

S'informer pour briser l'isolement

Avec le temps et l'âge, il nous arrive de subir une perte de mobilité, une baisse visuelle ou une diminution auditive, entre autres choses. En ce qui me concerne, mon pied gauche est tombant et cela affecte mes déplacements depuis 2020. L'aggravation de la situation m'oblige à dépendre davantage de mon déambulateur depuis 2021. Heureusement, une fois l'appareil glissé derrière le siège du conducteur, je peux conduire ma voiture et avoir une certaine mobilité dans les alentours.

En 2024, j'ai découvert la chaîne de télévision **AMI-télé**. C'est une entreprise médiatique qui a pour but de divertir, d'informer et de motiver les personnes en situation de handicap. Les émissions proposées ont un contenu original et pertinent. Depuis, j'y retrouve plusieurs informations intéressantes en lien avec ma condition et différentes autres limitations existantes.

À travers la programmation d'AMI-télé, j'ai pu connaître l'organisme **Kéroul**. Depuis 1979, Kéroul travaille à améliorer l'accessibilité du tourisme et de la culture aux personnes à capacité physique restreinte. Très pratique, cet organisme couvre toutes les régions à la grandeur de la province. Des équipes se rendent sur place pour vérifier les différentes caractéristiques des lieux d'intérêt. En effet, leur site Internet révèle les résultats de leurs évaluations faites sur les endroits à visiter. À travers les ans, Kéroul a eu un impact considérable dans plusieurs dossiers en tourisme, en culture et en transport. L'amélioration de l'accessibilité des lieux en est un bon exemple.

En devenant membre, j'ai reçu « *Le Baladeur* » qui est la seule publication sur le tourisme accessible au Québec. À part les quatre publications de cette revue, il est possible d'obtenir la brochure « *Le Québec pour tous* » qui est un pratique complément d'informations. Avec les détails donnés sur les différents sites à visiter, j'ai pu découvrir l'[Observatoire de la capitale](#). Avant de me déplacer au Complexe G, je savais qu'il y aurait des espaces de stationnement pour personnes à mobilité réduite ainsi que des installations sanitaires adéquates. Toutes ces précisions ont contribué à me sécuriser, à agrémenter ma visite et à en tirer une grande satisfaction.

En terminant, je vous invite donc à consulter [AMI-télé](#) ainsi que le site de [Kéroul](#), pour vous-même ou pour des gens de votre entourage présentant des besoins particuliers. Pour les personnes vivant avec une différence, il est primordial de s'informer ainsi que de rester en contact avec l'environnement culturel et touristique. Cela contribue grandement à éviter l'isolement. D'après moi, n'attendez pas qu'une personne en situation d'handicap vous demande de l'aide! Prenez donc les devants!

Lucette Bergeron

ALLÉGORIE

Le chef Aka et son frère Sali étaient à la recherche de nourriture pour leur peuple. Ils marchaient péniblement sous le soleil impitoyable de la steppe. Une sécheresse interminable sévissait et leur clan menaçait de disparaître. N'écoutant que leur courage ils partirent sur les chemins poussiéreux.

Ils aperçurent tout à coup une oasis verdoyante. Éblouis, ils se mirent à courir espérant ne pas être victimes d'un mirage! À bout de souffle, ils découvrirent un endroit paradisiaque, une terre fertile où les arbres regorgeaient de fruits appétissants, où des animaux dodus gambadaient çà et là. Craintifs, ils s'aventurèrent pas à pas, puis n'y tenant plus, ils tendirent leurs bras et saisirent les fruits juteux qu'ils dévorèrent en jubilant.

Rassasiés, ils décidèrent de rapporter de cette bonne nourriture aux membres du clan convenant toutefois qu'il était peut-être préférable de ne pas divulguer un tel secret. « Qui sait ce que feraient les autres s'ils découvraient l'endroit s'exclama Aka! » Sali partit donc seul, chargé d'une gazelle et de fruits succulents pendant qu'Aka gardait la place. Accueilli chez lui en héros, Sali distribua le tout aux mains tendues en promettant d'en rapporter autant à chacun de ses voyages.

Quand Sali revint à l'oasis, Aka reçut son frère solennellement et déclara : « J'ai divisé notre avoir en deux parts, la tienne se trouve du côté du soleil levant tandis que je me réserve celle qui est au soleil couchant. Nous disposerons ainsi de notre richesse selon notre bon vouloir ». Étonné, Sali voulut discuter : « Ne devrions-nous pas partager le butin avec notre clan comme nous l'avons toujours fait? » Le chef répondit sur un ton autoritaire : « Fais ce que bon te semble, je décide de garder toute ma part pour ma famille au cas où une autre sécheresse venait à sévir. Ne t'en fais pas, j'offrirai quand même, peut-être à l'occasion, mes surplus aux démunis ».

Sali reconnut une certaine sagesse chez son frère mais ne pouvait s'empêcher de s'inquiéter pour le reste du clan. Aussi quand il aperçut au loin Bamo et Lupre sa conjointe, qui l'avaient suivi à son insu, il les accueillit avec enthousiasme. « Venez, leur dit-il, voyez comme la récolte sera bonne! Jamais je n'arriverai à tout ramasser. Prenez autant que vous pourrez et rapportez-le à vos familles et amis. Et puis tenez dit-il, sans trop y penser, je vous cède la moitié de mon champ ».

Trop heureux d'apporter une si bonne nouvelle au clan le couple s'en retourna. Ce soir-là, le clan se réunit pour festoyer et rendre hommage à leurs sauveteurs. Assis autour du feu, humant la bonne chair qui cuisait, les sages se mirent à comploter. « Pourquoi resterions-nous ici à attendre qu'on veuille bien nous nourrir, ne devrions-nous pas plutôt nous rendre là-bas pour aider à la récolte et engranger des réserves pour la saison

froide qui vient ». Dès le lendemain, ils plièrent bagages et suivant les balises que Bamo et Lupre avaient installées, marchèrent jusqu'à l'oasis. Esseulé dans son domaine, Sali les reçut à bras ouverts s'empressant de leur aménager une place et de les sustenter avec générosité. Toutefois, non satisfaits de cet usage, les sages réclamèrent bien vite leur part du butin. « Ce n'est pas tant pour nous-mêmes que nous exigeons ce partage, tu dois comprendre Sali, maintenant que tu es riche, que nous devons nourrir nos semblables ». Devant une telle évidence, Sali ne peut que se soumettre tout en se demandant si à ce rythme il y aurait assez pour tant de monde. Comme il avait déjà cédé la moitié de sa terre à Lupre et Bamo, il conseilla aux sages d'adresser plutôt leur demande au couple.

Pendant ce temps au village, constatant le départ suspect des sages, inquiets Bamo et Lupre réunirent une poignée d'hommes vaillants pour qu'ils les accompagnent et qu'ils les aident à défendre leurs droits sur la part que Sali leur avait accordée. « Cette part est notre bien propre précisèrent-ils, mais nous la partagerons avec vous si vous nous aidez ».

Ils n'eurent pas à guerroyer comme Bamo l'appréhendait. Sali quoique pantois n'intervint pas dans les tractations qui animaient les nouveaux venus; il les avertit cependant qu'il ne céderait plus aucune parcelle. « J'ai assez donné, déclara-t-il avec conviction, cet espace dit-il en le montrant me sera strictement réservé ». C'est alors que les sages s'approchèrent pour revendiquer eux aussi une juste portion. Les amis de Bamo prirent vite conscience alors, que le petit bout de terrain que le couple voulait bien leur consentir ne serait pas suffisant pour nourrir toutes leurs familles et voulurent réclamer une part plus équitable. « Bamo, argumentèrent-ils, la part que tu nous donnes ne pourra jamais nourrir tous nos gens ». « Et nous non plus affirmèrent les sages ».

Sentant qu'une querelle risquait d'éclater entre ses voisins, Sali s'avança et leur indiqua l'autre bout de l'oasis que possédait Aka. « Cette oasis s'étend jusqu'aux montagnes dit-il innocemment, Aka l'a divisée en deux parts s'en réservant la plus grande partie ». Tous se réunirent en conciliabule et décidèrent de faire venir le reste du clan pour démontrer à leur chef l'ignominie de sa position.

La caravane s'ébranla donc pour contourner l'oasis et confronter le trop riche personnage. « Aka, en tant que chef, tu ne peux t'obstiner à conserver cette immense part uniquement pour toi, tu te dois de nourrir ton peuple! N'entends-tu pas nos enfants pleurer et nos vieillards gémir? » Aka soutint avec prestance : « Sali et moi avons, les premiers, trouvé cette oasis et ce au péril de nos vies. Nous l'avons partagée en deux parts égales. Nous sommes libres d'en disposer comme bon nous semble! Vous n'avez qu'à faire comme nous ajoute-t-il, peut-être trouverez-vous d'autres oasis plus loin ». « Justement, parlant de Sali, il s'est montré bien plus généreux que toi, pourquoi ne prends-tu pas exemple? Une fois fortifié, nous pourrions tous partir ensemble et qui sait,

peut-être deviendrais-tu plus riche encore ». « Je n'ai que faire de vos propositions, j'ai ici tout ce qu'il me faut et je compte bien en jouir dans l'allégresse. Cueillez quelques fruits puis quittez immédiatement mon domaine, vous n'obtiendrez rien de moi ».

Le cortège exténué par sa longue marche et complètement anéanti par l'intransigeance d'Aka s'en retourna cahin-caha de l'autre côté pour tenter de faire fléchir Sali, Bamo et Lupre. Ces derniers se montrèrent inflexibles, refusant même de les entendre. Désabusés ils s'installèrent tant bien que mal sur les pourtours de l'oasis.

Les années s'écoulèrent avec ses hauts et ses bas entre la scandaleuse richesse d'une minorité, le confort sécurisant des autres, une vie de travail acharné mais offrant tout de même le pain de chaque jour à une courageuse majorité, et une désolante pauvreté marquée de souffrance et de désespoir pour ceux qui n'avaient d'autres choix que de s'en contenter.

L'homme dans son évolution venait d'instituer les classes sociales. Plus tard, les hommes crurent que la force du nombre pouvait avoir raison de l'injustice et se révoltant, créèrent la guerre.

Claire Morency, comité de l'environnement

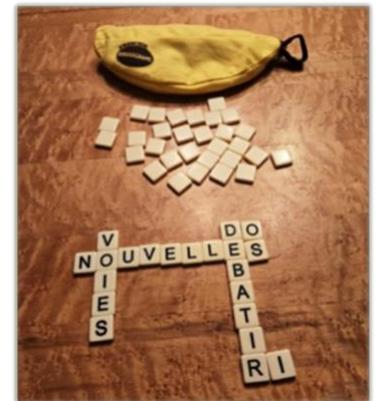
JEU DE LETTRES

À l'occasion des Fêtes, le «chum» de ma fille nous a fait découvrir un jeu de lettres que j'aime beaucoup : le **BANANAGRAMS** (français). Plus facile que le scrabble, sans grille ni pointage, il peut être joué par deux à huit joueurs qui essaient de former le plus de mots possible à partir d'une banque de 144 lettres, présentées dans un sac en forme de banane.

Tout au long de la partie, on peut modifier notre grille de mots pour utiliser les lettres plus problématiques (K, W, X, Y et Z). La partie se termine quand il reste moins de lettres dans la banque « régime » que le nombre de joueurs et qu'un des joueurs a utilisé toutes ses lettres. On vérifie que les mots sont bien orthographiés...

Excellent pour développer l'orthographe et le vocabulaire!

Par : Lise Patoine



Quiz « S » sur les chansons francophones

Associez à la colonne de gauche chacun des chanteurs, interprètes, groupes ou chansonniers qui ont interprété les chansons suivantes.



Origines : Québec (Q) France (F) Italie (I) Autre (A)

Titre des chansons	Année	Origine	Le nom des artistes
1. C'est si bon	1948	(F)	Sab _____
2. Il serait bon d'aimer encore	1980	(Q)	Sag _____
3. La lumière	2019	(Q)	Sai _____
4. On va s'aimer	1987	(Q)	Sai _____
5. Y a de l'amour dans l'air	1984	(Q)	Sai _____
6. Le lion est mort ce soir	1962	(A)	Sal _____
7. Mon cœur est en prison	2001	(Q)	Sal _____
8. Le bonheur, c'est toi	1972	(Q)	Sal _____
9. Seras-tu là?	1993	(Q)	Sam _____
10. La maladie d'amour	1973	(F)	Sar _____
11. Le train du nord	1973	(Q)	Seg _____
12. Présence	1995	(Q)	Seg _____
13. Rester debout	2014	(Q)	Seg _____
14. Un coin de ciel bleu	1965	(Q)	Sén _____
15. J'ai appris alors	1969	(Q)	Ser _____
16. Un banc, un arbre, un rire	1971	(F)	Sév _____
17. L'école est finie	1963	(F)	She _____
18. Il neige sur le lac Majeur	1972	(A)	Shu _____
19. La danse des canards	1983	(Q)	Sim _____
20. L'oiseau	1971	(Q)	Sim _____
21. Des roses pour toi	1942	(Q)	Sol _____
22. L'amour en fuite	1977	(F)	Sou _____
23. C'est en revenant de Rigaud	1958	(Q)	Sou _____
24. Dominique	1963	(A)	Sou _____
25. S.O.S. d'un terrien en détresse	1994	(Q)	Star _____
26. Quand tu liras cette lettre	2012	(F)	Sté _____
27. Reviens le jour	2014	(Q)	Str _____
28. À toi que je pense	1967	(Q)	Sul _____
29. Tu le vois bien Lou Lou	1961	(Q)	Syl _____
30. Une sorcière pas comme les autres	1986	(Q)	Syl _____
31. C'est le temps de partir	1974	(I)	Syr _____

Par : André Lavallée

Réponses à la page : 18