

WATERLOO • SHEFFORD • ST-JOACHIM • WARDEN

JUIN 2014
Volume 11 - No 7

JOURNAL COMMUNAUTAIRE

PANORAMA

BONNE FÊTE DES PÈRES



Photo : Lyn Ouellet

PÊCHE EN HERBE
À lire en page 18



SERVICE RAPIDE

REMORQUAGE BEAUREGARD

Un seul PROPRIÉTAIRE

www.remorquagebeauregard.com
info@remorquagebeauregard.com

REMORQUAGE ET TRANSPORT • LÉGER ET LOURD

24 h/7 jours



WATERLOO
450 539-3232

Interac VISA MAESTRO

CAA Service routier d'urgence



Évaluation GRATUITE!

VITTORIA TASSONE
Courtier immobilier agréé
514-475-2121
vittoria.tassone@gmail.com
www.vittoriataassone.com

VOUS AVEZ UN PROJET **IMMOBILIER?**

ACHETER • VENDRE • LOUER • CONSTRUIRE

**J'HABITE / I LIVE
WATERLOO**



ACTION
Agence immobilière





**Mireille
L. Labrecque**

À l'approche de la Fête des Pères, non, je ne vous parlerai pas de mon papa! D'abord, vous ne le connaissez pas. Ensuite, il s'est envolé il y a quelques années. Alors, je garde pour moi les souvenirs bons et moins bons qui m'habitent. De toute façon, ils m'appartiennent. Je vous dirai cependant que j'ai le pressentiment qu'il a choisi un cheval ailé comme moyen de locomotion pour se rendre dans l'au-delà!!!

Comme ni vous, ni moi ne sortirons vivants de ce passage sur terre, il me semble que nous ne devrions pas attendre notre dernier voyage pour choisir un véhicule à notre image. Et là, je ne parle pas de celui qui rouille dans votre entrée de cour que vous l'utilisiez ou non, mais de votre véhicule individu. À l'approche de la Fête des Pères, je vous dirais : Choisissez

CLIN D'OEIL NOIR AUX PAPAS!

« votre » modèle de papa. Celui dans lequel vous êtes assis confortablement; celui qui vous fournit bonne tenue de route et excellente visibilité et qui a des chances de durer plus longtemps. Dans mon esprit, cela revient à dire : *Soyez vrai!*

N'essayez pas de ressembler aux images toutes faites des papas qui sont dont fins! De ceux qui l'ont dont l'affaire! Ce n'est pas donné à tout le monde d'être parfait et c'est tant mieux, parce que : Les gens parfaits sont ennuyeux! Ce n'est pas ce que vous désirez être n'est-ce-pas? Ennuyeux, ternes et sans émotion. *Alors soyez vrai!*

Si vous êtes le p'tit nouveau à qui les couches font horreur, acceptez la réalité! N'essayez pas de vous faire accroire, à vous ni à personne d'ailleurs que cette matière jaunâtre, dégoulinante vous grise. C'est infect! Dites-le! Vous vous en trouverez mieux! Ça sentira la même chose, ça aura la même couleur mais « accueilli » avec humour ça passera mieux.

Pour les aguerris, ou ceux qui croient l'être : Avouez que ça n'est pas toujours facile, que parfois ça coûte une beurrée, être papa! L'épicerie, les vêtements, les activités, le restaurant... En plus, c'est une job à plein temps! Ça défrise un peu, quand ça ne fait pas perdre des cheveux. Demandez aux grands-papas qui ne sont pas tous nés pour être des grands-papas gâteaux. Ça aussi ça magane son homme. Essayer d'être à la hauteur ça diminue parfois l'estime de soi. Ça stresse en pépère les images toutes faites. Encore une fois : *Soyez vrai!*

Ainsi, vous ne verrez pas arriver le 15 juin de cette année en ruminant des « Si j'étais plus comme ceci... ou encore « Si j'étais moins comme cela... » Surtout, n'essayez pas de changement drastique vous n'avez pas le temps. C'est court deux semaines pour amorcer le changement de toute une vie. Les virages en U c'est dangereux!

Heureusement pour vous, les médias

ne vous présentent pas des messages larmoyants du genre qu'on lit ou entend à la Fête des Mères. Vous savez : Oh maman! Toi qui m'as donné la vie. Je te chérie! Je te dois tout! À croire que vous le père n'y êtes pour rien! Que le petit spermatozoïde ronflait à tue-tête sur la table à chevet.

Sérieusement, vous comprendrez que je ne veux surtout pas vous faire pleurer quelques jours avant votre anniversaire. Faut bien rigoler un peu. Comme je l'ai dit au début : On n'en sortira pas vivant de cette vie-là. Aussi bien en rire!

Pour l'occasion, je vous fais ce clin d'œil noir...

*Bonne Fête
des Pères à
tous!*

UNIPRIX
de Laganière

☎ **450 539-2747**

☎ **450 539-4903**

**4551, rue Foster
Waterloo (Québec)
J0E 2N0**

Associez-vous à votre PANORAMA !

Afin de poursuivre sa mission emballante de « faire » une information différente, instructive et porteuse de changement social, PANORAMA a besoin de solidarité. Votre adhésion à titre de membre traduira votre soutien à notre mission et aux objectifs que l'équipe de bénévoles poursuit avec la plus grande conviction.

Je deviens membre du journal communautaire PANORAMA
5 \$ (cotisation annuelle)

Nom :

Adresse :

Tél. : Courriel :

Journal Panorama, 650 de la Cour, C.P. 700 / Waterloo, Qc J0E 2N0

JOURNAL COMMUNAUTAIRE

PANORAMA

NOTEZ BIEN

DATES DE TOMBÉE

**LE 10 DU MOIS
POUR LA PUBLICITÉ**

**LE 15 DU MOIS
POUR LES ARTICLES**



**Nicole
Brunelle**
*Représentante
des ventes*

Journal Panorama
Tél. : 450 539-2183 ou
Tél. : 450 920-0860
jackimow@live.com

**LA DATE DE TOMBÉE
POUR LA PUBLICITÉ EST
LE 10 DE CHAQUE MOIS**

Conseil d'administration

Pierre Brien, Denise Lauzière, Lyn Ouellet

Comité de production

Ginette Choinière, Hélène Gélinau, Denise Lauzière

Développement et coordination

Denise Lauzière

Collaboration

Nathalie Benoît, Marguerite Campbell, Michel Cormier, Normand Gagnon, Hélène Gélinau, Marilyn Guay Racicot, Pierre-Luc Hébert, Mireille Labrecque Lessard, Cécile Lachapelle, Denise Lauzière, Valérie Morissette, Dominique Ouellet, Lyn Ouellet, Marika Vautour et tous nos précieux collaborateurs du mois.

Conception et Graphisme

Ginette Choinière

Correction

Denise Duval

Représentante publicitaire

Nicole Brunelle

Distribution

6 000 exemplaires distribués par le Publi-Sac onze fois par année

Couverture géographique

Waterloo, Shefford, St-Joachim, Warden

Impression

Hebdo Litho, Saint-Léonard

Panorama est publié par le
Centre d'accès communautaire de Waterloo
650, de la Cour
Waterloo (Qué.) J0E 2N0
Téléphone : 450 920-0860
Télécopieur : 450 539-2475
Courriel : panorama@journalpanorama.com

Dépôt légal
Bibliothèque nationale du Canada • ISSN 1708 - 4105



PROCHAINES PARUTIONS : 2 JUILLET/AOÛT, 3 SEPTEMBRE 2014



TOURISME WATERLOO, UN VENT DE RENOUVEAU!

par : Denise Lauzière

Tourisme Waterloo des Cantons de l'Est vient de signer une entente avec Fondation Rue Principale un organisme sans but lucratif qui développe des ententes de services avec les municipalités désireuses de mettre en place des démarches de développement durable et de revitalisation.

Afin se s'assurer de la réussite de l'opération Tourisme Waterloo a embauché une coordonnatrice qui collaborera avec Fondation Rue Principale tout en gérant le Kiosque touristique de Waterloo.

Nouvelle coordonnatrice à Tourisme Waterloo

Les services de madame Stéphanie Morin, qui possède une maîtrise en Aménagement du territoire et en développement régional, ont été retenus pour une période de trois ans. Son dynamisme, sa détermination, son enthousiasme et la persévérance qu'elle a démontrée dans ses précédents stages en ont fait une candidate de choix. Une session d'étude à l'étranger dans une langue seconde, soit à Dublin en Irlande lui a donné une expérience sur l'urbanisme d'ailleurs tout en développant une facilité d'adaptation dans un nouvel environnement.

Fondation Rue Principale

La Fondation offre un processus, une méthodologie, un savoir-faire et de l'expertise professionnelle afin d'assurer un développement basé sur la conservation et la mise en valeur du patrimoine, la relance économique, l'amélioration de la qualité de vie des cœurs et de l'ensemble des municipalités. Pour ce faire il faut :

- créer un partenariat entre les acteurs du milieu (vous)
- développer des stratégies afin d'améliorer la diversité des commerces et des services
- animer et faire la promotion efficace de la municipalité
- améliorer les espaces publics et embellir les bâtiments et l'environnement général

La Fondation Rue principale aide les intervenants locaux à relever les défis auxquels ils sont confrontés pour :

- **établir** un nouveau climat de concertation et de collaboration
- stimuler l'économie locale et régionale
- rendre le secteur plus animé et mieux orchestrer sa promotion
- améliorer le cadre de vie des citoyens
- renforcer la vie socio-culturelle du milieu
- La Fondation Rue principale préconise la discussion, la collaboration et la concertation entre les citoyens, les élus, les gens d'affaires et les divers groupes d'intérêts regroupés au sein d'un comité de concertation et la coordination des efforts en vue d'une relance économique et d'une amélioration de la qualité de vie dans les municipalités et sur les artères commerciales.

AGA DE TOURISME WATERLOO DES CANTONS DE L'EST

le 16 juin à 19 h

au QUARTIER SPORTIF WATERLOO, 251, rue Western

GALA EXCELLENCE EN SOINS INFIRMIERS 2014 AU CÉGEP DE GRANBY



Gagnante de la bourse du député de Granby : Sophie Bessette résidente de Waterloo

Critères : Exercer un leadership clinique, démontrer de l'engagement dans la qualité des soins et démontrer un souci du bien-être de la personne dans ses soins.

Sophie est une étudiante de 1^{ère} année qui a fait un retour aux études. Elle est la maman de 3 enfants. C'est vraiment un bel exemple de la chance que nous avons d'avoir un établissement d'études supérieures si près de nous.



« EN MÉMOIRE DE TA CRÉATIVITÉ »

- Ta meilleure amie -



CÉLÉBREZ LA VIE
À L'IMAGE
DE L'ÊTRE CHER
AVEC NOS SERVICES
PERSONNALISÉS

Bessette
RÉSIDENCES ET JARDINS FUNÉRAIRES

Le témoignage d'une vie

GRANBY | BROMONT | ROXTON POND | VALCOURT | WATERLOO
5034, RUE FOSTER, WATERLOO 450 539-1606 1 888 730-6666
FAMILLEBESSETTE.COM



À NE PAS MANQUER

par : Marguerite Campbell

LA FRITE À TI-PIT

Vous vous demandez bien qui est Ti-Pit?

Eh bien c'est un monsieur très sympathique qui avait reçu cette épithète de son père quand il était encore très jeune. Devenu jeune homme il avait demandé à son père de le financer pour s'acheter une cantine qui était à vendre ici à Waterloo, ce gentil monsieur est natif de Waterloo. Son père ayant refusé, évidemment, il n'a donc pu l'acheter mais ne l'a jamais oubliée. À sa retraite il a décidé de la reproduire en cabane pour oiseaux. C'est même son père qui lui a suggéré ce titre.

Et c'était parti...il ne s'est plus arrêté...



Photo : M. Campbell, 2014

Cet artiste-né se nomme Robert Lefebvre. Son père se nommait Richard et sa mère Gabrielle Lussier, sœur de Lucien Lussier. Cela vous dit quelque chose? Qui plus est, je suis allée à l'école avec ses sœurs Claudette et Suzanne. C'est toujours un plaisir de savoir après tant d'années ce que sont devenus les amis.

Robert est un passionné de patrimoine bâti comme on peut le constater avec ses nombreuses cabanes qui illustrent des bâtiments de la région des Cantons-de-l'Est, aujourd'hui disparus, comme notre théâtre Star, qui s'est envolé en flamme en 1978.

Ces œuvres d'une touchante ressemblance avec les originaux nous montrent, en miniature, toutes sortes de produits qu'on ne trouve plus aujourd'hui, ou tout simplement des petits détails comme des noms d'emballages anciens. On y trouve des maisonnettes, garages, commerce de toutes sortes, une église, une gare, une cabane à sucre et même une bécosse... oui cela aussi fait partie de notre patrimoine.

Chacune des maisonnettes est signée, un logo est inséré sur le mur arrière de chacune des pièces. Elles sont toutes très belles...trop belles pour les mettre à l'extérieur. En fait, ce sont des pièces pour collectionneurs.



Photo : M. Campbell, 2014

Cette exposition intitulée « Des Œuvres et des Ailes » a lieu à Eastman dans la galerie d'art de monsieur Yves Duclos « Place du village » au 439, rue Principale.

Comme son titre l'indique l'exposition tourne autour des oiseaux. En plus des cabanes de Robert, on peut y admirer des œuvres très variées comme des peintures, des sculptures de bois et de cuivre émaillé, des bijoux, des œuvres sur verre et évidemment des photographies, toujours sur le thème des oiseaux.



Photo : Marguerite Tate

Maintenant, devinez quelles pièces musicales servent de fond...eh oui de la musique classique avec des chants d'oiseaux enregistrés par notre bon ami Maurice Singfield.

Cette exposition se tient sous le patronage de Pierre Verville qui est membre honoraire permanent du Regroupement QuébecOiseaux.

À NE PAS MANQUER



Photo : Marguerite Tate

LAVALLÉE, LACASSE & POIRIER

NOTAIRES - NOTARIES

4547, rue Foster, Waterloo, Québec, JOE 2N0

TÉL. : 450 539-4228



Me Sylvain Lavallée, notaire

Me Sonia Lacasse, notaire

Me Tania Poirier, notaire

Détenteur des greffes de
Jacques St-François, Yvon Lemire, Gilles Dupuis et
Antonio Grandpré.



**Pharmacie
Richard Auger**
Pharmacien-propriétaire

Richard Auger,
Pharmacien-Propriétaire
4900, rue Foster
Waterloo (QC) JOE 2N0
T 450 539-1686
F 450 539-5154

Lun. au vend.
9h à 21h

Samedi
9h à 17h

Dimanche
9h à 15h

Service de livraison

membre affilié à
Proxim

www.groupeproxim.ca

CHIROPRATIQUE FAMILIALE



Dr André Paquin

Chiropraticien, D.C.

450 539-4999

566, rue de la Cour
Waterloo, Qc
JOE 2N0



ON NE TOUCHE PAS AUX BERGES!

par : **Denise Papineau,**
conseillère municipale

La Politique de protection des bandes riveraines du Québec est complexe et implique plusieurs niveaux de gouvernement. Les propriétaires qui ont un plan d'eau, un cours d'eau, une zone humide ont l'obligation de protéger leur intégrité et de maintenir une bande riveraine de **10 à 15 mètres**. C'est un **minimum** à respecter. Dans certains cas, ça peut être plus.

L'esprit de la Politique

« Les rives, le littoral et les plaines inondables sont essentiels à la survie des composantes écologiques et biologiques des cours d'eau et des lacs. La volonté du gouvernement du Québec de leur accorder une protection adéquate s'est concrétisée par l'adoption de la Politique de protection des rives, du littoral et des plaines inondables. »¹

Cette politique est appliquée à la grandeur du Québec et les municipalités ont un rôle de premier plan pour l'appliquer et même la bonifier.

Extrait des restrictions

« Toutes les constructions, tous les ouvrages et tous les travaux qui sont susceptibles de détruire ou de modifier la couverture végétale des rives, ou de porter le sol à nu, ou d'en affecter la stabilité, ou qui empiètent sur le littoral, doivent faire l'objet d'une autorisation préalable. Ce contrôle préalable devrait être réalisé dans le cadre de la délivrance de permis ou d'autres formes d'autorisation, par les autorités municipales, le gouvernement, ses ministères ou organismes, selon leurs compétences respectives. Les autorisations préalables qui seront accordées par les autorités municipales et gouvernementales prendront en considération le cadre d'intervention prévu par les mesures relatives aux rives et celles relatives au littoral.

Pour assurer une pleine protection de la rive et du littoral des lacs et des cours d'eau, la Politique oblige les municipalités du Québec à contrôler les interventions qui peuvent y être effectuées en les assujettissant à une autorisation préalable (autorisation ou permis municipal). »²



En bref, avant de faire toutes interventions sur une distance de dix à quinze mètres de toutes rives, que ce soit la coupe d'arbres, l'installation d'un sentier, d'une plate-forme, d'un quai, etc., informez-vous auprès de votre municipalité. L'objectif est de protéger notre eau, source de toute vie. On ne

touche pas aux berges sans s'informer.

1. <http://www.mddep.gouv.qc.ca/Eau/rives/index.htm>, consultée le 9 mai 2014.
2. <http://www.mddep.gouv.qc.ca/Eau/rives/guide-interpretationPPRLPI.pdf>, consultée le 9 mai 2014.

PRENEZ GARDE AUX TIQUES*

Au cours des dernières années, la présence de tiques pouvant transmettre la maladie de Lyme a été documentée dans certaines régions du Québec et ce, particulièrement dans plusieurs secteurs de la Montérégie, dont le territoire du Canton de Shefford. En Montérégie seulement, 74 personnes ont été infectées en 2013.

La maladie de Lyme peut être transmise par la piqûre d'une tique infectée. Il existe plusieurs espèces de tiques. Toutefois, la seule espèce qui peut transmettre la maladie de Lyme est la tique *Ixodes scapularis*, aussi appelée « tique du chevreuil » ou « tique à pattes noires ». Ces tiques se trouvent principalement dans les forêts, les boisés et les hautes herbes. Le risque de se faire piquer est plus élevé entre les mois de juin et d'août, mais il faut rester vigilant jusqu'en automne.

Les personnes faisant des activités de plein air en forêt (randonnée à pied ou à vélo, coupe et ramassage de bois, camping, chasse et jardinage à proximité d'une forêt), les enfants jouant dans le bois et certains travailleurs (voirie, moniteurs de camps d'été) risquent davantage d'être exposés aux tiques.

Afin de profiter pleinement des bienfaits de l'activité physique à l'extérieur, l'adoption de certaines mesures de précaution est recommandée, surtout dans les endroits où se trouvent les tiques :

Porter des pantalons longs, des souliers fermés et des bas, et appliquer un répulsif contenant du DEET;

Prendre une douche dès le retour à la maison;

Savoir reconnaître une tique et la retirer

le plus rapidement possible, compte tenu que le risque de transmission est très faible avant 24 heures et augmente avec le temps;

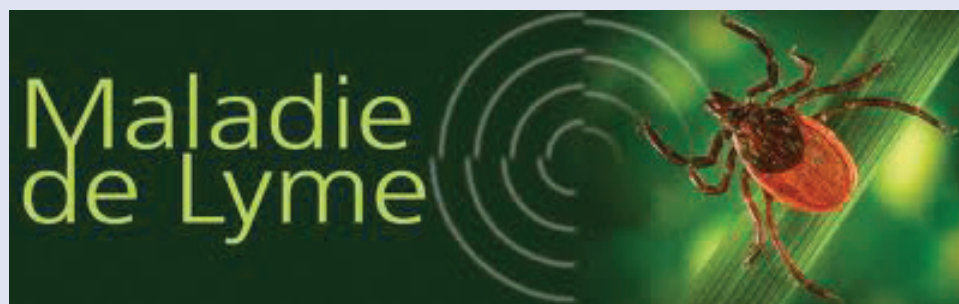
Consulter un médecin si vous présentez des symptômes (fièvre, maux de tête, fatigue et une éruption cutanée mesurant au moins 5 cm) dans les 30 jours suivant une piqûre de tique. Les antibiotiques sont habituellement utilisés pour traiter avec succès la maladie;

Éviter que les tiques s'installent près de

vos domicile en tondant la pelouse régulièrement, en ramassant les feuilles et les débris, et en éloignant les aires d'activités et de jeux des zones boisées.

Pour obtenir davantage d'informations de nature générale sur la maladie et les mesures préventives à prendre, dont les précautions pour réduire l'habitat des tiques près de votre résidence, consultez le site www.maladiedelymeMonteregie.com.

* Source : Agence de la santé et des services sociaux de la Montérégie.



Événements à venir

Conférence nature

Dimanche 8 juin

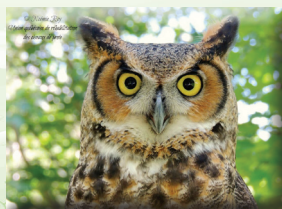
De 10 h à 12 h

Parc de la Mairie

Beau temps mauvais temps !

Conférence sur les oiseaux de proie, présentée par l'Union québécoise de réhabilitation des oiseaux de proie. Oiseaux vivants sur place. Conférence pour toute la famille !

Apportez votre chaise - Gratuit - Bienvenue à tous



Nouveau

Un air d'été

Dimanche 29 juin

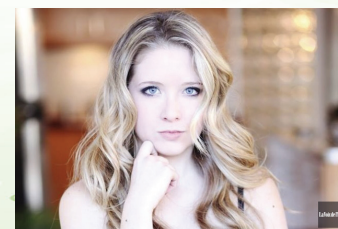
De 10 h 30 à 12 h

Parc de la Mairie

Annulé en cas de pluie

Prestation de «Vanessa Borduas, participante à La Voix 2» Auteure-compositeure-interprète de Granby, elle sera pour l'occasion accompagnée de ses musiciens.

Apportez votre chaise - Gratuit - Bienvenue à tous





Desjardins
Caisse populaire
de Waterloo

COOPÉRER ÇA RAPPORTE :

RISTOURNE²⁰¹³

CAISSE POPULAIRE DE WATERLOO

425 000 \$

5 624 457 \$

Depuis les 10 dernières années

Dépôt : fin mai 2014

Bonne fête des pères !

*Sache que, même si je ne te le dis pas souvent,
tu auras pour toujours une très grande place
dans mon cœur.*



Premiers Pas
Waterloo



Grandir avec Premiers Pas

Premiers Pas Waterloo est un nouveau service pour notre région ! Par des jumelages entre un bénévole qualifié et une famille épuisée, dépassée, Premiers Pas apporte un soutien à domicile aux parents d'enfants d'âge préscolaire:

- Pour favoriser la relation parents - enfants;
- Pour augmenter la confiance des parents en leurs habiletés parentales

- Accompagnez des familles qui ont de jeunes enfants entre 0 et 5 ans (formation fournie)
- Un maximum de 3h par semaine, selon vos disponibilités



Téléphonez à Stéphanie au
Centre d'action bénévole
450 539-2395



LA MAISON SOUTIEN AUX AIDANTS

Mardi, le 6 mai 2014, madame Thérèse Boutin remettait à madame Suzanne Tardif du CSRF-La Maison soutien aux Aidants un chèque de 1500 \$. Ce montant sera utilisé afin de soutenir des aînés ayant besoin de services de répit. Nous tenons à remercier la Fondation Laure-Gaudreault pour leur généreuse collaboration, ainsi que l'implication de madame Boutin qui est la responsable locale de la Fondation Laure-Gaudreault.



PERSONNES RECHERCHÉES !

Le sourire, le rire d'un enfant, le sentiment d'être utile, c'est ce que vivent les personnes bénévoles impliquées chez Premiers Pas. Venez partager avec eux votre expérience, votre énergie et votre temps. Un petit 3 heures par semaine pour changer le quotidien d'une jeune famille (enfant 0-5 ans). Tous les bénévoles impliqués ont droit à une formation de base, du soutien et de l'accompagnement de la coordonnatrice.

Une famille de la région n'attend que vous pour l'accompagner dans les grands défis de la parentalité.

Pour le recrutement des bénévoles, veuillez communiquer avec Stéphanie du CAB au 450.539.2395.

Emmanuelle Perras
Accompagnatrice famille Comité d'action local
de Waterloo et Région
450 775.5201



Premiers Pas
Waterloo

**Centre de
Jardinage**

*Serres
Ariane*

Bonne fête des Pères

Certificats-cadeaux

DE SUCCULENTS LÉGUMES FRAIS

- Cultivés dans un environnement sain certifié sans pesticide

DES AMÉNAGEMENTS PAYSAGERS DE RÊVE

- Annuelles
- Vivaces
- Arbustes / arbres
- Terre en sac
- Terre horticole en vrac
- Paniers de fleurs suspendus
- Plantes d'accompagnement
- Plantes d'intérieur
- Engrais bio



POUR LES JARDINIERS

Grande variété de plants de légumes et fines herbes en pot individuel de différents calibres.

**Aux Serres Ariane,
votre satisfaction est notre
raison d'être !**

537, 2^e Rang, coin route 241, St-Joachim



450 539.4166

**Votre PRODUCTEUR
depuis 1987
Ouvert 7 jours**

Le journal publie les textes de cette page dans leur intégralité, sans les modifier.

Manger santé...



Marika Vautour,
étudiante

Une nouvelle mode est entamée, 2014 nous transporte dans le bonheur, l'harmonie d'esprit et la *santé*. Les femmes *aiment, prient et mangent*, mais aussi les hommes, les enfants et ceux dans le milieu : *Facebook, Twitter* et *Instagram*. Il n'y a qu'à défiler les pages d'accueil de nos réseaux sociaux favoris: *#santé, #smoothie, #vert, #vivant, #sogood*. Le phénomène est assez particulier, mais j'ai l'impression qu'ils démontrent une belle volonté chez les Québécois : être reconnu comme ceux qui prennent soin de leur corps et de leur esprit *#allezhop!augymcesoir*. Je traîne mon doigt sur ma souris faisant glisser la roulette de celle-ci: jeune fille en short au gym, amis tout sourire au sommet d'une montagne, pouce en signe de victoire devant une salade étrange, quinoa, chia, lin, avocat et eau citronnée: les photos au fini *processus terne* envahissent mon mur. Leur vie semble sentir bon et j'en suis presque jalouse avant de me rappeler que je connais tous ces gens (mais enfin, presque). Ce sont mes amis, des amis de mes amis, des oncles et des tantes, frangins, frangines, ex de l'autre, voisin de casier, collègues d'école et de bureau, mais bref, et je vous ai tous tendrement démasqués. Parce que si la fenêtre qui vous sépare entre le monde réel et votre profil Facebook vous semble assez solide, et bien, figurez-vous que la frontière entre vous et moi, non. J'étais avec *toi* quand tu as *choké* le gym pour une poutine, j'étais avec *toi* quand tu as desséché le pot de Nutella avec ta cuillère en bois, quand la bière de trop est entrée, quand le lunch offert gracieusement par le cinéma te semblait meilleur que ton souper, que dormir jusqu'à 16h00 faisait partie de ton horaire quotidien, qu'engloutir trois tasses de spaghetti était ta raison de vivre parce que *Dieu que c'est bon la sauce à spag à maman!*, j'étais là. Et pis, je ne me rappelle aucun *Snapchat*, aucun *Instagram*, aucune photo *Facebook*. Aussi bien te dire que je t'aperçois parfois à l'épicerie. Ton panier contient rarement plus de pommes que de Poptarts. Mais j'les vois pas sur Internet tes toasts emballés (*#surconsommation*) au crémage sucré (*#sodirt #tellementgras*). Comme quoi les vices sont mieux chez-soi qu'affichés n'importe où, je ne suis peut-être pas si mal après tout. Vive les overdoses de téléseries et de nourritures influentes pour les fesses: *#Merci Illico&McDo*.



Nathalie Benoit

Attention: je vais vous dire des obscénités. Terrine de sanglier...magret de canard...homard dégoulinant dans du beurre à l'ail...brie fondant au Porto. Décus? J'ose espérer que ça choque au moins quelques végétaliens! Pardonnez-mon délire: j'en suis à ma quatrième rédaction. Le thème ne semble pas stimuler mon inspiration. Manger rime pourtant avec bonheur. Vous connaissez sûrement des excessifs, portés à consommer à outrance les nombreux plaisirs de la table; je suis l'une d'eux. Comment ne pas saliver à la pensée d'un mille-feuille, de hummus, d'une montagne de crème sûre sur une patate au four, d'un nuage de crème fouettée dans la paume d'une main? Sans parler des fromages: avec moi, un morceau de Oka ne survivra jamais une semaine!

Manger santé, vous dites? J'ai la chance de compter sur un conjoint qui cuisine bien, improvise bien et ne lésine pas sur les légumes. Nous alternons entre modération et substitution: le sirop d'érable plutôt que le sucre, les légumineuses plutôt que la viande, les fines herbes, etc. Mais de là à devenir entièrement végétarien, alors que je viens à peine de m'aventurer dans le succulent territoire des viandes sauvages? Ça peut attendre. Je suis aussi très ouverte aux crudités pour remplacer les croustilles, tant qu'elles puissent être enrobées d'une trempette. Il reste encore beaucoup de place pour l'amélioration: entre un yogourt et du gâteau au fromage, mon coeur penche dangereusement vers le second choix. Heureusement, mon récent statut de parent me motive à modifier ma diète: on est tenté de se préserver, comme on veille à la santé de ceux qu'on aime. Souvent, il m'arrive de rencontrer des adeptes d'une forme extrême de manger santé, où ceux-ci manifestent plus de frustration que santé. Ce n'est pas une majorité, mais une présence suffisamment importante, pour soupçonner ces individus d'adopter leurs nouvelles habitudes alimentaires depuis peu; le jugement--et la saveur semblent avoir été oubliés dans leur nouvelle diète. Voilà: je viens de trouver mon blocage avec le sujet! Quant à la malbouffe, j'arrive à y résister avec une surprenante facilité... Dixit la fille qui vient aujourd'hui d'engloutir deux bons roteux, avec une grosse patate. Ne vous en faites pas: je culpabilise déjà beaucoup et mon corps se charge de me rappeler, qu'à l'aube de ma quarantaine, ça fait plus de mal que de bien. "Pour un plaisir, mille douleurs", chantait Richard Desjardins.



Pierre-Luc Hébert,
étudiant

Je dois admettre qu'encore une fois, le sujet de ce mois-ci me déstabilise. Manger santé? 350 mots? Voyons donc je ne suis quand même pas pour faire une recette. Quoi que ça pourrait être comique surtout que la seule chose que je fais sans problème est un steak saignant. Bon je vois que vous insistez alors voici la recette.

- | | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|--|
| - Aller à l'épicerie | - Prendre un steak | - Payer le steak |
| - Retourner à la maison | - Prendre le steak | - Enlever l'emballage |
| - Le mettre dans le poêlon | - Partir le poêle à High | - Attendre un peu, mais pas beaucoup |
| - Virer le steak de bord | - Attendre un peu, mais pas beaucoup | - Arrêter le poêle |
| - Mettre le steak dans une assiette | - Manger | - Sourire parce que le steak était bon |
| - Laver le poêlon et l'assiette | | |

Voici ma recette du bonheur à la Pierre-Luc. Je vous dirais bien comment faire cuire des pâtes, mais je suis vraiment un piètre cuisinier avec des pâtes. Trop cuites, pas assez cuites, collées dans le fond, encore croustillantes. Elles ne goûtent jamais, jamais, jamais comme celles de ma mère. Même la sauce j'ai de la misère à la faire cuire. On dirait qu'elle est prête à exploser à tout moment. La chronique de ce mois-ci est courte, mais quand c'est le temps de manger santé il faut couper les portions. Voici donc votre chronique santé de l'année.



Dominique Ouellet,
pompier

Manger santé...mais c'est facile. Il suffit de suivre le guide alimentaire canadien : tant de portions de fruits, de légumes, de protéines animales ou végétales, de produits laitiers, pas trop de sucre, pas trop de sel et le plus possible sans gras trans! C'est ce qu'a tenté de faire une famille québécoise, il y a quelques années. Je me souviens du reportage diffusé à la télévision. En plus de suivre le guide alimentaire canadien, ils ont décidé d'acheter, le plus souvent possible, des aliments biologiques et locaux. Le constat, après une année complète de ce régime, fut qu'ils s'étaient endettés de façon alarmante et n'avaient donc pas les moyens de bien s'alimenter sur une base continue. Vous avez sans doute remarqué comme moi, à quel point depuis plusieurs années, la facture de l'épicerie a augmenté considérablement...bien plus vite que l'indice d'inflation, et surtout plus vite que nos augmentations salariales; pour ceux qui en ont bien sûr!! Ce que je veux dire, c'est que ce n'est pas nécessairement par manque de volonté que les gens s'alimentent moins bien mais par manque de moyens. C'est que cela coûte cher « manger santé ».

Prenez l'une de mes sœurs par exemple. Je peux en parler sans craintes puisqu'elle n'habite pas la région. Ma sœur, donc (qui a cinq enfants et qui la plupart du temps constitue le seul revenu familial), n'a pas les moyens de nourrir les siens avec de beaux piments biologiques, locaux remplis de bonnes vitamines. Lorsque nous allons la visiter, on s'empiffre de crottes de fromage et de coca-cola suivi d'un magnifique gâteau, « full » sucre et « full » gras trans. N'empêche, je l'aime ma petite sœur mais je suis inquiet pour sa santé. Remarquez, c'est parfois aussi une question de choix. Ma sœur a payé sa maison en 15 ans, tandis que mon niveau d'endettement semble flotter juste au-dessous de la ligne critique.

Toutefois, je crois aussi que c'est un choix politique et social. À ce que je sache, les grandes porcheries reçoivent encore des subventions pour produire du porc qui est vendu à 80% à l'étranger. En passant, 100% du purin reste au Québec! Je ne sais pas à quel niveau notre gouvernement aide les producteurs locaux et biologiques à produire des aliments de qualité et à bon prix, mais de mon point de vue, c'est nettement insuffisant. Sur ce, bonne journée et surtout bon appétit!

N.B. L'alimentation est devenue une industrie et comme toutes les industries, elle est en place pour faire du profit. Mais à quel prix?!!!



**Michel
Cormier**

Vous connaissez sans doute cette théorie qui dit que le simple battement d'aile d'un papillon peut déclencher une tornade à l'autre bout du monde. Eh bien, je l'ai expérimentée moi-même et comme vous le constaterez, le résultat peut être dévastateur.

Au départ il s'agissait d'une blague innocente et Dieu sait que j'en fais beaucoup. D'ailleurs, certaines mauvaises langues disent que si j'avais reçu un dollar pour chaque niaiserie que j'ai dite ou écrite, aujourd'hui je pourrais payer quelqu'un pour le faire à ma place. Mais selon d'autres langues, plus mauvaises encore celles-là, je suis tellement radin que je continuerais quand même.

Bref, qui pourrait croire qu'une plaisanterie anodine enclencherait une série d'événements qui allait démontrer à quel point la vie peut être cruelle !

La farce en question a été lancée lors d'une discussion que j'ai eue avec un voisin. Je lui parlais d'un de mes beaux-frères qui vit en Abitibi et qui prétendait que sur les murs d'un grand magasin de Rouyn où on aurait normalement dû lire : « Nos prix sont les plus bas », on voyait plutôt : « Nos bas sont les plus prix ». Mettant en doute la véracité de ce lapsus, j'ai alors dit à mon voisin : « À beau mentir qui vient de Rouyn ! » C'est le plus sérieusement du monde qu'il m'a rétorqué : « Oui mais à East-Angus aussi il y en a des menteurs. » Vous aurez compris que mon voisin est aussi plate qu'une assiette. D'ailleurs

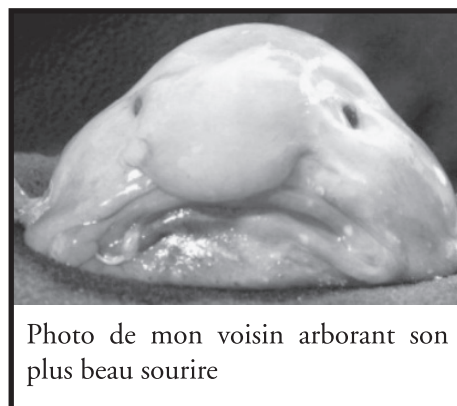


Photo de mon voisin arborant son plus beau sourire

un bon jour, lui racontant la fameuse blague du gars qui possède 7 sous-vêtements, un pour lundi, un pour mardi etc..., je lui ai dit : « Toi tu dois être du genre à en avoir 12 : janvier, février, mars... » Il m'a placidement répondu : « Oui mais, je les change quand même à chaque jour. »

Je suis donc retourné chez moi vaquer à mon occupation favorite, ne rien faire à mon ordinateur, en me disant qu'il pourrait être amusant, pour une éventuelle chronique, de déformer des proverbes et/ou expressions; du jamais vu ! Donc en cherchant sur internet, je suis tombé sur un site (www.linternaute.com) qui entre autre, explique l'origine d'expressions françaises. Saviez-vous que « bâiller aux corneilles » doit en réalité s'écrire : « Bayer aux corneilles » et que dans cette expression n'a rien à voir avec un ennui profond. En fait, on utilise le mot bayer dans le sens où la personne a la bouche ouverte. En ce qui concerne les corneilles, au XVI^e siècle, on employait ce mot pour désigner un objet sans importance. Conséquemment, quand on baye aux corneilles, on fait quelque chose d'inutile et sans intérêt.

Au moment même où je lisais cette

L'EFFET PAPILLON!

définition, à la radio on parlait des résultats d'une étude sur le bâillement. Selon cette étude, le bâillement est contagieux, et plus on a d'empathie pour une personne, plus le niveau de contagion est élevé. Donc, plus une personne est émotivement proche, plus il est facile de la faire bâiller. Je me suis alors dit : « Tiens, tiens, voilà l'occasion de confirmer l'attachement de ma conjointe. » Ce n'est pas que je doutais mais c'est toujours plaisant de sentir que l'on est important pour quelqu'un. Évidemment, après 18 ans de vie commune, les marques d'appréciations se sont transformées. Par exemple, récemment, j'ai eu beaucoup de difficulté à fixer un luminaire car je ne trouvais pas la poutre dans le plafond. J'ai alors lancé : « Y'a pout-pout (pas d' poutre) ! » Cette blague qui m'aurait valu un « Ha ! Ha ! Ha ! T'es vraiment le gars le plus drôle que je connaisse » au début de notre vie commune, ne m'a rapporté qu'un : « Je vais aller finir mon lavage ! » et un long soupir de découragement. C'est sûr qu'après 18 ans de pout-pout...

Tout ça pour dire que je suis allé rejoindre ma conjointe qui travaillait sur le terrain, bien décidé à la faire bâiller d'amour. Elle était en train d'arracher des mauvaises herbes dans le jardin quand je lui ai décoché un beau gros bâillement sonore. « Si tu t'ennuies, il y a de l'ouvrage sur le terrain ! » Je me suis donc retrouvé à charrier des poches de terre et à égaliser le terrain tout l'après-midi et malgré que je lui ai bâillé dans la face à plusieurs reprises, aucune réaction de sa part. Je me suis dit qu'elle devait être trop absorbée par sa tâche et que j'aurais bien d'autres occasions plus tard. Effectivement, vers 18 heures, je

coupais des légumes pendant qu'elle préparait la salade, j'ai réessayé, cette fois, me décrochant presque le maxillaire. Sa réponse : « Ha, mets donc ta main devant ta bouche, tu craches dans la bouffe. »

Ma confiance commençait à être ébranlée, mais vous me connaissez, je ne me laisse pas décourager facilement. Je savais que durant le souper, j'aurais la chance de tenter une ultime tentative. Donc, on achevait le dessert quand elle s'est mise à me raconter que sa sœur l'avait appelée la veille et que leur autre sœur bla bla bla... Je me suis dit : « Voilà le moment idéal ! » J'ai alors bâillé avec toute l'affection d'un mari aimant et ce, en m'étirant sur la totalité de mes 5 pieds et 11 : « ARGGGHHHHH ! ». Et elle, au lieu de me bâiller amoureusement au visage comme j'étais en droit de m'attendre, elle me lance laconiquement : « T'as juste à le dire si je t'ennuie ! » Et la voilà qui s'en va à l'ordinateur.

J'étais dévasté. Après toutes ces années de vie commune, après avoir éduqué les enfants ensemble, après avoir surmonté toutes les épreuves de la vie à deux, me voilà incapable de faire bâiller ma femme ! Je me suis dit qu'à tout le moins, je devais bien être encore capable de la faire rire ! Je lui ai alors lancé : « Lis donc ma prochaine chronique pour le Panorama, voir ce que tu en penses. »

Je la regardais fixer l'écran de l'ordinateur en attendant qu'elle éclate de rire, mais elle s'est mise à... bâiller, mais bâiller au point où sa mâchoire inférieure rentrait quasiment dans le sternum. Que la vie peut être cruelle !



**HEURES
D'OUVERTURE :**

**Du mardi au vendredi
de 9 h 30 à 17 h 30**

et le samedi de 9 h à 17 h

*Venez voir notre grande sélection de
plantes pour la période estivale.*

5185 rue Foster, Waterloo 450-539-2090

Nous nous ferons un plaisir de vous servir.





**CHAMBRE DES
COMMUNES**

Réjean Genest, Député
Circonscription fédérale de Shefford

25, rue Dufferin, bureau 101
Granby, Québec, Canada J2G 4W5

Courriel : rejean.genest@parl.gc.ca

Téléphone : 450.378.3221 / Télécopieur : 450.378.3380



**LES ENTREPRISES
J. PONTBRIAND ENR.**

ACHAT ET VENTE DE MEUBLES, ANTIQUES ET USAGÉS
MATELAS, ÉLECTROMÉNAGERS

Sans frais : 1 800 584-0346

2267, Avenue du Lac ouest
Roxton Pond, Qc J0E 1Z0



Bur. : 450 372-2450 / Rés. : 450 378-2317
antiqueplus1@hotmail.com



**Cécile
Lachapelle**
thérapeute

La haine est une aversion profonde et violente. C'est une émotion ressentie envers quelqu'un qui m'aurait fait du mal ou causé du tort. C'est une hostilité intense envers quelque chose ou quelqu'un. La haine parle de ma colère et de mon insatisfaction envers quelqu'un. La haine me parle de moi-même, de ma déception par rapport à quelqu'un qui n'aurait pas agi comme je le voulais, m'y attendais ou le souhaitais. La haine peut avoir été déclenchée par quelqu'un qui m'a fait souffrir, m'a blessée ou nuit. La haine peut amener à condamner, à avoir

envie de détruire l'autre, de se venger. Dans la haine il y a souvent de la colère ou de la rage. Dans la haine, il y a une blessure que je ne veux peut-être pas admettre.

La haine n'est pas mal en soi, c'est une émotion comme une autre, sauf qu'elle peut m'amener dans un espace qui peut me nuire à la longue surtout si elle est démesurée par rapport à l'offense causée. La haine m'empêche d'avoir mon plein raisonnement lorsque mon émotion est trop grande. En premier lieu, il serait bon de se demander quel est l'évènement qui est à l'origine de ma haine, quelle en est la cause, elle a été déclenchée par quoi? Est-ce que l'intensité de ma haine

est justifiée par rapport à l'insulte? Est-ce que ma perception est faussée par une autre émotion qui serait cachée sous ma haine? Est-ce que dans le passé j'ai vécu quelque chose qui réveille aujourd'hui une vieille blessure? Est-ce que ça vaut la peine que je décide de prendre du temps pour haïr quelqu'un? La haine que j'éprouve émane d'un geste ou d'un évènement, mais l'intensité de la haine m'appartient. Elle parle de moi. Est-ce que ma façon de réagir à ce qui me déplaît ou me dérange est la haine? Est-ce que j'ai de la facilité à haïr? Il y a tout un pas entre je n'aime pas et je hais.

À la haine, s'ajoute souvent la rancune, qui elle inspire un désir de vengeance,

parce que je n'accepte pas ce qui est arrivé et que je le vis comme un préjudice. La rancune, m'empêche d'avancer parce qu'elle me maintient dans un état qui m'empêche de lâcher prise et de passer à autre chose. Il y a aussi la rancœur qui est un ressentiment que je peux éprouver, et qui elle, cache sous sa colère une tristesse d'avoir vécu une injustice ou une déception.

Si je reste dans la haine, à long terme, je me fais du tort à moi-même. Tant et aussi longtemps que je vis dans la haine, l'autre a du pouvoir sur moi et mes émotions. Lâcher prise sur l'évènement ou le geste ne veut pas dire pardonner et pardonner ne veut pas dire oublier.



**Marilynn
Guay Racicot**
rédactrice entre
Montréal et
Waterloo

Il fait nuit, le centre-ville est calme. Je pousse la vieille porte de bois qui s'ouvre sur un univers doux, réconfortant et chaleureux. Un sentiment à la fois étrange et familier m'envahit : j'ai l'impression d'avoir été téléportée dans le pays où la bruine, les falaises et les herbes vert fluo sont reines. Pourtant, je me sens plus que chez moi. Bienvenue au Bière-ô-Loo.

Des lanternes de ruelle et des flammes sur les tables éclairent timidement l'endroit, dont les murs sont tapissés d'affiches d'une autre époque. Je rejoins mes copains; on avait envie de se raconter nos vies autour d'une p'tite broue - les gars eux voulaient de l'eau de vie.

Coup d'œil au menu... Nom d'un Irlandais! La liste des bières et des whiskys est tellement longue qu'elle peinerait à entrer sur un parchemin.

Incapable de choisir, je demande conseil à la sympathique serveuse. En plus d'être tellement gentille (elles le sont toutes!), elle ne fait pas semblant de connaître ses boissons, oh que non!

Après de judicieuses recommandations, la table se remplit d'amertume aux abricots pour les filles et d'effluves irlandais pour les gars. Dans l'assommoir, je reconnais des visages qui ont fréquenté l'école secondaire Wilfrid-Léger en même temps que moi. Et d'autres, au moins 20 ans auparavant! C'est beau de voir les générations se mêler sans que ça jure.

Pendant que tout le monde trinque sans s'énervier, le tenancier se faufile entre les tables, le minois en l'air, bien fier. Bonjour-bonsoir, il prend le temps de saluer les convives.

Les soirs que je préfère, c'est quand le juke-box passe le micro aux petits chansonniers. Pleine d'admiration, je ne me lasse pas de les écouter jouer leurs

jolies mélodies. Une fois, mes copines et moi, on a fait fi de l'étroitesse de l'endroit et on a dansé en ligne pendant que la guitare se faisait aller. C'était la fête.

Je suis tellement ravie d'avoir enfin une buvette sans bavures dans ma ville

à moi. Ce lieu est le remède aux maux de l'hiver, et la fraîche rosée après une chaude soirée d'été. Quand j'aurai de la visite montréalaise, c'est ici que je l'amènerai avec fierté. Mais il faudra que je la prévienne : il est fort possible qu'elle succombe à cette grande séduction.

MOT DU PASTEUR « La valeur du père »

Par David Naud

Dans les prochaines semaines, je continuerai une série de messages à l'église sur les valeurs. Les valeurs, c'est ce qui est vraiment important pour nous, c'est ce qui est central. Avec la fête des pères qui approche, je veux vous parler de la valeur inestimable d'un père. Ce n'est pas pour rien que la bible nous dit d'honorer son père.

J'ai lu plusieurs statistiques qui expliquent que l'absence du père dans la vie d'un enfant amène une forte probabilité de délinquance. On peut parler également de carence affective, de trouble d'identité et d'affirmation. Le père apporte la sécurité et la stabilité dans le foyer. C'est lui principalement qui définit l'identité de sa fille ou de son garçon par ses paroles et ses gestes d'approbation. Lorsqu'il dit à sa fille : « tu es intelligente, tu es jolie, je suis fier de toi ! » Ou à son garçon : Tu as de bonnes idées, tu es courageux, tu vas aller loin dans la vie ! » Il bâtit ainsi l'estime et l'identité de son enfant.

Papas, réalisez pleinement aujourd'hui votre rôle de père, soyez présents et prenez votre place positivement et avec assurance dans le foyer en édifiant la vie de vos enfants.

Messieurs et chers grands-papas, réalisez également votre importance dans la vie des petits-enfants autour de vous, peu importe votre âge. Peut-être vos petits-enfants n'ont plus de père ou un père très absent, votre rôle vient de doubler d'importance ! J'ai entendu la semaine passée le témoignage émouvant d'un jeune homme de 20 ans aux funérailles d'un homme de 76 ans. Il partageait à tous combien cet homme, sans lien de parenté mais comme un simple ami de la famille, à jouer le rôle de père et de grand-père à son égard depuis son enfance. Cet être cher alors dans la soixante, avait constaté le besoin de ce garçon et avait décidé d'être là pour lui. Les larmes aux yeux, le jeune homme a exprimé toute sa gratitude envers le défunt. Ce dernier avait été le premier à se lancer la balle avec lui. Il avait été le seul homme à lui enseigner « la vie ». Il avait fait de lui l'homme qu'il est aujourd'hui.

Voulez-vous laisser une telle marque positive dans la vie d'un enfant ? Donnez votre présence masculine lors des petits moments comme lors des grands moments de la vie d'un enfant. Il y a certainement une jeune mère que vous connaissez bien qui apprécierait votre aide !

Je termine en disant que si votre père a été absent ou a laissé une marque malsaine sur votre vie, il n'est pas trop tard pour découvrir la présence et l'amour du Père des pères. « Je serai pour vous un père, Et vous serez pour moi des fils et des filles, Dit le Seigneur tout-puissant... Béni soit Dieu, le Père de notre Seigneur Jésus-Christ, le Père des miséricordes et le Dieu de toute consolation (2 Corinthiens 6:18 et 1:3). Approchez-vous de lui avec confiance en Jésus. Il ne peut vous décevoir, il n'est pas un homme ou une religion ! Il est Dieu.

Pour visionner les vidéos des messages : www.apdgranby.org. Si vous avez des questions ou désirez me rencontrer, je suis disponible au (450) 375-6946 ou à pasteuraud@gmail.com.



**DÉBOSELAGE
ET
PEINTURE**

**ANDRÉ MAROIS
& FILS ENR.**

DEPUIS 1976

MICHEL MAROIS, Propriétaire

Spécialité : Peinture vernis

ESTIMATION POUR ASSURANCES

- Estimation gratuite en tout temps •
- Fin de semaine sur rendez-vous •

TÉL. : 450 539-3433
FAX : 450 539-2313
74, CHEMIN FOSTER / SHEFFORD, Qc

**Pare-Brise
Mobile
Waterloo Inc.**

PIERRE BROUILLETTE, prop.
TÉL. : 450 539-3143
CELL. : 450 776-5715

SPÉCIALITÉS :

- Vente et installation pare-brise
- Réparation pare-brise
- Vitre d'auto
- Rembourrage de siège de tracteur
- Toit ouvrant
- Démarreur à distance
- Antivol
- Système d'alarme
- Installation radio d'auto
- Possibilité d'installation sur place

Réclamation d'assurance

Heures d'affaires : Lundi au vendredi : 8:00 à 17:30 hres
Samedi : 9:00 à 12:00 hres

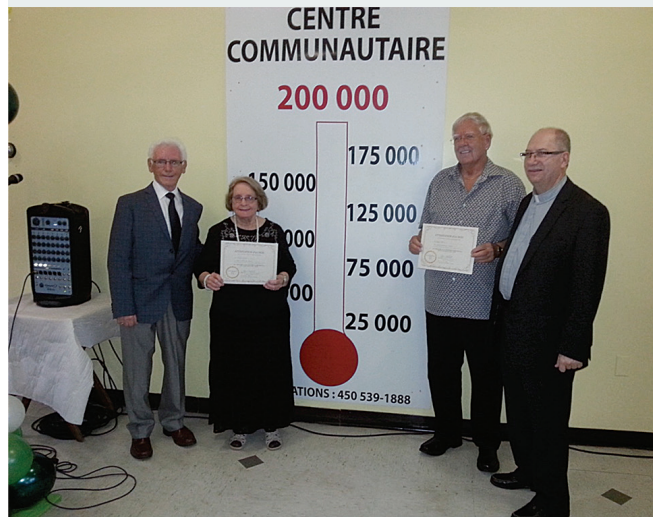
**8 NORRIS
WATERLOO, Qc J0E 2N0**

LANCEMENT D'UNE CAMPAGNE DE FINANCEMENT

Exceptionnelle de la paroisse St-Bernardin de Waterloo sous la présidence d'honneur de Mme Evelyn Courville, présidente de la fondation de Gérontologie Courville. Afin de poursuivre sa double mission de lieu d'évangélisation et de centre communautaire au cœur de la municipalité de Waterloo, la paroisse St-Bernardin doit trouver 200,000 \$ pour la réfection des toitures et les accès du centre paroissial et de l'église. La levée de fonds est proposée sous forme de prêts et de dons d'entreprises ou personnels.

Chaque don ou prêt, peu importe le montant, contribuera à la réalisation de l'objectif. Un taux de 3 % pour les prêts est consenti aux intéressés. Ces prêts seront remboursés sur une période de dix ans. Chaque année un certain nombre de prêts sera tiré au sort et remboursé incluant les intérêts accumulés. La paroisse St-Bernardin est un organisme sans but lucratif lui permettant de remettre des reçus pour don de charité.

Pour information : 450 539-1888, secretairstbernardin@hotmail.com



M. André Bélanger, président du conseil de fabrique de la paroisse St-Bernardin, Mme Evelyn Courville, Présidente de la fondation gérontologie Courville, M. William Pelletier, un paroissien, M. Alain Mitchell, prêtre

Garage André Giard & Fils inc.
Peinture et Débosselage

SPÉCIALITÉS : Retouche - Redressement de châssis - Cas d'assurance

Tél. : 450 372.2865
Fax : 450 372.4200

1048, Denison E
Shefford, Qc
J2M 1Y7

FABRICATION ET RÉPARATION

36, Dufferin, Waterloo, Québec

Atelier de Lutherie

HUBERT FRÉCHETTE

Téléphone : 450 539-5520



Centre d'Action Bénévole de Waterloo

10 143 MERCI pour le VINS et FROMAGES !

PROMUTUEL
ASSURANCE
PRAIRIE-VALMONT

Le Centre d'action bénévole de Waterloo tient à remercier chaleureusement les personnes qui ont assisté à cette DÉGUSTATION VINS ET FROMAGES qui a eu lieu le 7 mars dernier.

Un montant de 10 143 \$ a été amassé, cela va nous permettre de maintenir notre service d'aide alimentaire auprès des personnes qui vivent des difficultés temporaires. Un service essentiel 12 mois/année.

Merci à notre commanditaire majeur Promutuel Assurance Prairie-Valmont, nos partenaires et les membres du comité organisateur.

Un grand MERCI et au plaisir de vous revoir le 20 février 2015 !



De gauche à droite : Mme Josée Archambault, directrice du Centre d'action bénévole de Waterloo et Mme Noëlle-Ange Laramée Arès, présidente de Promutuel Assurance Prairie-Valmont.

LES ENTREPRISES ANDRÉE ET PASCAL

LES DÉPANNEURS

BONI SOIR

TOUJOURS PRÈS DE VOUS

La Sandwicherie

NOS SERVICES :

Buffet toutes occasions, repas froid ou chaud (fêtes, réunion, décès, etc.)

Un département de prêt à manger, préparé pour vous 6 jours semaine, mets cuisinés, sandwiches, sous-marins, croissants, salades, crudités, soupe, dessert et plus encore.

Gâteaux de fêtes ou toutes autres occasions.

17 LEWIS EST
WATERLOO, QC
450 539-0475

Chez-nous, il y a beaucoup d'amour dans tout ce que nous cuisinons

Marie Dubois et Lucie Courtemanche

Sutton
Courtiers immobiliers

450.531.2243

Évaluation et conseils gratuits
Bilingual services

884, rue Shefford, Bromont
groupe sutton-immobilier Estrie

VENDU en 29 jours

59 Bonaventure, Shefford

BROMONT
SHEFFORD
WATERLOO

C'est notre affaire!



**Hélène
Gélneau**

Mon invité du mois, détient une page d'histoire de Waterloo qu'il a accepté d'ouvrir lors de ma visite à son domicile. Il y est natif et l'a quitté que le temps de ses études. Me Lemire, notaire Yvon pour les intimes, a fait carrière ici pendant 45 ans avant de prendre une retraite bien méritée en février 2014.

Le petit gars de Waterloo a connu les années ou les religieux (Sœurs de la congrégation des Saints Noms de Jésus et de Marie et des Frères Maristes) occupaient une place importante dans les écoles de chez nous. Pour cause, il habitait rue Young voisin de ce qui a été la première école primaire pour les filles, devenu le point de services du CLSC de Waterloo et très près de la résidence des frères, aujourd'hui la garderie

Aîné d'une famille de 5 enfants dont le père est forgeron Yvon Lemire ne se souvient pas de son enfance comme d'une période où il a été très sportif. « J'ai bien joué au hockey pour le plaisir, sans pression » et j'imagine qu'il l'a fait sur la patinoire entretenue par les frères dans la cour de récréation, là où se trouve aujourd'hui celle de l'école St-Bernardin. Lui qui n'a jamais été très exigeant avec la vie avait pourtant un petit frère aux grandes ambitions. Il se souvient en riant, des moments où Maurice se déguisait en pape, rien de moins, pour aller faire rire les religieuses, qui l'aimaient beaucoup ce petit-là. Non, il n'a pas réalisé son fantasme puisqu'il

UNE PAGE D'HISTOIRE



est devenu ingénieur. La boutique de forge de son père occupait, à ce moment là, le terrain rue Foster où est située l'étude de Me Jacques St-François. Yvon et son frère aident leur père pendant les vacances. Il travaillera aussi au ministère des Transports qui avait un bureau à Waterloo. Son pire souvenir de travail d'été c'est l'emploi qu'il a occupé, très peu de temps, mais suffisamment pour le marquer (ce qu'on appelait la shop de peau sur la rue Allen) « que ça puait la dedans. J'étais incapable de dîner j'avais mal au cœur. » Vous avez compris que c'était une tannerie.

Après un cours classique à Granby et trois ans à l'université de Sherbrooke en 1969, Yvon revient chez lui et se joint à l'étude de Me Dupuis. Entre temps, ses parents se sont construits sur le bord de la rivière et la forge s'installera là où l'on trouve maintenant des condos, rue Lewis. C'est aussi là que sa mère Bernadette trouvera le temps et

l'inspiration pour revenir à son ancien loisir, la peinture.

Ce gars qui se dit non sportif mange pourtant du hockey depuis les années 76. C'est à ce moment que madame Dolorès Bélanger qui occupait le poste de secrétaire pour le tournoi National Pee Wee de Waterloo manifesta son désir d'être remplacée. Habile dans la paperasse, de par sa profession, M.

Lemire accepta de prendre le relais. Depuis tout ce temps, il assume ce rôle. Le tournoi ne dure que deux semaines, mais sitôt fini les organisateurs doivent s'installer pour la préparation du prochain. C'est un travail de longue haleine qui continuera à occuper son temps, maintenant qu'il est à la retraite.

Toujours installé dans la maison familiale où la fratrie se retrouve parfois. M. Yvon Lemire compte prendre des bons moments de lecture, de pénibles heures de jardinage et aussi profiter de la piste cyclable qui passe derrière chez lui. Si vous le rencontrez, en plus de le féliciter pour son implication au tournoi National Pee Wee demandez-lui combien de kilomètres il a parcourus sur son vélo depuis ma visite. AH! AH! AH!

À noter que son greffe et celui de M. Dupuis dont il avait pris la relève sont maintenant transférés à Me Sylvain Lavallée.

Bonne retraite et merci pour ces années d'implication, passées et à venir, dans notre communauté.

Santé Courville de Waterloo

Un centre spécialisé pour les personnes âgées en perte d'autonomie, qui désirent d'excellents soins et services de longue durée.

Fièrement au service de la population de la région de la Haute-Yamaska depuis 1935

Un environnement conçu afin de vous prodiguer les services dont vous avez besoin, dans une atmosphère plaisante et sécuritaire.



Pour plus d'information, appelez-nous au 450 539-1821 ext. 231, ou visitez notre site Internet www.santecourville.com.

Notre personnel courtois et respectueux vous offre :

- des soins infirmiers 24 sur 24
- dans un véritable milieu de vie où il fait bon vivre
- des repas délicieux que vous aurez le temps de savourer
- une foule d'activités adaptées à vos goûts et capacités

La qualité de nos services est reconnue par le Conseil canadien d'Agrément



*Le cœur qui aime
et les mains
qui donnent*

Notre bâtisse est construite selon les plus hauts standards :

- chambres privées spacieuses avec salle de toilette privée
- système de sécurité, de communication, de cloches d'appel, etc.

5305 avenue Courville, Waterloo (Québec) J0E 2N0

POUR HÉLÈNE



L'équipe du journal « Panorama » désire remercier notre consoeur Hélène Gélneau pour l'excellent travail qu'elle a toujours fait dans sa chronique Entre Aînés. Hélène est une femme généreuse et affable. Tout le monde apprécie grandement sa compagnie.

Rassurez-vous, elle ne nous quitte pas définitivement. Elle couvrira encore des événements spéciaux mais laissera quand même un grand vide dans nos pages. Sa façon de présenter ses chers aînés était inimitable. Elle savait trouver les mots qui allaient chercher les souvenirs souvent enfouis dans la mémoire des personnes âgées ou tout simplement retraitées. Hélène restera, je le sais, encore très active dans d'autres domaines. Et surtout... essaie de te reposer un peu.



VOUS AVEZ DE LA LAINE À DONNER

«Vous avez de la laine véritable ou synthétique et n'en voulez plus et cherchez à la donner. Nous, les membres du Cercle de Fermières du Québec de Waterloo, serions intéressées à les utiliser pour faire des tricots pour les bébés des hôpitaux de Cowansville et Granby ainsi que des pantoufles pour les enfants et les grands qui en ont besoin. Vous pouvez contacter Andrée Binette au 819 300-0654 ou Nicole Côté au 450 539-0141. Soyez assurés que toute la laine sera utilisée à bon escient.»

DÉJEUNER FÊTE DES PÈRES FATHER'S DAY BREAKFAST

Dimanche 15 juin 2014/Sunday, June 15, 2014
8 h 30 à midi 30/8:30 a.m. - 12:30 p.m.
Adultes/Adults: \$8.00 / Enfants 6-12 ans/Children 6-12: \$4.00
La Légion Royale Canadienne/Royal Canadian Legion
77, Lewis Est, Waterloo
Bienvenue à tous / Everyone Welcome

Nos B.B.Q.'s débutent, pour l'été, le vendredi 6 juin 2014, de 17 h à 19 h, et à tous les vendredis, jusqu'au 26 septembre 2014.
Bienvenue à tous! Invitez vos amis!

Our summer B.B.Q.'s will begin on Friday, June 6, 2014, from 5-7 p.m. and will continue every Friday, until September 26, 2014.
Everyone is welcome! Bring a friend!

Légion royale Canadienne/Royal Canadian Legion, 77 Lewis Est, Waterloo

L'UNITÉ PASTORALE VOUS INFORME...

ST-BERNARDIN ET ST-JOACHIM

RESSOURCEMENT SPIRITUEL

Venez vivre un temps de **ressourcement spirituel le jeudi 11 juin à 19 h dans l'église de St-Bernardin**. Vous y retrouverez un temps d'écoute, un temps de partage et un temps de prière. Bienvenue à tous!

INSCRIPTIONS pour le parcours de catéchèse 2014-2015

Si vous avez des enfants âgés de 8 ans au 30 septembre prochain ou si vous connaissez des familles qui souhaiteraient inscrire leur enfant il suffit de téléphoner au secrétariat dès que possible.

Mettez à votre agenda :

- Encan annuel bénéfice de St-Joachim le 3 août
- Tournoi de golf bénéfice St-Bernardin le 24 août

CAMP BIBLIQUE

C'est avec beaucoup d'enthousiasme que la paroisse St-Bernardin propose pour une huitième année, **une semaine de camp biblique, «À la découVerte»**. Ce camp s'adresse à tous les enfants âgés de **6 à 13 ans**, 20 \$ pour le premier enfant, 10 \$ deuxième enfant, 5 \$ troisième enfant et +. Le camp se tiendra du **7 au 11 juillet inclusivement**, et les activités se dérouleront dans les locaux du centre paroissial de 9 h à 15 h.

Pour les inscriptions, téléphoner au secrétariat jusqu'au début juin, 450 539-1888

Parlez-en à votre entourage!



SOCIÉTÉ D'HORTICULTURE TOURNESOL DE WATERLOO ET RÉGION

Mercredi 4 juin à 19 h, à l'hôtel de ville de Waterloo, conférence par **Larry Hodgson**, chroniqueur et auteur de nombreux livres d'horticulture. Le sujet de sa conférence: « Plantes sans soucis ». Pourquoi se chamailler avec des plantes difficiles?

Avec son humour habituel, monsieur Hodgson nous fait découvrir des dizaines de plantes qui n'ont besoin d'aucun, mais vraiment aucun entretien.

Activité:

Samedi 7 juin de 9 h à 12 h. **Vente annuelle de plantes** par les membres de la Société d'horticulture, au terrain de l'église St-Bernardin de Waterloo. Vivaces, annuelles, boutures, fines herbes, plants de tomates.

Info. : Marcelle Normandin : 450 539-2740 / shtwloo@icloud.com

COMITÉ ANGLOFRANCO

Prenez avis que le Comité AngloFranco ayant son siège au 48, rue Young à Waterloo, a décidé de procéder à sa dissolution. Pour information : Mathieu Charland-Faucher au 450 375-9497 poste 6506.



F A D O Q

La Fadoq de Waterloo vous invite à son souper de fin d'année le **4 JUIN** à la salle Quartier Sportif anciennement la salle des Chevaliers. Les billets sont disponibles auprès des membres. Ne manquez pas les activités au parc Hémond tout rénové pour vous. Ouvert en soirée les mardis. Venez en grand nombre!

TOURNOI DE GOLF

SAMEDI LE 14 JUIN 2014

au club de Golf Waterloo sur le parcours Napoléon
les profits iront pour le financement de la réfection des toitures de l'Église et du Centre Paroissial.

Le souper aura lieu au sous-sol du Centre Paroissial (L'Église St-Bernardin)

Les coûts sont de 85 \$ - Golf, voiturette, souper

60 \$ - Golf et voiturette

25 \$ - Souper / Heure du souper 18 h 30

Pour information : Jacques Beauregard au 450 539-1329 ou

Stephen Sullivan au 450 372-0238

TOURISME WATERLOO ET MAISON DES JEUNES

Est à la recherche d'étudiants pour emploi d'été.

Veuillez nous contacter au :

exitdewaterloo@gmail.com ou tourismewaterloo@live.ca

CERCLE DES FERMIERES

L'assemblée générale du Cercle de Fermières de Waterloo aura lieu le **10 juin 2014 à 18 h** au restaurant Maurice Pizza

Bienvenue aux membres

Info: Diane Norris : Tél : 450 539-0618

CLUB HORTICOLE DE BROMONT

Un jardin attrayant en toutes saisons par **Albert Mondor, horticulteur et chroniqueur horticole**. Cette conférence vous permettra d'associer adéquatement des végétaux en fonction de leurs formes, de leurs couleurs, de leurs sociabilités, de leurs exigences et de la saison. Étant donné la grande popularité de monsieur Mondor, la même conférence est offerte à deux reprises, soit les: mercredis 11 juin et 18 juin à 19 heures au Centre Culturel St-John, 593 rue Shefford, Bromont. Gratuit pour les membres, 10 \$ pour les non-membres.



CLUB DE TENNIS FRANÇOIS GODBOUT, HÔTE DE LA FINALE RÉGIONALE DE TENNIS

C'est sous la présidence d'honneur de M. François Godbout, l'un des membres fondateurs des Jeux du Québec, que la Ville de Waterloo accueillera du 6 au 8 juin prochain, la finale régionale Richelieu-Yamaska de tennis des Jeux du Québec.

Les jeunes raquettes de la région batailleront ferme sur les terrains du Club de tennis François Godbout afin de se tailler une place sur l'équipe du Richelieu-Yamaska en vue des prochains Jeux du Québec. Les catégories, chez les filles et les garçons, qui tenteront de se classer sont les 10-12 ans, les 13-14 et les 15-16 ans.

La population waterlooise, les élus et les amateurs de tennis sont heureux d'accueillir cet événement en 2014. Cette discipline requiert intelligence, concentration et patience, ingrédients souvent porteurs de succès comme dans la vie. Cette compétition permettra de resserrer les liens entre adhérents et créera de belles amitiés en soi, de préciser M. Pascal Russell, Maire de Waterloo et Préfet de la MRC de la Haute-Yamaska.

Cette compétition se vaudra une occasion pour les jeunes de notre région, âgés de 10 à 16 ans, de vivre un rendez-vous compétitif en donnant le meilleur d'eux-mêmes et tout cela dans une ambiance de fair-play, d'ajouter Monsieur Godbout.

C'est à Longueuil, en début d'août, que la prochaine équipe, composée de 3 filles et 3 garçons, défendront leur médaille d'argent, acquise lors des deux dernières finales provinciales, celle de Gatineau en 2010 et de Shawinigan, en 2012, de préciser Pierre Boucher, de Tennis Brome-Missisquoi et organisateur de l'événement.

Une place pour les Premiers Jeux a aussi été accordée pour les jeunes de moins de 10 ans. En effet, le samedi matin, des surfaces de jeux seront réservées afin de donner à certains participants, l'opportunité de vivre une première compétition de tennis, de mentionner Simon-Pierre Bernier, enseignant à l'école St-Bernardin et recruteur de participants pour cette occasion.

Nicolas Gagnon-Boucher, qui agira comme entraîneur de tennis de la délégation du Richelieu-Yamaska pour une quatrième année d'affilée lors des compétitions provinciales par équipe, a rappelé les excellentes performances des jeunes depuis 2010. Le niveau de jeu sera relevé lors de la prochaine finale à Waterloo, car le talent se développe dans la région, précise l'entraîneur qui en a profité pour souligner le travail important que réalisent les clubs, les bénévoles et les entraîneurs comme Daniel Veillette, Benoît Ratté, Richard Soucy et Éric Gauthier.

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE WATERLOO

107 rue Lewis Ouest
Waterloo (Québec) J0E 2N0

BESOIN DE MATÉRIEL ORTHOPÉDIQUE ?

Le Centre d'action bénévole de Waterloo offre un service de prêt de matériel orthopédique. Nous sommes situés au 107 rue Lewis Ouest Waterloo. Nos heures d'ouverture sont du lundi au vendredi de 8 h 30 à midi et de 13 h à 16 h 30.

À votre sortie de l'hôpital, nous serions heureux de faciliter votre convalescence. Ce service de prêt est pour les résidents de Waterloo, Warden, Shefford et Saint-Joachim de Shefford. À votre disposition fauteuil roulant, béquilles, marchette ou autre type d'équipement et ce moyennant un dépôt en argent qui vous sera remis. Information demandez Chantal Rioux responsable du prêt de matériel orthopédique au 450 539-2395.

BESOIN DE FAIRE VOTRE LAVAGE?

Le centre d'action bénévole de Waterloo offre un service de buanderie communautaire. Nous sommes situés au 107 rue Lewis Ouest à Waterloo. Stationnement à l'arrière. Nos heures d'ouverture sont du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h, sans interruption.

Si cela vous intéresse de vivre l'expérience de nettoyer vos vêtements dans un décor chatoyant. Le Mouscadin c'est trois laveuses (1,25 \$) et trois sècheuses (1,50 \$). L'aménagement est conçu de façon à pouvoir s'occuper pendant le lavage. Télévision, magazines et jouets pour vos enfants sont à votre disposition. Également disponibles assouplisseur, savon à lessive, café, collation et Internet. Les prix sont à partir de 0.25 \$ à 2 \$. Service de monnaie sur place. N'attendez plus, venez vivre l'expérience du Mouscadin. Chantal Rioux responsable de la buanderie au 450 539-2395.



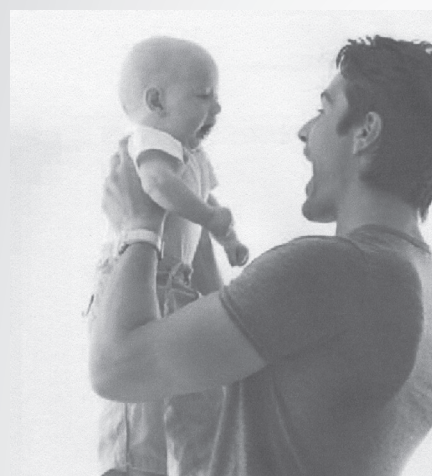
Desjardins
Caisse populaire
de Waterloo

Coopérer pour créer l'avenir

**PLUS
D'ACCESSIBILITÉ
ET**

**UNE FOULE DE
SERVICES...**

**VOTRE CAISSE SAIT
RÉPONDRE À VOS ATTENTES !**



**DES SERVICES
ACCESSIBLES
POUR GUILLAUME**

Durand

**OCCUPÉ
À FAIRE COUCOU**

Desjardins
Caisse du Sud de la Beauce
Coopérer pour créer l'avenir

• AccèsD

Payez vos factures, consultez vos comptes, virez des fonds et plus encore avec AccèsD Internet.

• Services mobiles Desjardins

Effectuez vos opérations courantes et obtenez de l'information financière où que vous soyez à partir de votre appareil mobile.

• Service téléphonique

Composez le 450 539-1023 pour parler à un conseiller du lundi au vendredi, de 6 h à 22 h, et les samedis et dimanches, de 8 h 30 à 16 h

• Conseiller en ligne

Entrez en contact avec un conseiller à partir d'un ordinateur ou d'un appareil mobile et discutez de vos finances en ligne.

• Conseiller en mouvement

Rencontrez un conseiller à l'endroit qui vous convient pour parler de vos finances.

• Financement hypothécaire 7 jours sur 7

Profitez de l'expertise et de la disponibilité des représentants hypothécaires de Desjar-

dins qui vont vous rencontrer à l'endroit et au moment de votre choix, soirs et week-ends inclus !

• 4 guichets automatiques Desjardins

Réalisez une foule de transactions avec votre Carte d'accès Desjardins.

NOUVEAUTÉ

Voici nos nouvelles heures d'ouverture depuis le 2 juin 2014

Siège social / Head Office

4990, rue Foster,
Waterloo (Québec) J0E 2N0
Tél. : 450 539-1023
Télécopieur : 450 539-3362

Pour tous les services /For all services

Lundi / Monday..... 10 h à/to 15 h
Mardi / Tuesday 10 h à/to 15 h
Mercredi / Wednesday..... 10 h à/to 19 h
Jeudi / Thursday..... 10 h à/to 19 h
Vendredi / Friday..... 10 h à/to 15 h

Centre de services Services Center

459, rue Knowlton
Ville du Lac Brome
(Québec) J0E 1V0
Tél. : 450 242-1270
Télécopieur : 450 242-1271

Pour tous les services /For all services

Lundi / Monday..... 10 h à/to 14 h
Mardi / Tuesday 10 h à/to 14 h
Mercredi / Wednesday..... 10 h à/to 14 h
Jeudi / Thursday..... 10 h à/to 19 h
Vendredi / Friday..... 10 h à/to 14 h

24 heures sur 24/7 jours sur 7 / 24 hours on 24/7 days on 7

www.Desjardins.com

Centre AccèsD / AccèsD center 1 800-caisse (224-7737)



La Compagnie de Théâtre Sauvageau
présente:

www.theatresauvageau.siteweb.com

UN MARI IDÉAL

d'Oscar Wilde

Mise en scène par Louise-Marie Dion

Distribution:

Danielle Cormier, Martin Emery,
Martin Giguère, Isabelle Richer,
Chantal Thibodeau, Monye Savaria,
Colette Demers, Jean-Marc Yockell,
Stéphane Therrien

Vendredi 30 mai et 6 juin 2014
Samedi 31 mai et 7 juin 2014
20h00

Entrée: Étudiant 10\$, Adulte 15\$

À la Maison de la Culture de Waterloo,
441 rue de la Cour, (450) 539-4764

PEINTRES UNIS DE WATERLOO

Les vingt membres des Peintres unis ont présenté une exposition riche d'inspiration, de couleur et de créativité. Plus de cent-quatre-vingt-dix tableaux en faisaient partie.

Malgré la température maussade, plus de quatre cents visiteurs étaient au rendez-vous.



De gauche à droite : Caroline Garand, Diane Picard Fontaine avec son tableau "Trouve ta route" qui a été gagné par Madame Sylvie Dubois et André Côté, président des Peintres Unis de Waterloo.



ACTIVITÉ À LA BIBLIOTHÈQUE PUBLIQUE DE WATERLOO

AU PAYS DES CONTES!

Les **enfants de 4 à 8 ans** (accompagnés d'un parent ou d'un grand-parent) ont rendez-vous à la bibliothèque de Waterloo.

Samedi le 14 juin 2014 de 10 h à 10 h 45

SÉANCE DE CONTE : Poules et Plumes

L'activité se déroulera ainsi : De 10 h à 10 h 45 : Séance de conte

Réservez votre place : 450 539-2268 10 PLACES DISPONIBLES

C'est un rendez-vous!

UNE FÊTE DE LA SAINT-JEAN MALGRÉ TOUT !

19 h à 19 h 30 Steve Waite

19 h 45 à 20 h 45 Roger Quirion et ses invités

21 h à 23 h Le Câline de Band
sonorisation et éclairage Sylvain Hamel

Place du centenaire
24 juin 2014

VENEZ EN FAMILLE CÉLÉBRER

LA FÊTE DU CANADA

à la Légion Royale Canadienne, 77, rue Lewis, Waterloo / 450 539-0005

30 JUIN 2014

PROGRAMME

- 8 h à midi Déjeuner de la Légion, sous le chapiteau / Adultes : 8 \$ / Enfants 6 à 12 ans : 4 \$
12 h 45 Parade jusqu'à l'Hôtel de ville
13 h Cérémonie de la levée du drapeau à l'Hôtel de ville / Tir de canon
MUSÉE MILITAIRE à l'intérieur
Musique sous le chapiteau : A.M. : Norm Lloyd / P.M. : Jimmy Edwards and the Country Folks
ACTIVITÉS POUR TOUTE LA JOURNÉE
9 h à midi Mario le Magicien / Ballons / Maquillage
Jeux gonflables courtoisie de Pharmacie Carole Khalil / Carroussel de poneys
TIRAGE DE PRIX à 15 h 30
1^{er} prix : BBQ de Matériaux Adam / 2^e prix : Vélo Raleigh
3^e prix : Centre Jardin Denis Brodeur / 4^e prix : Malouin Home Hardware
5^e prix : Passe de golf Waterloo
14 h à 16 h Balade, voiture tirée par cheval
14 h 30 Hot-dogs / Gratuits (2 par pers.), gâteau et crème glacée

BRING THE WHOLE FAMILY TO CELEBRATE CANADA DAY

at The Royal Canadian Legion, 77 Lewis Street East, Waterloo / 450 539-0005

JUNE 30TH 2014

PROGRAM

- 8 h to noon Legion Breakfast under the tent / Adults : \$8.00 / Children : 6 to 12 year : \$4.00
12:45 pm Parade to Town Hall
1:00 pm Flag Raising Ceremony at Town Hall / Firing of the Canon
WARTIME MUSEUM Inside the Hall
Music all day: A.M. : Norm Lloyd / P.M. : Jimmy Edwards and the Country Folks
ACTIVITIES ALL DAY
9:00 am to noon Magician (Mario) / Balloons / Face Painting
Inflatable games for the kids Courtesy of Pharmacy Carole Khalil / Pony rides
DRAWING FOR PRIZES at 3:30 pm
1st prize : BBQ from Matériaux Adam / 2nd prize : Raleigh Bicycle
3rd prize : Centre Jardin Denis Brodeur / 4th prize : Malouin Home Hardware
5th prize : Passes from Waterloo Golf
2:00 to 4:00 pm Horse, Wagon Rides
2:30 pm FREE Hot-dogs (2 per person), Cake & Ice Cream



FAMILLES EN FÊTE

Familles en fête a eu lieu le 17 mai dernier. Malgré la pluie et le temps froid, 230 personnes se sont déplacées au gymnase de l'École Saint-Bernardin pour profiter d'une belle fête ! On a comparé cette fête à une grande Kermesse comme on en voyait à l'époque. Les gens ont été gâtés par des beaux prix de présence et ont reçu des petites choses presque à chaque kiosque : yogourt, pommes, bonbons, maquillage, bricolages, lunettes Wixx, etc. Ils ont même pu se choisir un livre ! Merci à tous ceux qui ont offert une prestation : il y a eu de beaux spectacles toute la journée.

Au nom de la population un gros merci à nos commanditaires principaux : le journal Panorama, la Ville de Waterloo, le député Pierre Paradis et la Caisse Desjardins de Waterloo.

À l'an prochain tout le monde !



Le comité organisateur composé d'organismes de Waterloo: David Naud, Danielle Larouche, Louise-Marie Dion, Esther Laframboise, La maison des jeunes l'Exit (Mélodie et Annick sur la photo), Mathieu Charland-Faucher.



Mona Gauthier, fidèle à ses fleurs



L'équipe santé mentale qui nous a apporté du soleil



Rose Latulipe et Crémette



Nicolas et sa soeur Alyssa qui ont illuminé la fête de leurs magnifiques sourires



Marie-Ève et Samantha de Passage: deux nouveaux projets pour les jeunes de 16 à 24 ans de la région

RAVIVEZ VOTRE LOOK!

Bienvenue à tous !

Coiffure ÉLÉGANCE

ELLE ET LUI



NOUVELLE ADMINISTRATION

COIFFURE / STYLISTE / MAQUILLAGE
POSE D'ONGLES AU GEL ET ACRYLIQUE
MANUCURE SHELLAC
PÉDICURE / ÉPILATION À LA CIRE

4805, rue Foster, Waterloo | **450 539-3429**

BLEUETIÈRE MARTIN

314, route 243, Saint-Joachim-de-Shefford
Entre Warden et Ste-Anne-de-la-Rochelle,
en face du chemin de la Grande Ligne

AUTO-CUEILLETTE

OUVERTURE MI-JUILLET

PLUSIEURS VARIÉTÉS DE BLEUETS

TÉLÉPHONE:
450 539-1224





Les AmiEs de la Terre du Voisinage de Waterloo

info@atvwaterloo.com
www.atvwaterloo.com
450-539-4964
info@atvwaterloo.com
www.atvwaterloo.com

Journée portes ouvertes au marché de produits locaux – Venez en grand nombre, l'adhésion est gratuite pour notre 7^e anniversaire!

Le marché de solidarité régionale de Waterloo annonce avec enthousiasme **la tenue d'une journée portes ouvertes pour souligner les 7 ans de vie du marché, le jeudi 19 juin 2014, de 15 h 30 à 19 h 30, au local du marché, situé au 151 rue Lewis Ouest à Waterloo.**

Voici là une belle occasion de rencontrer certains producteurs et de découvrir une multitude de produits locaux! Vous pourrez aussi **acheter des produits d'ici** sur place dans la boutique.

Produits frais et congelés, légumes et fruits frais, fromages et produits laitiers, viandes et poisson, plats cuisinés, pains, miel, huile, champignons, produits de soins pour le corps et d'entretien, vins et cidres variés ne sont qu'un aperçu de la marchandise offerte dans notre boutique.

À l'heure où la survie de l'humanité repose sur l'engagement de chacun à agir différemment afin que des résultats différents se manifestent, nous croyons qu'en achetant **des produits locaux, plus naturels (sans OGM ni produits chimiques)**, nous diminuons l'impact de notre consommation sur l'environnement et contribuons au développement de notre région.

En adhérant au marché, vous posez un geste concret de solidarité, car vous encouragez les producteurs et l'économie de chez nous, favorisant ainsi l'émergence d'une société plus respectueuse, plus engagée et déterminée à préserver ce bien inestimable que représentent l'agriculture et l'économie du Québec pour les générations à venir.

Venez en grand nombre découvrir toute la richesse de l'abondance, de la solidarité et du partage.

Au plaisir de partager avec vous, solidairement!

Quelques producteurs sur place avec des produits que vous pourrez déguster et acheter.

JOURNÉE VERTE

La Municipalité du Canton de Shefford constitue un milieu de vie unique où la mise en valeur de l'environnement et la qualité de vie de ses citoyens comptent, sans contredit, parmi les valeurs qui guident ses actions.

D'ailleurs, une de ses actions a eu lieu le samedi 24 mai dernier avec l'organisation de la 4^e édition de la journée verte de Shefford.

Les résidents ont une fois de plus répondu en grand nombre à l'appel, puisque les 2950 plants répartis en 15 essences différentes ont trouvé preneur en moins de 3 heures. La section vente et échange de fleurs vivaces qui en était à sa première édition a aussi connu un vif succès.

Cinq organismes environnementaux étaient également sur place pour faire connaître leur rôle et leur importance pour la région. Étaient présents : la Fondation pour la sauvegarde des écosystèmes du territoire de la Haute-Yamaska (Fondation SÉTHY), Conservation espace nature Shefford (CENS), Corridor appalachien, la MRC de La Haute-Yamaska, le Cercle des jeunes naturalistes de Shefford ainsi que Vers un avenir vert et ses lombricomposteurs.

Merci aux nombreux bénévoles et aux employés municipaux qui ont grandement contribué à la réussite de la journée verte.



Desrochers

Mécanique automobile enr.

MÉCANIQUE GÉNÉRALE
TROUBLE ÉLECTRONIQUE

DOMINIC DESROCHERS, propriétaire
MICHEL TOULOUSE

450 920-0829

140, rue Principale, Warden, Qc J0E 2M0

Adhérez dès maintenant en magasin.

Metro Lussier
4615, rue Foster, Waterloo, Qc
Tél. : 450 539-2833 / Fax : 450 539-1709

metro mon épicier

*Metro&moi est une marque déposée de Metro Inc. Programme offert dans certains magasins participants seulement. Pour tous les détails, veuillez vous référer aux modalités du programme sur metro.ca

Tél. : 450 539-2940
Fax : 450 539-2236

Bonne fête des pères

9109-1835 Québec inc.
Acier et Métal Belfer

Vente d'acier neuf et usagé
Achetons aussi rebuts d'acier et de métaux

RICHARD BÉLAND, propriétaire

6477, rue Foster
Waterloo, Qc J0E 2N0



*Marguerite
Campbell*

MAISON ROBINSON (VERS 1834)

911, rue Western, Waterloo

STYLE NÉOCLASSIQUE QUÉBÉCOIS



Photo : M. Campbell, 2014

Son histoire :

Cette magnifique maison de pierre a été construite par Hezekiah Robinson vers 1834, sur le même lot que sa première maison, la grande maison bleue juste à sa droite, construite quelques dix années auparavant. Hezekiah Robinson (1791-1851), ainsi que sa femme, Selucia et leurs enfants seraient arrivés de Newfane, Vermont où Hezekiah était enseignant et manufacturier de tissus. Ils eurent neuf enfants, les derniers étant nés dans la maison bleue. En 1821, ils avaient immigré dans le canton de Stukely pour suivre le juge Knowlton, le père de Selucia. Il a tôt fait de remarquer qu'ils seraient bien mieux dans Shefford avec son lac et la rivière Yamaska. Il avait donc acheté, en 1822, les terres d'Ezekiel Lewis et y a aussitôt construit un moulin à carder près du vieux moulin à scie déjà existant. Il a ouvert son magasin général en 1829.

En 1832 l'argent venant à manquer il se serait associé avec des partenaires pour ensuite mettre fin à cette entente en 1841. C'est à ce moment qu'il a construit son grand magasin qui sera connu éventuellement comme l'Old Stone Store. Ce dernier desservira les magasins généraux des Cantons en tant que grossiste. L'année suivante il s'est associé avec son fils aîné Jonathan (1820-1866) et son gendre Roswell Albert Ellis, pour former « Robinsons and Ellis ». Trois ans plus tard un autre fils, Hezekiah Luke (1827-1892), a racheté les parts d'Ellis pour former cette fois « Robinson and Sons ». Ce magasin a ainsi changé d'appellation tout au long de sa durée. Ces différentes entreprises avec celle de Daniel Taylor et de Charles Allen avaient donné le coup d'envoi au développement de Waterloo. Hezekiah Robinson avait donné généreusement pendant sa vie et sa veuve a continué son œuvre philanthropique en donnant le magnifique parc sur la rue Lewis, près de la rivière, qui commémore son nom. À son décès en 1851, son fils aîné Jonathan a acheté la résidence familiale et racheté la part du commerce de son frère qui s'était engagé dans la milice. Jonathan sera élu premier maire du canton de Shefford de 1855 à 1859 et sera aussi élu préfet de comté.

Cinq ans après le décès d'Emma Dampier (1827-1913) la veuve de Jonathan, leur fils William H. Robinson (1848-1927), a racheté la maison de la succession, ils étaient six enfants. En 1920 la propriété est passée aux mains de James Kennedy qui l'a achetée pour 6 000 \$. Ceci a mis fin à 86 ans d'occupation de la famille Robinson. À sa mort, sa sœur Sarah en a eu l'usufruit jusqu'en 1935.

En 1936, Clarence L. Hanna, fermier et sa sœur Edith I. « *spinster of full age* »* l'ont achetée pour 3750\$. Après le décès de Clarence, sa veuve Anita et Edith l'ont habitée jusqu'en 1974 alors qu'elles l'ont vendue à Lorena et Ralph Campbell. Yvon et Denise Lauzière en ont pris possession en 1988 et y ont ouvert un restaurant et gîte touristique *Le Coq du village*. Réal Desrochers et Jocelyne Bergeron l'acquièrent en 1996...etc...et finalement Daniel et Danielle Deschamps sont arrivés dans leur petit paradis en 2009 et désirent bien y vivre à jamais.

Son Style : Néo classique québécois

En tant que commerçant, Hezekiah Robinson devait voyager souvent vers Chambly et St-Jean et il admirait le style d'architecture de la vallée du Richelieu. Il a donc décidé de se faire construire une maison en pierre des champs avec une belle toiture à larmier galbée par des coyaux, ce qu'on ne voyait guère dans les Cantons de l'Est.

Cette maison de pierres des champs présente un toit à deux versants à pente moyenne recouvert de tôle à baguettes qui se prolonge sur la galerie. Il est percé de deux lucarnes et coiffé de deux souches de cheminée de briques.



Photo : M. Campbell, 2014

Les murs de deux pieds d'épaisseur sont de maçonnerie de moellons noyés dans le mortier. Les coins sont en chaînage de blocs de pierre grossièrement équarris. Les moellons sont de pierre locale d'origine sédimentaire, du schiste ardoisier, dans différentes teintes de gris bleu parfois mordoré de rouille dû à la présence de fer. Ces pierres des Cantons de l'Est proviennent des dépôts de l'ancien océan Iapétus, beaucoup plus ancien que le fond de la mer de Champlain d'où proviennent les pierres calcaires de la vallée du Saint-Laurent,

La position centrale de la porte et les fenêtres de chaque côté la situe dans le style classique français ainsi que son larmier à coyaux (pièces de bois sculptés de forme arrondi qui donnent la courbure désirée pour prolonger le toit). Par contre, les fenêtres à guillotine ainsi que la grande galerie la place bien dans le contexte anglo-américain. Les photos des fenêtres permettent de constater l'épaisseur des murs par l'intérieur et montre les anciennes contre-fenêtres qui ornent encore l'extérieur.

Un soubassement des mêmes pierres, muni de soupiraux laisse un espace pour la cave, espace nécessaire à cette époque pour la conservation des légumes d'hiver comme les patates, carottes, navets etc. ainsi que pour le rangement des conserves. On ne chauffait pas encore les sous-sols, mais il ne gelait pas. Finalement, ce qui caractérise cette demeure c'est l'élégance de ses lignes et ses proportions harmonieuses.



Photo: M. Campbell, 2014



Ses principales caractéristiques :

- Murs porteurs en pierre des champs d'au moins deux pieds d'épaisseur.
- Toit à deux versants se prolongeant d'un trait au-dessus de la véranda.
- Fenêtres à guillotine à carreaux multiples et les fenêtres de l'étage sont légèrement plus petites. Elles portent encore ses anciennes contre-fenêtres de bois.
- Une série de colonnes doriques reposant sur des piliers reliés par un parapet de pierres et planchers en vieilles planches de récupération.
- Deux lucarnes percent la toiture couverte de petits toits à deux versants et des fenêtres à guillotine à quatre carreaux.

Sources:

- Contrat de vente de la maison.
Étude du Patrimoine rural de la MRC Haute-Yamaska Société d'histoire.
André Désilets. Hezekiah Robinson. Dictionary of Canadian Biography, University of Toronto, 1985. Consulté 3/04/2014.
J.P. Noyes. Sketches of some Early Shefford Pioneers, 1905.



JEUX DU QUÉBEC RICHELIEU- YAMASKA FINALE RÉGIONALE D'ATHLÉTISME



SAMEDI LE 28 JUIN 2014

ÉCOLE WILFRID LÉGER, 185 RUE LEWIS OUEST, WATERLOO

Le Club d'athlétisme Adrenaline et le Club Jeunesse Athlétique ont le plaisir de vous inviter à la Finale Régionale d'athlétisme Richelieu-Yamaska. Cette compétition se tiendra le **28 juin 2014**

Cette compétition s'adresse aux jeunes des catégories suivantes :

BENJAMINE : NÉS (ES) EN 2001-2002

CADETTE : NÉS (ES) EN 1999-2000

JUVÉNILE : NÉS (ES) EN 1997-1998

OLYMPIQUES SPÉCIAUX : NÉS(ES) EN 1993 ET APRÈS

OLYMPIQUES SPÉCIAUX : 100 mètres - saut en longueur- lancer du poids

BENJAMINE : 80 mètres -80 mètres Haies- 1200 mètres
lancer du javelot- saut en longueur- saut en hauteur, le lancer du poids

CADETTE : 100 mètres- 80 (f)-100(g) mètres Haies- 1200 mètres
lancer du javelot- saut en longueur- saut en hauteur, le lancer du poids

JUVÉNILE : 100 mètres- 100 (f)-110(g) Haies- 1500 mètres
lancer du javelot- saut en longueur- saut en hauteur, le lancer du poids

INSCRIPTION SUR PLACE : À PARTIR DE 12 H JUSQU'À 12 H 30

INSCRIPTION PAR INTERNET : (PRÉFÉRABLE) VOIR LE DOCUMENT
SUR LE SITE
www.clubathletismeadrenaline.com

HORAIRE : LA COMPÉTITION DÉBUTERA À 13 H ET SE TERMINERA À 16 H 30

COÛT : UN MONTANT DE 15 \$ SERA EXIGÉ.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :
450 372-8971
gosselip@csvdc.qc.ca

PÊCHE EN HERBE

Le 26 avril dernier avait lieu l'activité Pêche en herbe en collaboration avec la Fondation de la Faune du Québec, les membres du Musée de la pêche à la mouche du Canada, les membres des Pêcheurs à la mouche de la Haute-Yamaska, la Ville de Waterloo et la Municipalité du Canton de Shefford. Cette journée a donné l'occasion à 28 jeunes de découvrir une activité fascinante. Les petits comme les grands ont eu le plaisir de passer une journée en pleine nature afin de découvrir la biologie des poissons. Quelques jeunes ont même eu la fierté de sentir une prise au bout de leur ligne. Tous les bénévoles et organisateurs de l'activité tiennent à féliciter le groupe de jeunes présents pour leur écoute et leur patience tout au long de la journée.

Nous en profitons pour dire un très grand merci à M. Claude Bernard, aux membres du Musée de la pêche à la mouche du Canada et aux membres des Pêcheurs à la mouche de la Haute-Yamaska qui se portent bénévoles d'année en année afin de transmettre leurs connaissances aux jeunes participants. Également, nous tenons à remercier M. David Picken pour l'utilisation de son magnifique lac, la Ville de Waterloo et la Municipalité du Canton de Shefford.



5383, rue Foster, local 1
Waterloo (Québec)
J0E 2N0



Cette activité est rendue possible grâce à la participation financière de :

This project is possible thanks to the financial support of:



TROUVER UN EMPLOI RAPIDEMENT ! FIND A JOB QUICKLY!

oboulo

Le raccourci vers l'emploi

450 539-2300

oboulo.ca



6 RÈGLES D'OR POUR MAIGRIR SANS RÉGIME ALIMENTAIRE

par : Dr^e Valérie Morissette,
chiropraticienne, D.C.
www.chirolamontagne.com



Avec la belle saison devant nous, plusieurs trouvent qu'ils ont peut-être quelques livres à perdre pour retrouver leur silhouette. Pour maigrir, il faut dépenser plus de calories que ce que nous en consommons. Certes. Mais même sans aucun régime, même sans privation, il est possible de perdre du poids pour être en meilleure santé. Alors, quels sont ces petits secrets ?

Mangez avec une dinette !

Quand vous vous servez votre repas, vous prenez des assiettes ordinaires. Changez de technique, choisissez les **assiettes à dessert**.

Pourquoi ?

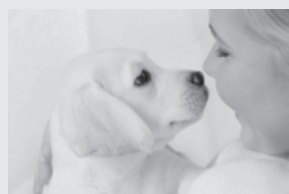
Comme les assiettes à dessert sont plus petites, machinalement, vous vous servirez de plus petites portions. Et vous en reprendrez moins. Une étude montre par exemple que des enfants se servant eux-mêmes mangent 45 calories de moins par jour si on leur propose de petites assiettes ou petits bols au lieu d'assiettes et bols grands modèles. Au bout de quelques mois, cela représente plusieurs kilos en moins.

Éteignez la télévision

Manger en regardant la **télévision** fait grossir.

Pourquoi ?

Simplement parce que votre esprit, occupé à s'informer ne réalise pas qu'il est en train d'avaler des calories. Résultat : vous mangez plus pendant un repas devant votre télé et pire encore, vous mangez davantage au repas suivant (même sans TV), votre organisme ayant l'impression de ne pas avoir vraiment mangé ! Alors, coupez la télévision à l'heure du repas.



Offrez-vous un chien !

Les propriétaires de **chiens** marchent plus et sont plus minces que ceux qui n'ont pas d'animal domestique.

Pourquoi

Parce qu'ils sont obligés de promener leur chien tous les jours, voire plusieurs fois par jour. Un exercice physique imposé qui fait du bien. Des études montrent que les familles possédant un

chien offrent moins de risque d'obésité à leurs enfants. On dit que 20 minutes de promenade par jour avec un chien permet de perdre 7 kg en un an. Et attention, cela n'est pas valable pour les propriétaires de chats !

Prenez votre entrée en avance

Une assiette de carottes râpées, un avocat, une tranche de jambon, un demi pamplemousse... Mangez votre **entrée** au moins 20 minutes avant de vous mettre vraiment à table pour le plat principal.

Pourquoi ?

Le sentiment de satiété met 20 minutes à apparaître. Si vous mangez tout votre repas en 15 minutes, vous mangerez nettement plus car vous ne percevez aucune sensation de satiété avant la fin du repas. C'est pour cela que ceux qui mangent trop vite, mangent plus et prennent plus de poids.

Mastiquez bien

Lorsque vous mangez, n'avez pas vos bouchées toutes crues. Mâchez, **mastiquez**, prenez le temps de mêler votre salive aux aliments réduits en bouillie. Et choisissez des aliments durs plutôt que mous.

Pourquoi ?

Mastiquer, a une action sur le cerveau, lui permettant de percevoir que vous êtes en train de manger. Et 15 à 20 minutes après le début de ces gestes de mastication, votre cerveau commence à fabriquer des neurotransmetteurs, en particulier de l'histamine, message de satiété. Si vous mangez de la bouillie ou de la purée, vous ne serez pas aussi rassasié et vous mangerez plus, vous grossirez plus... ou mincierez moins !

Grignotez des amandes et des noix

Si vous avez envie de manger entre les repas, ne vous privez pas, mais choisissez en priorité des **noix**, des **amandes**, des **noisettes**...

Pourquoi ?

Les personnes qui ajoutent ce type d'aliments à leur ration quotidienne ne grossissent pas. Alors que celles qui mangent des barres de chocolat, des sucreries, si ! Certaines études semblent même montrer qu'une petite consommation de fruits oléagineux ferait même plutôt maigrir. Attention, choisissez des fruits naturels, ni grillés, ni salés.

QUI SE RESSEMBLE SE RASSEMBLE

par : Normand Gagnon



Nous avons évoqué la dernière fois les nombreux gestes individuels que nous pouvons poser en faveur de l'environnement : nous pouvons aussi apporter du support moral, financier ou encore mieux vous joindre à des groupes qui ont la cause à cœur. J'en ferai ici la description de quelques-uns qui sont à l'œuvre dans notre région. Vous trouverez aisément leurs coordonnées sur internet et la plupart sinon tous émettent des reçus pour fin d'impôt.

D'abord, il y a à Waterloo-même les Amis du Bassin Versant du Lac de Waterloo (ABVLW). Cet organisme travaille d'arrache-pied et en collaboration avec les municipalités environnantes afin de renverser ou du moins stabiliser le vieillissement (eutrophisation) de ce plan d'eau.

Il y a aussi Conservation Espace Nature Shefford (CENS, dont je suis un des administrateurs) Ce groupe, par le biais de dons de propriétés, de servitudes et autres arrangements, s'affaire à préserver les joyaux naturels de notre région, tout en les rendant accessibles à la population quand les deux objectifs peuvent se conjuguer. (Nous travaillons d'ailleurs présentement au développement d'un nouveau parc dans la Réserve Naturelle de Shefford de concert avec la municipalité.)

La Fondation pour la Sauvegarde des Écosystèmes du Territoire de la Haute-Yamaska (FSÉTHY), pour sa part, concentre une bonne part de ses efforts de protection sur un secteur méandreux de la Yamaska, riche en faune et en flore, situé entre le barrage Choinière et le lac Boivin, sans négliger d'autres secteurs d'importance.

Corridor Appalachien (ACA) et Nature Québec ont, de leur côté, développé l'expertise (conseillers, biologistes, etc.) pour assister des groupes locaux comme les trois précédents dans leurs efforts.

L'Organisme du Bassin Versant de la Yamaska (OBV Yamaska; j'y ai aussi apporté ma modeste contribution) a pour tâche d'envergure de faire progresser l'état de la Yamaska dans son ensemble; naissant de ses trois branches des secteurs Waterloo, Brome et Davignon qui se fusionnent près de Farnham, elle traverse la plaine en acceptant les eaux de la rivière Noire et se rendent jusqu'au Fleuve où elle se jette dans le lac Saint-Pierre. Des récents états généraux en présence de nombreuses municipalités ainsi que du Ministre de l'environnement ont été porteurs d'espoir que des jours meilleurs attendent notre chère rivière.

Ces groupes et d'autres que vous pourriez connaître ou même fonder accueilleront avec bonheur tous vos gestes de support.

Il se peut aussi que vous apportiez une touche écologique à des milieux divers : votre travail, votre église, votre lieu de loisirs ou d'engagement communautaire. Par exemple, il y a quelques années j'ai fait remarquer au comité social de l'endroit où je travaillais que nous utilisions beaucoup de verres à vin en plastique jetables, et ce pour chaque événement ou fête – en deux temps trois mouvements des verres en verre étaient achetés et depuis ce temps le vin y a meilleur goût! C'est ainsi, d'un petit éveil à l'autre, que la « contagion » environnementale peut prendre pied un peu partout dans la communauté.

ASSURANCES PONTBRIAND ENR.

64, Georges, Shefford, Qc J2M 1E4

Depuis
1968

Claude Pontbriand
Conseiller autonome en sécurité financière

- Assurance vie
- Assurance invalidité
- Assurance voyage
- REER (régime enregistré d'épargne-retraite)
- REEE (régime enregistré d'épargne-étude)

TÉL. : 450 539-3205 • CELL. : 450 777-6280
FAX : 450 539-1245 • assurancespontbriand@hotmail.com

RBQ.: 8325-9473-41



Patrice Laramée Inc.

- Mini excavation
- Terrassement
- Drainage
- Déneigement
- Transport en vrac



Tél. : 450 539-1712
Cell. : 450 777-8792
Fax : 450 539-1621

www.optilog.com/patricelaramée / 2956, Route 112, Shefford, Qc J2M 1C6



MAISON de la CULTURE DE WATERLOO

Depuis **25** ans

INVITATION



Artiste invité : Daniel Lavoie

La Maison de la Culture de Waterloo a le plaisir de vous inviter à venir célébrer le 25^e anniversaire de la plus grandiose des petites salles.

Pour souligner cette importante étape de notre existence, nous vous convions à un cocktail dinatoire suivi d'une soirée magique, un spectacle de grande envergure mettant en vedette nul autre que Daniel Lavoie en trio.

Une quantité limitée de billets est disponible au coût de 50 \$ chacun de façon à rendre cette soirée intime encore plus sublime.

Soyez des nôtres lors de cet événement
en contactant la billetterie au 450 539.4764
ou sur le web au mcwaterloo.com.

Le samedi 14 juin 2014
Cocktail dinatoire 18h30 | Spectacle 20h

FERME GUY CHOINIÈRE

TÉL. : 450 539-5555

Ouverture de la saison
des bleuets et framboises
Auto-cueillette vers le
1^{er} juillet 2014

**614, ALLEN
WATERLOO**

1 km passé La Fruiterie des Cantons

NOUVELLE ADMINISTRATION DEPUIS 1 AN

Au Royaume du Steak Inc.

Venez déguster un excellent Steak Sterling Silver,
en plus de nos potages, sauces et desserts, faits par nous.
Repas végétariens et même sans gluten de disponibles.
Savourez un de nos vins d'importation privée.



Réal Brosseau,
Ghyslain Daigle et
Charles-Antoine Bonin-Tardif

NOUS SOMMES OUVERTS
DU MERCREDI AU DIMANCHE
DE 16 H À 22 H

NOUS VOUS SUGGÉRONS
DE RÉSERVER, POUR
ASSURER VOTRE PLACE.

300 RUE LEWIS OUEST, WATERLOO • 450 539-0811
ROYAUMEDUSTEAK@VIDEOTRON.CA



AU ROYAUME DU STEAK




L'école du 3^e rang
VIGNOBLE ET CIDRERIE

511, 3^e rang est
Saint-Joachim-de-Shefford
450 539-5467
Du jeudi au dimanche
de 11 heures à 17 heures

Tout près de chez vous!

www.ecoledu3iemerang.com