontière dans la nuit. La mienne se termine quand débute la tienne. Chaque fois, quand tu t'approches de moi, quand tu me parles juste un peu, c'est comme si tu me prenais par la main.

Elle s'est faite minuscule pour



Crédit photo: Nicolas Beaudoin

s'inviter dans les banquets des fées. Dans le détail des branches, dans la dentelle des ramilles elle glane en chantant, perchée sur le

point de l'instant. Elle se sait regardée et pourtant elle ne me fuira pas. J'essaie de lui parler dans son langage. Son esprit amical

sautille et me répond en sifflant. Depuis toujours, la mésange me salue. Elle aura inventé la cordialité.

La semaine dernière, quand tu m'as vu, tu m'as salué en me touchant le bras. Ton "Comment vas-tu?" était gros de ta sollicitude. Tout était dit. Cela m'a rappelé ma fête, la tendresse qui nous enveloppait. Tu étais revenu chez moi pour veiller encore. Je me suis aussi souvenu de Tadoussac, lorsqu'un loup blanc nous avait frôlés dans la clarté lunaire. Je veillais ton esprit d'argent endormi tandis que le mien s'enroulait dans ta respiration. Les braises craquaient comme un cristal dans la nuit incandescente.

Il y avait un jour ce chien d'une amie qui au bout d'une soirée, quand tout le monde était allé se coucher, s'était assis à mes côtés pour pleurer avec moi.

Tu m'appelles et tu m'invites toujours, malgré mon éloignement et bien que je t'aie blessé parfois. Tu veilles, toi aussi.

Et toi, à quoi pensais-tu quand tu me regardas après un cours, assez longuement pour que je le remarque? Tu avais bien vu...

Que me disais-tu alors? Sais-tu le bien que tu m'as fait ce jour-là?

Il arrive régulièrement que des automobilistes me klaxonnent en guise de salutation. C'est votre amitié qui me fait des clins d'œil.

"Ça fait longtemps que je ne t'ai pas vu débarquer dans notre solarium". Si tu savais... Cet hiver dans la neige, j'ai parfois marché devant votre maison. Il y avait de la lumière, j'avais le goût d'aller me blottir dans l'amour qu'il y avait là.

Tu avais résumé en trois mots la lettre que j'écrivais en réponse à ta question : la solitude, la forêt et la marche. Tu avais tout compris. "Tu câlines de mille manières. Avec tes yeux tes mots tes regards ta présence", avais-tu écrit.

Et toi encore, qui m'avais proposé une rencontre pour un "service". J'ai bien compris qu'il y avait aussi le désir d'une forme de réconciliation, une invitation à revenir parmi vous, en ce lieu où j'ai tant aimé que mon cœur est en ruine.

Il est beau le pays de votre amitié. Où irais-je ailleurs sinon pour revenir à vous?

CRITIQUE DE FILM

DUNE 2E PARTIE : UN PARI RÉUSSI POUR VILLENEUVE

Benoit Viel

NOUS SOMMES DE RETOUR SUR ARRAKIS, LA PLANÈTE DÉSERTIQUE RICHE DE CETTE RESSOURCE ÉTRANGE QU'ON APPELLE L'ÉPICE, SORTE D'ALIMENT À MI-CHEMIN ENTRE UNE DROGUE HALLUCINOGENE ET UN GRAIN DE SABLE, QUI EST PRISÉE DE TOUS, MAIS SURTOUT DU SANGlant BARON VLADIMIR HARKONNEN (STELLAN SKARSGÅRD).

Ce dernier décide d'une main de fer qui aura le contrôle de la planète et ses richesses. Mais l'Empereur (Christopher Walken) a d'autres desseins pour Arrakis. Les mots "Guerre" et "Colonisation" sont de rigueur ici.

La 2e partie de l'opus, c'est essentiellement une religion qui s'écrit sous nos yeux en ce sens que les thèmes de la foi sont omniprésents. On aborde tout en même temps l'orthodoxie, l'apprentissage nécessaire à l'acclimatation dans une nouvelle culture, l'avènement et la révélation du Messie, les écritures sacrées qui sont liées de même que l'hérésie de tous ceux qui préfèrent accuser une superstition. C'est ainsi qu'on introduit de nouveau les magnétiques

Timothée Chalamet et Zendaya. Si cette dernière avait un rôle anecdotique dans la première partie, elle sera sur la majorité des gros plans dans la deuxième partie. Depuis que la grande famille Atréides est présumée morte, Paul Atréides et sa mère (Rebecca Ferguson) trouvent refuge dans la tribu Fremen. Ce dernier se retrouve immédiatement visé par une prophétie. Cette prophétie parle de l'avènement d'un prophète, le Moahdib, qui mènera la Arrakis jusqu'à la victoire contre le violent colonisateur. Mais l'acclimatation de Paul ne va pas pour le mieux. Il est torturé par des mauvais rêves, qui l'assaillent comme des visions, et qui mettent en doute ce qu'il doit faire pour sa propre survie, mais aussi pour celle de la tribu.

Alors que se développe la relation entre lui et Chani, Paul craint qu'il doive sacrifier des millions de vies pour que se réalise la prophétie, face à laquelle il est encore un profane. Et il ne peut s'y résoudre parce que fort des enseignements de son père, les enseignements du cœur, Paul croit fermement qu'il existe encore une façon de sauver la tribu Fremen d'un massacre et plus largement, l'Empire entier d'une catastrophe. Est-ce que cette révélation lui sera faite? À quel prix? Et quels secrets cachent encore les immenses dunes de sable de la planète Arrakis?...

J'ai été absolument Flabbürgasté par mon expérience audiovisuelle dans la salle LUX de la Maison du Cinéma. La salle a le seul défaut de ne pas avoir d'écran IMAX, ce qui pourrait être un bémol pour certains. À ceux-ci, je dirai que les sièges sont assignés et qu'il suffit de s'asseoir dans la 3e rangée pour avoir toute l'expérience enveloppante d'un



Image film Dune 2

immense écran et la qualité sonore atmosphérique de Dolby Atmos. Les gros plans sur les personnages ne laissent aucun doute sur leur rôle : ils servent à s'imbiber de l'émotion

des personnages. Et dans un univers comme celui de Frank Herbert où la survie est au centre de l'action, vous pouvez miser 15\$ que ça atteindra son but.