JANVIER 2017 Volume 14 - No 2

JOURNAL COMMUNAUTAIRE

PAN RAMA

Fêtes du



Voir activités de janvier page 10

PROCHAINES PARUTIONS: 1er FÉVRIER 2017, 1er MARS 2017



1017, rue Denison Est, Shefford, Qc J2M 1Y6

Tél.: 450 776-3522 / Fax: 450 776-3342

www.garagejpm.com

GRATUIT:

Vérification d'alignement à l'achat de 4 pneus neufs







Mireille L. Labrecque

Chanceux que nous sommes de pouvoir espérer vivre 2017 au complet! Je dis bien espérer car nul ne peut faire une telle affirmation.

Certains dans ce monde, malheureusement, savent pertinemment qu'ils ne verront pas demain... Entre autres, les gens des pays en guerre. En fait, personne ne peut être sûr de ce qui lui pend au bout du nez, à part la goutte embarrassante du froid de janvier. Bien portants, nous prenons pour acquis ce qui pourtant nous échappe jour après jour... Allons, brassons-nous un peu pour faire tomber la poussière de nos habitudes et vivons chaque jour comme s'il devait être le dernier! Qu'importe ce qu'en pensera la galerie! Puisqu'on ne sait pas... Et ce que l'on sait est tellement éphémère...

Cependant, certains évènements font partie des certitudes et j'en recense ici quelques-uns... Je peux affirmer puisque j'ai passé moi-même l'entrevue, qu'un certain monsieur de Waterloo s'applique à un travail très spécial en même temps que très rare. Vous lirez cela dans les pages qui suivent et vous m'en ferez écho. C'est le début d'une nouvelle chronique visant à faire connaître des personnes de la région qui pratiquent une activité, pour ne pas dire un art, hors de l'ordinaire. Chaque mois, vous ferez connaissance avec une personne différente. Vous constaterez que nous n'avons rien à envier aux autres quant à la diversité, l'originalité et la richesse des talents de chez nous.

Bien sûr, j'ai fait pour vous, un

Nicole

UNE NOUVELLE ANNÉE DÉBUTE! SORTONS FLÛTES, TAMBOURS ET TROMPETTES!

détour par internet pour connaître la décision prise par les Nations Unies concernant la nouvelle année et je vous la cite : «2017 est proclamée Année internationale du tourisme durable pour le développement. Ce qui représente, ai-je lu, une opportunité d'accroître la contribution du secteur du tourisme aux trois piliers de la durabilité, l'économique, le social et l'environnemental, tout en attirant l'attention sur les véritables dimensions d'un secteur qui est souvent sousévalué.» C'est très louable, très politique, très instructif. Cependant, j'aurais préféré du plus concret. Comme l'année du Scrabble, ou l'année des dattes, des figues ou des raisins... Ces douze derniers mois, par exemple, 2016 était l'année des légumineuses, j'en ai cuisinées beaucoup, de sorte que c'est devenu une nécessité à chaque semaine. Le tourisme, ça ne se mange pas! On ne peut même pas jouer avec!... Puisqu'il le faut, n'ayant aucun pouvoir là-dessus, je m'incline devant la décision. Elle fait quand même du sens.

Le calendrier chinois! Voilà quelque chose qui m'emballe avec ses certitudes: Selon le calendrier chinois, l'année 2017 est l'année du Coq de Feu. Le début de l'année sera fêté le 28 janvier 2017 et commencera le 11 février 2017!?!! Là, je suis complètement perdue. Oublions cela, j'ai tendance à oublier les anniversaires... Alors, un de plus ou un de moins. De toute façon, les collectionneurs (ses) de coq seront ravis (es)! C'est vrai que c'est beau un coq! Quand ça ne nous picosse pas les jarrets... Les chinois affirment que les gens seront plus courtois, moins entêtés (Bravo! C'est un must!) et qu'ils auront également tendance à compliquer les choses pendant cette période (ça, par exemple, c'est moins exaltant...). Surtout s'il s'agit d'un coq de Feu!

Pour demeurer pertinente avec le début de ma chronique, je vais faire comme si demain je n'étais pas de ce monde. Comme ça, ce sera moins embêtant de rencontrer demain quelqu'un que je connais... Et si je monte en haut pour de vrai, Le bon Saint-Pierre, ne m'en tiendra pas rigueur, lui aussi a besoin de se secouer le popotin et d'enlever la poussière de sa barbe! Dans mon débordement, je décrète que l'année «2018 sera l'année de la crevette danseuse.» Puisqu'il faut s'y prendre de bonne heure avec les gens des grandes assemblées, procédons tout de suite. J'envoie de ce pas, ma proposition à l'UNESCO. Qui vivra verra! Vous voyez



ce que je veux dire par concret? Une crevette danseuse! Vous avez déjà une image en tête et joyeuse en plus. Ce n'est pas comme l'abstraction béante !!! de la grande envolée : «2017 est proclamée Année internationale du tourisme durable pour le développement.» J'aime que les choses soient claires, nettes et précises.

Comme j'aime aussi remplir mes échéanciers à temps, je dois vous laisser le bonjour car le journal part très tôt à l'impression ce mois-ci.

Bonne Année! Paíx! Santé! Bonheur! et le paradis à la fin de vos jours! (pas demain, prenez votre temps!)



() 450 539-2747 **450 539-4903**

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



Associez-vous à votre PANORAMA!

Brunelle Afin de poursuivre sa mission emballante de « faire » une information différente, o Représentante 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 🏠 des ventes objectifs que l'équipe de bénévoles poursuit avec la plus grande conviction. Journal Panorama Je deviens membre du journal communautaire PANORAMA Tél.: 450 539-2183 ou **5** \$ (cotisation annuelle) Tél.: 450 539-2475

@live.com	Nom:
E TOMBÉE	Adresse:
BLICITÉ EST	Tél. : Courriel :



Conseil d'administration Pierre Brien, Denise Lauzière, Lyn Ouellet

Comité de production

Nathalie Benoit, Ginette Choinière, Denise Lauzière. Marguerite Campbell, Mireille Lessard

Développement et coordination Denise Lauzière

Collaboration

Jonathan Archambault, Nathalie Benoit, Marguerite Campbell, Virginie Fortin, Micheline Gratton, Mireille Lessard Labrecque, Cécile Lachapelle, Denise Lauzière, Valérie Morissette et tous nos précieux collaborateurs du mois.

Conception et Graphisme Ginette Choinière

Correction **Denise Duval**

Représentante publicitaire

Nicole Brunelle

6 000 exemplaires distribués par le Publi-Sac onze

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.) JOE 2NO

Téléphone : 450 539-2475

Courriel: panorama@journalpanorama.com

Bibliothèque nationale du Canada • ISSN 1708 - 4105

LE 10 DE CHAQUE MOIS Journal Panorama, 650 de la Cour, C.P. 700 / Waterloo, Qc J0E 2N0

PROCHAINES PARUTIONS: 3 FÉVRIER 2016, 2 MARS 2016

jackimow(

LA DATE D

POUR LA PU

La subvention "Commerçants: Branchez-vous!" est de retour pour 2017!

Votre commerce est à Waterloo et a besoin d'un site Web ou d'actualiser celui existant?

Un site Web pour \$500! Du jamais vu dans la région!

5 subventions disponibles en 2017!

Pour plus d'information, contactez Stéphanie Morin 450.539.2282 poste 229 s.morin@ville.waterloo.qc.ca



Votre vitrine Web vous attend!











Opération Façades

Programme d'aide financière pour la rénovation de façades au centre-ville de Waterloo



Informez-vous sur les conditions d'admissibilités, la procédure et des modalités de subvention!

Ce programme vise à :

- Améliorer la qualité du cadre bâti et stimuler la revitalisation;
- Rehausser l'image et l'ambiance de la rue principale;
- Soutenir financièrement les propriétaires de bâtiments dans
- Accroître la vitalité économique du centre-ville ;



Stéphanie Morin • 450 539-2282 poste 229 • s.morin@ville.waterloo.gc.ca

L'équipe de Tourisme Waterloo vous souhaite une bonne année 2017!



Bon 150e à la Ville de Waterloo!





LES GUIGNOLÉES DE LA RÉGION IMMÉDIATE DE WATERLOO : UN VIF SUCCÈS

par : Jonathan Archambault

Votre grande générosité a permis de combler les besoins immédiats des différents organismes.

La Guignolée des médias s'est révélée encore une fois un vif succès. D'ailleurs, la nouvelle formule de celle-ci a rapidement porté ses fruits puisqu'elle a notamment permis de recueillir près de 3400 dollars ainsi que 600 kilos de denrées alimentaires, 73 heures de bénévolat réparties par + de 30 bénévoles qui y ont participé.

Cette excellente récolte est ainsi venue regarnir les tablettes de la banque alimentaire pour un maximum de deux mois. La banque alimentaire du Centre d'action bénévole de Waterloo vient en aide aux plus démunis des municipalités de Waterloo, de SaintJoachim-de-Shefford, de Warden et de Shefford.

Selon l'intervenante communautaire et responsable de la guignolée, Lyne Isabelle, la bonne récolte de cette année s'explique en grande partie par la mise en place de la nouvelle formule de la guignolée qui s'est résultée par une visibilité accrue ainsi que la contribution de la communauté au succès de celleci. «Ce fut réellement une affaire de communauté. On a senti que toute la communauté y a contribué à sa façon. Les automobilistes ont été très généreux, les commerçants nous ont tout de suite soutenus et nos deux médias ont fait tout un travail de promotion pour faire connaître l'événement», a-t-elle souligné lors d'une entrevue téléphonique avec le

La grande guignolée des Chevaliers de Colomb, qui offre les paniers de Noël

(Suite à la page 9)



De gauche à droite : Jocelyne Vallée, Claudette Loiselle et Claude Vallée.









INFORMEZ-VOUS!

sur les différents programmes auxquels les personnes ainées ont droit et trop souvent ne connaissent pas comme :

- Santé
- Revenus de retraite
- Services communautaires

Sécurité

Habitation

- Impôts et mesures fiscales
- ou bénévoles de maintien dans la communauté

- Perte d'autonomie
- Maintien à domicile
- Et bien d'autres

SERVICE PERSONNALISÉ, CONFIDENTIEL ET GRATUIT À NOS BUREAUX
OU PAR TÉLÉPHONE!

EN SITUATION D'URGENCE SAVEZ-VOUS QUOI FAIRE? PRÉPAREZ-VOUS.

Par Luc Couture, pompier préventionniste et directeur adjoint du Service incendie

Lors d'avertissement de tempêtes violentes, verglas, blizzard, grêle, pluie torrentielle, orage, vous devez être prêt. Vous devez être proactif et vous préparez à différents risques, en prévoyant une autonomie pendant les premières 72 heures (3 jours) d'un sinistre naturel ou d'un état d'urgence, soit le temps nécessaire à la municipalité pour organiser l'aide aux sinistrés.

Dans une situation d'urgence, vous aurez besoin de certains articles essentiels. Vous devrez peut-être vous débrouiller sans source d'énergie ni eau courante. Préparez-vous à être autosuffisant pendant au moins 72 heures.

Faites le plein d'eau, de nourriture préparée, d'huile de chauffage / propane / bois ainsi que de lampes de poche et d'une radio à piles ou à manivelle et de piles de rechange. Vous pouvez également monter une trousse d'urgence pour votre voiture.

Autres conseils pour la préparation

- Lorsqu'on annonce une tempête violente, ancrez tout ce qui pourrait être emporté ou arraché par le vent, que ce soit dans la maison ou à l'extérieur. Lorsqu'ils sont emportés par les vents violents, les objets comme les poubelles et les meubles de jardin peuvent non seulement blesser les gens, mais causer d'importants dommages matériels.
- Couper les branches mortes et les arbres morts afin de diminuer le risque qu'ils tombent sur votre maison pendant une tempête.
- Si les autorités locales vous demandent d'évacuer les lieux, faites-le. Emmenez avec vous votre trousse d'urgence.
- L'utilisation d'un téléphone ordinaire pendant une tempête violente comporte des risques. Ayez recours à un téléphone cellulaire.
- Positionner votre véhicule loin des arbres et des fils électriques qui pourraient tomber sur vous. Généralement, sur une ferme, les effets d'une tempête violente sur le bétail peuvent être amoindris en déplaçant les animaux afin d'éviter la tempête, en atténuant les répercussions de la tempête lorsqu'on ne peut l'éviter ou en mettant à l'abri les animaux. Assurez-vous qu'ils auront suffisamment à boire et à manger. L'approche à adopter dépend du type de tempête que l'on prévoit.

Trousses d'urgence

Vous avez peut-être déjà certains des articles nécessaires en votre possession.



L'important, c'est de bien organiser votre matériel pour le trouver rapidement. Seriezvous capable de trouver votre lampe de poche dans le noir?

Veillez à ce que votre trousse soit facile à transporter et que tous les occupants de la maison savent où elle se trouve. Gardez-la dans un sac à dos, dans un sac de sport ou dans une valise à roulettes à portée de la main, dans un endroit facilement accessible, par exemple dans le placard près de la porte d'entrée. Si votre foyer compte plus d'un occupant, votre trousse d'urgence pourrait être lourde. Il serait une bonne idée de distribuer ces fournitures parmi divers sacs à dos; elles seront alors plus faciles à transporter et chaque personne pourra personnaliser sa trousse prête à emporter.

Des dépliants sont disponibles à la mairie pour vous aider à vous préparer. Vous pouvez également aller directement sur les sites Internet de la sécurité publique du Québec et du Canada.

Gouvernement du Canada : www.preparez-vous.gc.ca/cnt/kts/index-fra.aspx www.securitepublique.gouv.qc.ca/securite-civile/publications-et-statistiques/ brochure-situation-urgence.html

Croix rouge: www.croixrouge.ca/crc/documentsfr/What-We-Do/Emergencies-and-Disasters-CDN/Home-and-Family/DM get a kit FR.pdf

Vidéo informatif: www.preparez-vous.gc.ca/cnt/rsrcs/vds/prprng-kt-fr.aspx

ÉVÉNEMENTS ET LOISIRS Shefford



CLUB DE MARCHE Gratuit et pour tous! Groupe de marche amical où chacun marche à son rythme. Marche encadrée par une kinésiologue de «Concept Kiné-Vie». Techniques de marche, renforcements et étirements. Les venareais, 14 n a 15 n -Au Parc Jean-Paul-Forand, 167 chemin Picard; - Au Parc des Montagnards, les premiers vendredis du mois, 333 chemin du Mont-Shefford (niveau intermédiaire). Le club se rencontre aussi les lundis à 10 h 30, au Parc des Montagnards, mais sans encadrement. PLUS DE 60 MEMBRES

INSCRIPTIONS

Mercredi 11 janvier, de 16 h à 18 h30. Mairie de Shefford, 245 chemin Picard.

AUCUNE INSCRIPTION À L'AVANCE Priorité aux résidents de Shefford. Non-résidents : surcharge de 50%. Places limitées.

Dépliant des activités disponible au: cantonshefford.qc.ca







Budget 2017

ville.waterloo.qc.ca

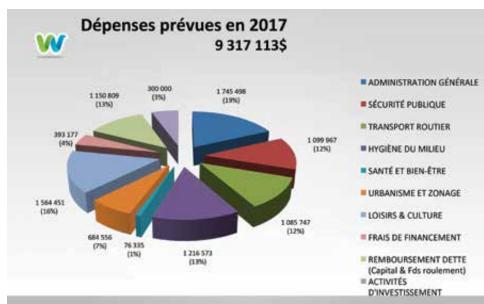
Chers (ères) citoyens (nes),

Le Conseil municipal de la Ville de Waterloo a adopté son budget 2017 et son Plan triennal d'immobilisation (PTI) pour les années 2017, 2018 et 2019 lors de la séance du 20 décembre 2016.



Les faits saillants :

- Dépôt d'un budget équilibré de 9 317 113\$, soit une augmentation de 3, 59% par rapport à l'année 2016
- Une légère augmentation des dépenses incompressibles liées aux postes budgétaires suivants :
- o Engagements des conventions collectives à respecter, c.-à-d. une augmentation de la masse salariale, incluant les bénéfices marginaux.
- o Légère augmentation des dépenses incompressibles, comme l'électricité, le chauffage, les communications, etc.
- o Dépenses reliées à l'achat d'un camion-échelle au Service incendie
- o Présence accrue de la garde en caserne de jour
- o Élection générale 2017
- o Budget ponctuel pour les fêtes du 150e
- o Intégration des fonctions de revitalisation au sein du service d'urbanisme.





NAC.

Variations des dépenses 2016 versus 2017

Secteurs d'activités	Année 2016 (\$)	Année 2017 (\$)	Variation (%)
Administration générale	1 626 893\$	1 745 498\$	7.29%
Sécurité publique	1 085 126\$	1 099 967\$	1.37%
Transport routier	1 035 401\$	1 085 747\$	4.86%
Hygiène du milieu	1 187 378\$	1 216 573\$	2.46%
Santé et bien-être	76 313\$	76 335\$	0.03%
Urbanisme et zonage	616 328\$	684 556\$	11.07%
Loisirs et culture	1 401 033\$	1 564 451\$	11.66%
Frais de financement	387 886\$	393 177\$	1.36%
Remboursement dette (capital et fonds de roulement)	1 078 082\$	1 150 809\$	6.75%
Activités d'investissements	500 000\$	300 000\$	-40.00%
Total =	8 994 440\$	9 317 113\$	3.59%

W

Variation des revenus 2016 versus 2017

Sources de revenus	Année 2016	Année 2017	Variation %
TAXES (foncières et services)	5 964 819\$	6 044 530\$	1.34%
PAIEMENT TENANT LIEU DE TAXES (écoles/ bureau de poste)	207 324\$	203 000\$	-2.08%
SERVICES RENDUS AUX ORGANISMES MUNICIPAUX (cour municipale, ententes incendie, de loisirs)	885 906\$	948 640\$	7.08%
AUTRES REVENUS (Droit de mutation/BVA/Enseigne publicitaire)	403 922\$	475 097\$	17.62%
AUTRES SERVICES RENDUS (loyers: SQ, Cour municipale, Tours communication, Aréna)	626 582\$	634 183\$	1.21%
TRANSFERTS INCONDITIONNELS (péréquation)	215 900\$	200 500\$	-7.13%
TRANSFERTS CONDITIONNELS (Prog. de subventions) Compensation du MTQ pour les routes # 112, 241 et 243	283 287\$	298 263\$	5.29%
APPROPRIATION DU SURPLUS (accumulé et cour municipale, fonds des parcs)	406 700\$	512 900\$	26.11%
TOTAL DES REVENUS =	8 994 440\$	9 317 113\$	3.59%



Établissement du taux de taxation

TAXES FONCIÈRES	TAUX (\$) 2016	TAUX (\$) 2017	MODE DE TARIFICATION
Résidentielles	0,90\$	0,90 \$	Du 100 \$ d'évaluation
Terrains vagues desservis	1,80 \$	1,80 \$	Du 100 \$ d'évaluation
I,N,R, (Commerce et institutionnel)	2,06 \$	2,06\$	Du 100 \$ d'évaluation
Industrielles	2,11 \$	2,11 \$	Du 100 \$ d'évaluation
Industrielles (zones 16, 17 et 18)	2,11 \$	0,90 \$	Du 100 \$ d'évaluation



Tarifs de chacun des différents services

SERVICES	TAUX 2016 (minimal)	TAUX 2017 (minimal)	Variation en \$
EAU - RÉSIDENTIEL, COMMERCIAL	243\$	243\$	Nil
EAU - INDUSTRIEL	380\$	380\$	Nil
ÉGOUTS - RÉSIDENTIEL, COMMERCIAL	160\$	160\$	Nil
ÉGOUTS - INDUSTRIEL	320\$	320\$	Nil
ÉCOCENTRE – RÉSIDENTIEL et I-C-I	45\$	45\$	Nil
ORDURES - RÉSIDENTIEL	95\$	95\$	Nil
RÉCUPÉRATION - RÉSIDENTIEL, COMMERCIAL	50\$	50\$	Nil
RÉCUPÉRATION - INSTITUTIONNEL	180\$	180\$	Nil
RÉCUPÉRATION - INDUSTRIEL	480\$	480\$	Nil
POLICE (SQ)	153\$	140\$	(13\$)
POMPIERS	104\$	128\$	24\$
DIFFÉRENCE PAR LOGEMENT			115

W

Projets particuliers pour 2017 - Sommaire

PROJET 2017	FINANCEMENT				
	BUDGET D'OPÉRATION	FONDS DE PARC	FONDS DE ROULEMENT	TOTAL	
Achat 3 habits de combat (bunkers)			6 000 \$	6 000 S	
Achat 5 cylindres d'air (service incendie)			6 000 \$	6 000 5	
Véhicule électrique pour les premiers répondants			40 000 S	40 000 3	
Véhicule hybride pour le directeur incendie			45 000 \$	45 000 3	
Palan électrique au garage municipal			5 000 S	5 000 S	
Services professionnels - prolongement du réseau de pistes cyclables		25 0005		25 000 S	
Services professionnels - égouts pluviaux à la plage - gestion des sédiments	5 000 S	76.00		5 000 €	
Rue Eastern - Services professionnels (plans et devis) et surveillance	100 0005			100 000 \$	
Amélioration du parc de la Caboose		50 000 \$		50 000 S	
Revitalisation - Programme de rénovation rue Foster	30 000\$			30 000 \$	
Service professionnel - Prolongement de la rue du parc industriel	8 500 S			8 500 S	
Plan d'action de développement durable (PADD)- activer le Trottibus	5 000 \$			5 000 \$	
PADD - embauche d'un agent de communication, infolettre et traduction	25 000 S			25 000 5	
Programmes de subvention du PADD Programme de remplacement poétie à bois (Changez d'air) Programme de subvention pour les barits récupérateur de pluie Programme de subvention pour l'installation des clapets antirefoulement Programme de subvention pour favoriser le vermicompostage Programme de subvention pour le remplacement d'une toilette standard par une toilette à faible débit.	15 000 S			15 000 S	
PADD - Service professionnel - commissarial industriel	25 000 S			25 000 S	
PADD - Faire vivre des expériences de participation citoyenne aux jeunes	2 500 S			2 500 \$	
PADD - Embauche d'étudiants pour la mise en place de la patrouille Bleue	15 000 S			15 000 S	
Politique familiale et MADA - lancement et financement d'initiatives	25 000 S			25 000 \$	
Ajout de paillis dans les parcs où il a des modules de jeux	9 900 \$			9 900 \$	
Achat de balançoires, bancs et poubelles	5 000 S			5 000 \$	
 Service professionnel pour aménager une bande sécuritaire pour véto et pour piétons aux entrées de Ville sur les rues Lewis (R-241) et Robinson (R-112) 	7 500 S			7 500 \$	
Asphaltage des rues	300 000 \$	No.		300 000 \$	
Projet divers :	34 500 \$	25 0005		59 500 S	
Grand total =	612 900 \$	100 000\$	102 000 S	814 900 \$	

W

Plan triennal d'immobilisations - 2017

IMMOBILISATIONS 2017	BUDGET 2017	EMPRUNT À LA CHARGE DE LA VILLE	EMPRUNT À LA CHARGE DU GOUVERNEMENT OU SUBVENTIONS	TOTAL
Pavage de rues	300 000\$			300 000\$
Projets multiples : • Module de jeux pour enfants et drainage du parc de la		16 719\$		16 719\$
Caboose Achat et installation de compteurs d'eau résidentiels et bâtiments municipaux (obligation gouvernementale)		40 000\$		40 000\$
 Construction d'un bâtiment de service au parc des génération 		50 000\$		50 000\$
PADD - Installation de panneaux d'affichage électroniques		100 000\$		100 000\$
Réfection du pont Stevens Déploiement des bornes électriques		425 000\$		425 000\$
Remplacement des fusils pour les jeux d'eau		18 000\$ 10 000\$		18 000\$ 10 000\$
Autres projets divers		13 500\$		13 500\$
 Projet de reconfiguration de la rue Cour (sens unique entre les rues Foster et Taylor) 		75 000\$		75 000\$
 Projet d'aménagement d'une piste cyclable de la rue Allen ouest 		76 000\$		76 000\$
 Projet de rechargement, drainage et pavage de la rue Allen est 		246 779\$	187 221\$	434 000\$
 Réfection des infrastructures de la rue du Pré-Sec (intervention prioritaire du Plan d'intervention) 		600 000\$	1 400 000\$	2 000 000\$
Aménagement de la nouvelle caserne		926 852\$	1 853 148\$	2 780 000\$
Total 2017 =		2 597 850 \$	3 440 369\$	6 338 219 \$ 26

W

Plan triennal d'immobilisations - 2018

IMMOBILISATIONS 2018	BUDGET 2018	EMPRUNT À LA CHARGE DE LA VILLE	EMPRUNT À LA CHARGE DU GOUVERNEMENT OU SUBVENTIONS	TOTAL
Équipements divers et aménagement intérieur de la caserne		250 000\$		250 000\$
Réfection rue Eastern (intervention prioritaire du Plan d'intervention)		1 500 000\$	1 500 000\$	3 000 000\$
Mise à niveau de l'égout pluvial du secteur Allen/ Nord/Western/terres Norris;		300 000\$	100 000\$	400 000\$
Pavage de rues	300 000\$			300 000\$
Total 2018 =	300 000\$	2 050 000\$	1 600 000\$	3 950 000\$



Plan triennal d'immobilisations - 2019

IMMOBILISATIONS 2019	BUDGET 2019	EMPRUNT Å LA CHARGE DE LA VILLE	EMPRUNT À LA CHARGE DU GOUVERNEMENT OU SUBVENTIONS	TOTAL
Réfection rue Western – dernier tronçon		2 000 000\$	2 000 000\$	4 000 000 \$
Rénovation de l'hôtel de ville (mise aux normes)		1 000 000\$	1 000 000\$	2 000 000\$
Pavage	300 000\$			300 000 \$
Total 2019 =	300 000\$	3 000 000 \$	3 000 000 \$	6 300 000\$



Virginie Fortin

Ahhh la voilà cette nouvelle année! Ce n'est peut-être qu'une impression, mais il me semble que l'année 2016 a été particulièrement percutante pour beaucoup de gens. Vous vous en êtes sorti?

En me lançant dans plein de défis en même temps, 2016 m'a démontré qu'on ne peut pas tout faire. Des circonstances hors de mon contrôle on fait que j'ai combiné tout plein de projets professionnels et personnels en même temps, un mélange que j'ai trouvé assez essoufflant. Heureusement, ce n'était que temporaire et 2017 marque la fin de ce marathon. Je suis loin de me plaindre ici, j'ai beaucoup de chance d'avoir ces opportunités. C'est simplement important d'admettre quand ça ne se déroule pas comme on l'aurait souhaité.

Cette course ne s'est pas fait sans perdre quelques plumes. Alors que je fais un retour en force à l'école, j'ai malheureusement échoué des cours à distances entrepris. Si le déménagement de l'entreprise familiale a été un véritable succès, j'ai eu peu de temps à accorder à mon entourage. La fatigue et le stress ont également fait prendre un coup à mon humeur joviale, ce qui est loin d'être dans ma philosophie de vie! C'est bien la preuve qu'on peut faire n'importe quoi, mais on ne peut pas tout faire en s'attendant d'avoir du succès dans chacun des projets sans devoir sacrifier d'autres aspects! Merci 2016, j'ai eu ma leçon!

Je me promets une année plus reposante et tenterai de choisir judicieusement où mettre mon énergie. Le temps ne se rattrape pas nécessairement, mais

2017, JE T'ATTENDAIS!

j'optimiserai du mieux que je peux les 365 jours à venir. Bienvenue 2017!

Pour l'inauguration de la nouvelle année, je rechargerai mes batteries et retrouverai mon tempérament avec mon remède miracle : prendre l'avion! Cette fois-ci, je retourne en Amérique latine vers le Costa Rica!

Le choix de destination s'est fait étonnamment facilement! Nous cherchions du soleil, de la chaleur ainsi qu'une bonne dose d'exotisme tout en étant accessible pour maximiser les 14 jours à notre disposition sans trop se casser la tête. Le Costa Rica est également situé pas trop loin de l'hiver québécois tout en étant assez abordable. Que dire de la culture hispanophone, je suis bien heureuse de retourner dans un tel environnement et de pouvoir sortir mon espagnol un peu rouillé. On ne pouvait rien demander de plus!

Même s'il est à peine plus petit que la Nouvelle-Écosse, le Costa Rica a vraiment tout pour plaire! Les 1 200km de plages paradisiaques qui longent les deux océans sont bien sûr un incontournable, mais une bonne variété d'aventures est au menu! Dans ce décor féérique, on peut y faire toutes les activités estivales imaginables. Ce qui nous intéresse particulièrement, ce sont les escapades et les randonnées en montagne. Avec 30% de son territoire protégé, des visites dans les parcs nationaux s'imposent! Des forêts tropicales à profusion, des volcans, des réserves écologiques... Pas de quoi s'ennuyer! Avec une flore aussi riche, la nature peut accueillir des milliers d'espèces en tout genre et offrir une biodiversité incroyable!

Traduit par la «Côte Riche», ce pays offre

également une bonne dose de culture avec des gens accueillants. Ils sont reconnus pour être particulièrement calmes et agréables en profitant de chaque instant, en plein ce qu'il me faut! Leur slogan est d'ailleurs «pura vida», ce qui signifie « la vie pure». Comment ne pas être convaincu?

À ce jour, nous n'avons encore rien de prévu concrètement, même pas un seul hôtel. Nous avons que des billets d'avion pour San Jose, la capitale, et un guide de voyage *Lonely Planet* en route par la poste! La préparation se fera entre deux tourtières en laissant plein de place à l'improvisation au gré de notre humeur. Une chose est certaine pour l'instant, c'est qu'à une heure de notre départ, nous serons encore en train de finaliser notre sac-à-dos. De vrais procrastinateurs bien assumés!

Avec tout ce que le pays offre, nous n'avons pas prévu de nous reposer! Nous tenterons de rattraper un été au complet en 14 jours tout en décrochant de l'école, de nos emplois et nos obligations pour se retrouver en vivant la «pura vida». J'espère que ce début d'année aventureux et ressourçant donnera le ton aux mois qui suivront!

Il est essentiel de s'arrêter de courir de temps en temps pour rattraper son souffle et ainsi revenir en force. Je vous souhaite de prendre le temps de décrocher un peu cet hiver peu importe si vous aimez la chasse, le hockey, le ski, le cinéma ou une soirée sans internet en pyjama avec une coupe de vin! À chacun sa thérapie! Prenez soin de vous, sinon personne ne le fera à votre place.

Je vous souhaite une superbe année 2017 pleine de petits bonheurs quotidiens et de repos. *Salud*!

MERCI AUX EMPLOYÉS DE LA VILLE DE WATERLOO

par : Denise Lauzière

Tous les jours, je reçois des félicitations de nos citoyens mais aussi des de nos voisins et visiteurs pour les changements dans la ville et je suis convaincu que mes collègues en reçoivent autant. Il est vrai que le conseil municipal prend les décisions de ces transformations mais nous devons compter sur le travail des employés municipaux. Sans leur empressement à répondre à nos demandes, nous ne serions pas arrivés à nos fins.

2016 a été une année exceptionnelle en demandes spéciales et urgentes pour dynamiser et embellir notre milieu de vie. Un grand merci à tous nos chefs de service pour leur enthousiasme à mettre au programme toutes ces petites demandes qui parfois s'avèrent beaucoup plus importantes que nous le pensions. Une mention très spéciale aux exécutants pour votre incroyable implication dans le travail qui nous permet des économies importantes, toutes ces félicitations vous reviennent de droit.

2017 est une année exceptionnelle pour notre ville, elle le sera aussi pour vous, je vous remercie d'avance pour votre collaboration.



M. René BeauregardMaire
Saint-Joachim-de-Shefford

En ce début d'année 2017 notre pensée se tourne avec gratitude vers ceux qui ont rendu possible notre avancement.

C'est dans cet esprit que le personnel et le conseil municipal vous souhaitent une Bonne Année!

Prudence et LENTEUR rue Lewis

par: Micheline Gratton

La Ville de Waterloo a récemment doté la rue Lewis de nouvelles traverses piétonnières où l'on y lit un gros LENTEMENT en jaune et rouge, pour inciter les automobilistes à ralentir à des endroits stratégiques. Très bonne initiative quand on sait que l'on retrouve sur cette rue deux écoles ainsi qu'un nouveau circuit de pumptrack (parc des Générations). Bref, une rue où l'on retrouve un fort volume d'écoliers, de parents à pied ou en voiture, sans compter tous les automobilistes qui l'empruntent pour se rendre à leur travail.

Une campagne de sensibilisation à la prudence dans les rues de Waterloo a d'ailleurs eu lieu cet automne auprès des étudiants. Une idée de l'organisme « Jeunes en forme » en partenariat avec la Ville de Waterloo, les parents et les écoles.

Cette innovation de la ville aura pour effet de conscientiser les piétons comme les automobilistes au respect de l'autre et à la sécurité de tous. N'est-ce pas une responsabilité collective? Puisque la vie de tous les enfants nous tient à cœur ainsi que celle de tous les citoyens de Waterloo et les environs.



Cécile Lachapelle thérapeute

RETOUR SUR LES AGRESSIONS

Suite aux agressions qui ont été dénoncées dernièrement, (l'automne dernier), j'ai entendu toutes sortes de commentaires. Untel disait que ça ne se pouvait pas qu'un enfant se fasse abusée à répétition sans en parler à une personne de confiance, une telle autre disait qu'elle s'en serait aperçue si quelque chose comme ça c'était produit à la maison. Pourtant il est prouvé que beaucoup d'agressions se sont passées à la maison et que personne n'en avait eu connaissance. J'entendais l'insinuation à l'effet que peutêtre l'enfant le voulait aussi et pouvait y trouver un certain plaisir. À l'époque où les évènements se sont produits, tout était tabou et il était très rare que les enfants aient eu le courage d'en parler à qui que ce soit. Peur des conséquences, culpabilité à cause du péché, peur des répercussions dans la famille, peur de ne pas être cru et crainte d'une punition d'avoir inventé une telle chose, menace de l'abuseur, peur de faire de la peine aux parents, lorsque ça se passait à l'école peur de ne pas avoir une bonne note, peur de se faire recaler à un examen, les enfants qui subissaient une agression vivaient presque continuellement dans la peur. À cette époque les enfants vivaient dans l'ignorance, rares étaient ceux qui avaient une éducation sur le plan de la sexualité. Il faut savoir aussi que les agressions n'arrivent pas comme ça, du jour au lendemain, elles peuvent se produire partout et n'importe quand. L'agresseur prend le temps de tisser sa toile autour de l'enfant, petites attentions, privilège, cadeau, tendresse, etc. Il installe tout doucement son pouvoir. Ce qu'il faut se rappeler, c'est que les abuseurs n'ont pas de

(Suite de la page 4 - Guignolées de la région)

visages, ça peut être n'importe qui.

aux familles moins choyées, a aussi connu une très belle récolte qui a permis à 165 familles de recevoir un panier de Noël d'une valeur d'environ 250\$. Les 12 000\$ récoltés en argent ont servi à combler les besoins en denrées périssables, les surplus sont remis à la maison des jeunes Exit de Waterloo et à la banque alimentaire du Centre d'action bénévole de Waterloo.

M. Sullivan grand responsable de cette guignolée tient à remercier les responsables des différentes collectes : Raymond Fontaine pour Waterloo, Josée Ouellet pour Shefford et Lise Bourguignon pour St-Joachim-de-Shefford. Cette guignolée nécessite plus de 1700 heures de bénévolat. Un grand merci aux membres des Chevaliers de Colomb et leurs amis, aux jeunes des Cadets de la marine et de la Catéchèse pour le temps offert. Tout ceci ne pourrait se faire sans la grande générosité de la population qui répond bien à la

PIERRE BROUILLETTE, prop.

TÉL.: 450 539-3143 CELL.: 450 776-5715

SPÉCIALITÉS:

Réclamation d'assurance

Heures d'affaires : Lundi au vendredi : 8 h à 17 h

8 NORRIS

WATERLOO, Qc J0E 2N0

Bonne Année

Vente et installation pare-brise

Réparation pare-brise

Rembourrage de siège

Attelage pour remorque

Vitre d'auto

de tracteur

Vitre de tracteur

Pare-Brise

Mobile

Waterloo Inc.

Démarreur à distance

Système d'alarme

• Installation radio d'auto

Antivol

demande, aux institutions participantes et aux dons des municipalités.

L'arbre magique a récolté plus de 100 cadeaux qui ont été distribués par le Père Noël des pompiers. Les cadeaux reçus étaient de qualité et bien choisis selon les responsables. Un cadeau très spécial des Ballets Jacinthe Daviau et la participation du Club social des employés de G.E. nous ont permis de combler tous les besoins de le Noël 2016.

La collecte des pompiers permet de récolter des fonds pour combler les besoins supplémentaire de l'Arbre magique. M. Gallagher, chef pompier précise que les surplus vont venir en aide lors d'incendie ou d'accident concernant des enfants. Cette collecte tenue sous une pluie diluvienne a amassé près de 1500\$.

MERCI à tous, sans vous rien n'aurait été possible!



• Possibilité d'installation sur place

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 Bien qu'il y ait encore des agressions sexuelles aujourd'hui, la société les condamne et les familles sont beaucoup mieux informées au sujet des agressions. L'éducation de la société a fait en sorte de défaire les tabous les concernant. Les discussions sont plus ouvertes dans les familles, les mises en garde sont expliquées aux enfants. On voit de plus en plus de dénonciations et de condamnations et les victimes ont le droit de sortir de leur cachette et de s'exprimer. Pourtant, encore aujourd'hui, malgré toute l'information, toute l'éducation, toutes les connaissances, ça existe encore. Beaucoup moins, Dieu merci, mais ça existe encore des enfants qui souffrent à cause de personnes qui devraient consulter pour essayer de corriger leur déviance. Et pourtant, encore aujourd'hui, il existe des gens qui pensent que les enfants ont une part de responsabilité dans ce qui leur arrive.





• SABLAGE AU JET • PEINTURE • MÉCANIQUE GÉNÉRALE • BOYAU (HOSE) HYDRAULIQUE ET SOUDURE

TÉL.: 450 830-0165

278, Ch. de la Grande Ligne, St-Joachim de Shefford, Qc J0E 2G0

MARIO CHOQU

à toute ma clientèle



LANCEMENT DE LA PROGRAMMATION DU 150^E DE WATERLOO

ILLUMINATION DU 150°

6 janvier 2017 Parc Robinson à 18h30

Vous êtes invités à célébrer le début des festivités sous un ciel éclairé par l'envolée de 400 lanternes chinoises, un bref feu d'artifice et une prestation musicale.

Une lanterne sera remise gratuitement par famille. Il s'agira d'un moment pour se rassembler en famille afin de débuter l'année en beauté. Vous pourrez également inscrire vos vœux pour l'année sur votre lanterne avant de la laisser s'envoler dans le ciel.

CARNAVAL DES PLAISIRS D'HIVER

4 et 5 février 2017 Parc Robinson

Samedi 4 février de 13h à 16h30

Animation ambulante, «bubble football», glissade sur tubes, tire sur la neige et autres surprises

Samedi 4 février de 18h à 21h

Soirée dansante en patins, musique festive et feux de camp

Dimanche 5 février de 13h à 16h

Initiation au ski de fond (réservations), soccer-pool, essai de «fatbikes», entraînement extérieur (zumba familial)

MÉGAPARC DE JEUX GONFLABLES

3 et 4 mars de 10h à 15h École secondaire Wilfrid-Léger

Venez vous amuser dans le mégaparc qui donnera accès à plus de dix jeux gonflables, une zone pour les enfants d'âge préscolaire et plusieurs surprises dans une ambiance festive et sécuritaire. La supervision des parents est recommandée, mais obligatoire pour les enfants de 7 ans et moins.

Activité pour toute la famille.

Coût d'entrée quotidien : 8 \$/enfant

Une conférence de presse officielle sera annoncée dans quelques semaines afin de procéder au dévoilement complet de la programmation et des autres détails. Nous vous invitons à rester à l'affût pour toutes les informations grâce à notre site Internet au www.150waterloo.com et sur notre page Facebook/150waterloo. Pour information et bénévolat, demandez Philippe St-Denis.



Noël réchauffait les cœurs des petits et des grands!

www.paradewaterloo.com



















Desjardins Caisse populaire de Waterloo

Le service est notre priorité Service is our priority

GENERAL AND OVERSIZE TRANSPORT ENTREPOSAGE / STORAGE



Métro VÉTEMENTS POUR TOUTE LA FAMILLE



Cabinets portatifs Stukely sud Laiterie Chagnon **Outils Concepts Granby**

Résidence funéraire Bessette Turkey Hill Loo Équipements Waterloo

Excavation N.Jeanson Opto Réseau Waterloo Restaurant l'Express Hershey's Santé Courville Atelier mécanique GSL Virgin Hill Golf Waterloo

C'est chez nous que ça s'passe!

SON RÊVE SE RÉALISE

par : Mireille Lessard-Labrecque



Comme première entrevue pour cette nouvelle chronique, j'ai été transportée dans une sphère que je ne connaissais pas du tout. Et c'est peu dire! J'ai rencontré « Un fabricant de canons de carabines de compétition et

de chasse». Pas n'importe lequel fabricant : LE SEUL AU QUÉBEC à effectuer le travail entièrement à la main: ROBERT BESSETTE!

Je l'ai rencontré en chair et en os et il m'a expliqué tout simplement mais avec un brin de fierté très légitime, qu'il est reconnu pour la qualité de son ouvrage. J'ai lu sur internet que celui-ci est «top notch»! Comme il l'a mentionné, les machines-outils sont incapables d'une telle perfection. J'ai pu constater l'étendue de sa renommée par des lettres d'appréciation d'athlètes de niveau provincial qui le remercient de créer les canons grâce auxquels ils gagnent des compétitions. Des commandes lui viennent de partout au Canada. Certains canons exigent une portée de 1000 verges. C'est le cas en Ontario et en Saskatchewan tandis qu'au Québec, la portée se limite à 600 verges.

J'ai été fascinée d'apprendre qu'il a appris tout seul à fabriquer la majorité des outils

qui lui permettent de confectionner des canons de tous les calibres du 22 au .50. Il m'a montré les nombreuses roues d'engrenage fabriquées également de sa main qu'il utilise sur sa «Machine à fabriquer les canons» de douze pieds de longueur! Tous les outils utilisés sont précis au .0001" (dix-millième) de pouce. (Les mesures métriques sont peu employées dans ce genre de travail.) Imaginez la patience, la détermination et la minutie que ça lui a demandé pour mettre au point sa technique. Un travail de moine que cet outilleur électro-mécanicien a entrepris il y a quelques années afin de se préparer une retraite spéciale. D'une passion pour les armes et la chasse qu'il a développée tout petit, il est devenu un fabricant de canons pour athlètes renommés et pour chasseurs avertis.

Pour ne pas vous perdre, surtout moi qui devais vous expliquer son travail d'une rareté peu commune, Monsieur Bessette a résumé en six étapes principales la fabrication à la main de ses canons à rayures coupées et *lapées. Il précise qu'en général, l'ingrédient de base est une tige de métal d'environ 36 pouces de long. Le métal employé peut être de l'acier 4140 ou de l'inox 416 durci.

Première étape : Le perçage de la tige avec une perforeuse spéciale qui pratique d'abord une ouverture approximative. Puis vient le perçage du diamètre final à l'aide d'un alésoir. Cet outil sert à calibrer avec exactitude le trou percé dans la pièce métallique. Troisièmement, des rayures sont coupées à l'intérieur du canon. Monsieur Bessette doit passer environ 600 fois l'outil spécifique à cette étape qui prend environ une journée à elle seule! J'ai moi-même tourné la manivelle qui sert à couper les rayures! Quatrièmement, à l'aide d'une pâte au diamant, s'effectue le polissage de l'intérieur du canon. En cinquième, arrive le moment de modeler le contour du canon. Ce travail se fait sur un tour qu'il a adapté à ses besoins. Tous les canons ne se sont pas rectilignes. Certains débutent par des courbes particulières selon le type de canon commandé. En principe, le polissage extérieur du canon vient terminer sa conception.

Plusieurs vérifications sont faites en cours de travail afin d'assurer l'exactitude des

(Suite à la page 15 - Son rêve se réalise)



Agréé avec mention d'honneur par Agrément Canada



Un CHSLD pour les personnes âgées en perte d'autonomie, qui désirent d'excellents soins et services de longue ou courte durée





Le personnel professionnel, bilingue et respectueux vous offre : - 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 - des soins infirmiers 24 sur 24

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



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

Le coeur qui aime et les mains qui donnent

5305 avenue Courville, Waterloo (Québec) JOE 2NO

(450) 539-1821

www.santecourville.com

L'UNITÉ PASTORALE VOUS INFORME...

ST-BERNARDIN ET ST-JOACHIM

Vœux pour la nouvelle année 2017

Nos vœux les meilleurs pour cette nouvelle année!

Qu'est-ce qui rend meilleur ?

Tout ce qui nous remplit de compassion nous rend plus sensibles, plus détachés, plus aimables, plus responsables, plus humains, plus respectueux de l'éthique (morale).

Si j'agis avec bonté, je recevrai la bonté, si j'agis avec méchanceté, je recevrai la méchanceté.

C'est ce que nos grands-parents nous ont toujours enseigné.

Bonne et heureuse année à chacune et chacun de vous.

Que le Seigneur vous tienne en sa bénédiction.

Alain Mitchell, prêtre modérateur

Au nom de l'équipe pastorale et du personnel.

Nouvelles marguillières!

Les assemblées générales des fabriques de notre unité ayant eu lieu, voici le résultat des élections de marguilliers. Nous voulons tout d'abord remercier sincèrement le marguillier sortant du conseil de fabrique de St-Bernardin, M. Léonard Deschamps pour sa précieuse implication; nous souhaitons la bienvenue à M. Louis Bellemare et félicitons M. Jean-Guy Gougeon d'entreprendre un 2^e mandat. Pour la paroisse de St-Joachim, nous félicitons Messieurs Yvan Savaria et Danny Choquette de poursuivre avec un 2^e mandat au conseil de fabrique. Un grand merci à chaque membre des deux conseils de fabrique de l'unité pastorale pour leur engagement accompli avec cœur et générosité.

Rencontres bibliques pour adultes

Inscription obligatoire; toujours entrer par la porte # 200

- 17 janv. 19 h ou 18 janv. 13 h : Noé et La tempête calmée
- 31 janv. 9 h ou 19 h : La Tour de Babel, Dieu souffle sur Adam et Les ossements desséchés.
- 7 mars 19 h ou 8 mars 13 h : La veuve de Sarepta et Lazare revit

La Taverne du Bon-Dieu, à la salle Esperanza de St-Joachim.

Vous cherchez un lieu pour jaser et pour être avec d'autres ? Venez-vous joindre à nous le vendredi 20 janvier, les Cœurs Vaillants, et apportez vos consommations et grignotines.

Micheline Beauregard Dalpé, responsable.

Bingo paroissial

La prochaine soirée se tiendra le samedi 28 janvier de 19 h à 22 h (ouverture à 18 h) à la Salle Communautaire du Centre paroissial en entrant par la porte arrière. Le livret de 10 tours à 9 faces chacun est au prix de 11\$, et il sera possible d'acheter pour 5\$ supplémentaire, 2 tours spéciaux et le gros lot. Les gagnants se mériteront 35\$ par tour régulier, 100\$ par tour spécial et 650\$ pour le gros lot. Dates des autres soirées : 25 février, 25 mars, 22 avril et 27 mai. Pour 18 ans et plus. Bienvenue à tous!

La Fabrique de la Paroisse de St-Bernardin : lic201606020061-01

CLUB D'OBSERVATEURS D'OISEAUX DE LA HAUTE-YAMASKA (COOHY)

Sorties de groupe pour observation de la faune ailée en région et parfois ailleurs au Québec. Club existant depuis 1987. Recensement des oiseaux de Noël, Baie-du-Febvre au printemps etc. Jumelles requises.

Sorties: samedi, dimanche, parfois en semaine

Inscription: en tout temps

Coût d'abonnement : 25\$ ou 35\$ selon choix (courriel ou poste)

Information: 450 378-2016 Site web: http://www.coohy.ca/



FADOQ CLUB WATERLOO

Salle communautaire St-Bernardin (local 103)
Activités pour le mois de janvier 2017:

4- La Rentrée et bingo-buffet : 5 \$ -18 h

11- Cours de danse en ligne : avec Jocelyne et Claude Vallée- gratuit – local (103) -Cartes (local 102) - 19 h à 21 h

- 18- Baseball-poches, cartes et pétanque-atout 19 h 30
- 19- Déjeuner : Miche et Délice 9 h.
- 23- Atelier: *Prendre soin de soi* avec Dominique Gratton *gratuit* -13 h 30 à 15 h
- 25- Baseball-poches, cartes et pétanque-atout 19 h 30



CAPSULE ÉCOLO

Église St-Bernardin, 5005, Foster, Waterloo Église St-Joachim, 655, rue Principale, St-Joachim

«Ils en prennent pour se chauffer ou pour cuire leur pain..»

(Esaïe 44, 15)

Au moment où nous consommons une si grande quantité d'électricité en hiver, il est important de réduire et d'étaler sa consommation pendant « l'heure de pointe », entre 16 h et 20 h. Par exemple, vous pouvez reporter de quelques heures l'utilisation de vos électroménagers (sécheuse, lave-vaisselle). Laissez-vous un aide-mémoire sur l'appareil.

Abaissez la température de 3° C (5 °F), la nuit et le jour, lorsque vous vous absentez durant quelques heures. Vous économiserez ainsi de 4 à 5 % sur vos coûts de chauffage en plus de réduire les émissions de gaz à effet de serre.

Ensuite, l'utilisation améliorée de la cuisinière peut également réduire la consommation d'énergie. Il est recommandé d'éteindre la plaque chauffante ou le four 5 minutes avant la fin de la cuisson pour profiter de la chaleur résiduelle. Également, déposer le couvercle sur la casserole permet de concentrer la chaleur et économise de 20 à 30% d'énergie. Astucieux!



CHEVALIERS DE COLOMB DE WATERLOO BRUNCH



N'oubliez pas le prochain déjeuner communautaire au sous-sol de l'église St-Bernardin, dimanche le 8 janvier prochain, de 8 h 30 à 12 h 30. Bienvenue à tous.



Cours de théâtre pour les 6 à 13 ans « La Relève de Sauvageau »

La Compagnie de Théâtre Sauvageau inc. de Waterloo offre un atelier de théâtre pour les jeunes âgés entre 6 et 13 ans et qui sera donné par **Louise-Marie Dion**.

L'atelier comprend des exercices de diction, des jeux d'échauffement, du mime... et en ayant comme objectif la réalisation et la présentation d'une courte pièce théâtrale.

Les cours sont offerts soit les <u>mercredis</u> de 1 5h 30 à 17 h dans le gymnase de l'école l'Orée des Cantons, pavillon St-Bernardin de Waterloo. La session d'une durée de 12 semaines débutera le 18 janvier et se terminera le mercredi 12 avril 2017 avec la présentation de la courte pièce. Il y aura relâche le 1^{er} mars.

Le coût est de **60\$** pour les **12 cours**. Les <u>inscriptions</u> se font par téléphone au 450 539-3909 entre 9 h et 20 h <u>du 4 au 13 janvier 2017</u>. Faites vite, les places sont limitées!

4^e Soirée bénéfice «VINS et FROMAGES»

au profit du Centre d'action bénévole de Waterloo

Le Centre d'action bénévole de Waterloo est fier de vous inviter à cette soirée prestigieuse qui se déroulera <u>le vendredi 17 février 2017 à 18 h</u> dans le magnifique décor de la Maison de la Culture de Waterloo au 441, rue de la Cour à Waterloo.

Cette activité bénéfice permettra au Centre d'action bénévole d'amasser une partie des fonds nécessaires pour maintenir son service de dépannage alimentaire. Considérant le contexte économique, inutile de vous dire que les besoins sont grands, c'est pourquoi nous comptons sur votre générosité habituelle.

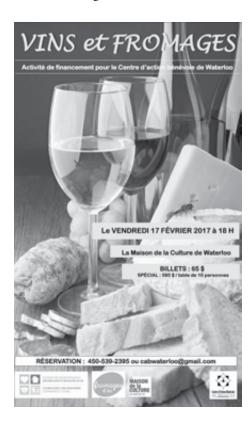
La banque alimentaire du Centre d'action bénévole vient en aide aux familles et aux personnes qui vivent des difficultés temporaires. Que ce soit, la perte d'emploi, une maladie grave, une séparation, un décès, personne n'est à l'abri d'une situation fâcheuse. Chaque année, le Centre soutien entre 700 et 900 personnes en leur offrant une aide alimentaire.

Nous vous attendons donc en grand nombre afin de partager avec nous cette soirée Vins et Fromages où vous aurez le plaisir de découvrir les fromages d'ici, gracieuseté de la Fédération des producteurs de lait du Québec, ainsi qu'une belle variété de vins les accompagnant. Une soirée mémorable où vous aurez l'occasion de partager en bonne compagnie.

Merci à nos partenaires la Caisse de bienfaisance des employés et retraités du CN et la Maison de la Culture de Waterloo.

Le billet est de 65 \$ par personne et si vous réservez une table de 10 personnes, vous payez 585 \$, soit une économie de 65 \$ pour une table.

N'hésitez pas à réserver vos billets au 450 539-2395 ou par courriel cabwaterloo@gmail.com.



BESOIN D'AIDE AVEC VOTRE TÉLÉPHONE CELLULAIRE OU VOTRE TABLETTE ?

À tous les lundis dès le 16 janvier 2017, 3 étudiants de l'école Wilfrid Léger seront présents au Centre d'action bénévole



de Waterloo <u>de 14 h à 15 h</u> pour vous aider à mieux comprendre vos appareils électroniques.

Que ce soit pour télécharger des applications, des jeux, envoyer des courriels, photos, texto ou autres... Les étudiants seront sur place pour répondre à vos questions et ce tout à fait gratuitement. Ce nouveau service d'ESCOUADE TECHNO est offert à tous les résidents de Waterloo, Warden, Canton de Sheffford et St-Joachim-de-Shefford. Venez faire un tour et prendre un bon café en leur compagnie.



Le personnel de la Bibliothèque publique Waterloo souhaite à tous :

Une excellente année 2017 Remplie de joie, de paix et de santé!

Merci de nous permettre de vous réconforter par la lecture.

Nathalie et Isabelle

NOUVEAUTÉS DU MOIS DE JANVIER









WILFRID FÊTE NOËL



Encore cette année, l'école Wilfrid-Léger a offert aux élèves des activités pour célébrer Noël. Le conseil étudiant a décidé que cette période pleine de folies était le 23 décembre pendant l'après-midi, juste avant de partir pour les vacances de Noël.

Pour participer aux activités offertes, un message a été annoncé à l'intercom pour que les élèves puissent s'inscrire. Un grand carton était affiché à la place publique de l'école avec toutes les activités proposées. À la bibliothèque, un match d'improvisation avait lieu. Au local d'arts, les élèves avaient confectionné des lampions de Noël. Au gymnase, les élèves et les professeurs se sont mis en équipe de 6 personnes pour s'affronter dans quelques matchs de

volleyball, puis d'autres élèves ont observé et encouragé les équipes sur les bancs. Au local de cuisine, les étudiants ont préparé des biscuits de Noël en pain d'épices. Dans une des classes au deuxième étage, il y a eu une compétition de génie en herbe pour les élèves avec de grandes connaissances.

Toutes ces activités nécessitaient de s'inscrire au préalable, car il y a beaucoup de préparation à faire pour chacune d'elles. Seulement 2 activités pour lesquelles aucune inscription était nécessaire; la danse à la place publique et le photo booth devant la cafétéria.

Le 23 décembre n'était pas la seule journée intéressante dans la vie des étudiants lors du temps des fêtes. Le 5 décembre, tous les élèves du conseil et leurs amis sont restés

après les heures de cours pour décorer l'école. Le 6 décembre, il y a eu une journée sans uniforme, mais il y avait une petite surprise. En échange du droit de ne pas porter d'uniforme, il fallait que les étudiants apportent une denrée pour la guignolée annuelle. Durant les semaines de décembre, la bibliothèque de Wilfrid-Léger faisait un concours appelé *Le mur à souhaits* où les adolescents de l'école pouvaient gagner un prix. Il y a eu un deuxième concours où il fallait créer un mots-croisés de Noël pour gagner une cartecadeau de Tim-Horton et une chance que le mots-croisés soit affiché dans le journal Panorama.



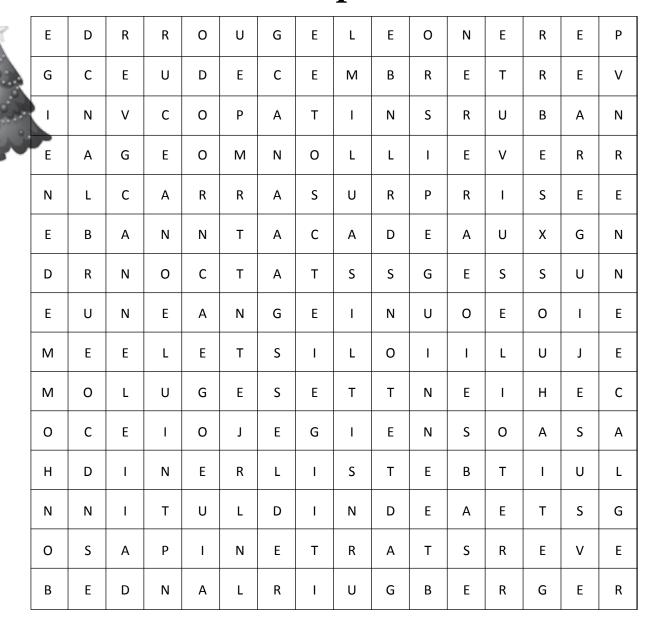
« Je crois que tous les élèves aiment avoir des activités

lors des fêtes », avait prédit Kim Wilcott, une des professeurs qui aident les élèves du conseil étudiant. Kim avait tout à fait raison car à chaque année les élèves de Wilfrid-Léger apprécient les efforts que l'école fait pour rendre leur vie scolaire plus intéressante.

Il faut remercier tous les élèves et les professeurs qui se sont lancés dans ce gros projet. Sans l'aide de chacun d'entre eux, l'école aurait été plus monotone et pénible pour les dernières semaines avant les vacances de Noël. On les remercie pour tout ce qu'ils ont fait.

Haley Lafond 4e secondaire

Par Yoanie Labrecque (Secondaire 1)



Ange Bas Berger Blanc Bonhomme de neige Cadeaux Canne Cœur Décembre Décorations Dinde Dîner Étoiles Gant Glace Gui (x2) Guirlande Jésus Joie Liste (x2) Luge Lutin Neige Noël **Patins** Père-Noël Renne Rêve Réveillon Rouge Ruban Sapin Souhait **Surprise Tarte** Vert (x2)

Amour

(Suite de la page 11 - Son rêve se réalise)

dimensions et cela sur différents outils qu'il est impossible d'expliquer dans cette chronique. Je me trouve vraiment privilégiée d'avoir visité son atelier de travail, d'avoir pu observer les nombreux outils qu'il a fabriqués et d'avoir reçu toutes ses explications. Il fait preuve d'énormément de patience ce monsieur. Je le sais car il m'a répété trois fois minimum les détails de son métier ... mais... je me console, car cinq messieurs ingénieurs pour des produits militaires ont passé quelques jours avec lui afin de pouvoir copier sa façon de faire et ils n'y sont pas arrivés.

La raison? Une machine ne peut égaler la précision de cette méthode manuelle ancienne... Il existe trois ou quatre façons de fabriquer des canons à la machine m'a-t-il dit mais, c'est sa méthode qui donne le plus de précision. Pour les acheteurs,



c'est une aubaine car ils obtiennent une meilleure qualité de canon à un coût moindre.

Son but est de fournir des canons parfaits répondant aux attentes de ses clients ainsi que conformes à ses critères qu'il place très haut. C'est un perfectionniste qui voulait faire quelque chose d'inusité pour meubler sa retraite. Un hobby particulier! Il peut être fier de ce qu'il a accompli et de la renommée dont il jouit. Il est la preuve qu'avec beaucoup de détermination et de persévérance on peut atteindre les objectifs escomptés quelque soit l'ampleur de son projet.

*lapés : dont on a enlevé les marques, les aspérités du couteau

Merci monsieur Bessette de contribuer à la richesse de notre milieu!







Merci aux partenaires, commanditaires, collaborateurs et aux bénévoles pour avoir rendu ce service possible.

M. Pierre Paradis ministre de l'agriculture, des pêcheries et de l'alimentation, ministre responsable de la région de l'Estrie et député de Brome-Missisquoi.

Pierre Breton, député de Shefford Ville de Waterloo Municipalité de Shefford Municipalité de Saint-Joachim-de-Shefford Caisse populaire Desjardins de Waterloo Laiterie Chagnon Dr. André Paquin, chiropraticien Boulangerie Artisanale Boni-Soir

Dr. Bruno Derouet

Restaurant l'Express

Pâtisserie Langevin

Garage Ultramar
Les Quais de l'Estrie
Bar le Devin
Les Trésors Cachés
Centre de santé Solaireau SPA
Dépanneur Dixie
Home Hardware - Surplus
Malouin
Bar - Bière-O-Loo
Les Délices de Joane Stratford
Lapierre Waterloo Small
Imprimerie Duval
Cantine Maude
Nade Art

Les bénévoles escortes : • Sûreté municipale de Granby

• Chauffeurs • Partenaires

• Téléphonistes

RENDEZ-VOUS POUR DÉCEMBRE 2017

Claudette Royer, André Paquin coordonnateurs pour Waterloo



Communautaire



VIENS JOUER DEHORS!

par : Nathalie Benoît

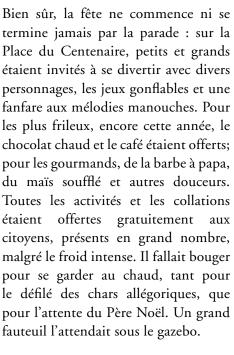
Sous un ciel incertain entre le soleil et les légers flocons de neige, les Waterlois étaient au rendez-vous pour la parade du Père Noël du 10 décembre 2016. Pour sa cinquième année, la parade au parcours en boucle (rues Taylor-de la Cour-Foster), s'est concentrée au cœur de Waterloo.

Chars allégoriques, véhicules des services d'urgence, véhicules tout terrain, chevaux et figurants déguisés distribuant des friandises (et même des peluches) ont défilé dans une procession toujours aussi harmonieuse, sans incident. Les principaux acteurs de la parade étaient de retour pour représenter fièrement leur ville: entre autres l'équipe de hockey les Maroons de Waterloo, le Club Optimiste, Waterloo Elementary school, les ballets Jacinthe Daviau, la Légion Royale canadienne, la maison des jeunes l'Exit, jouant des percussions; on pouvait sentir la fébrilité des participants pendant les derniers préparatifs avant le départ.

Bien sûr, la fête ne commence ni se termine jamais par la parade : sur la citoyens, présents en grand nombre,

D'après Stéphanie Morin de Tourisme Waterloo, les citoyens semblent avoir apprécié que les activités se tiennent à l'extérieur, en plein air: selon elle, c'est le commentaire qui est revenu le plus souvent. Tout était concentré au même endroit... Madame Morin a aussi fait remarquer: "Tous ces gens qui se parlent et semblent se connaître... Ça donne une ambiance chaleureuse malgré le froid."

C'est d'ailleurs grâce à votre participation, chers concitoyens et





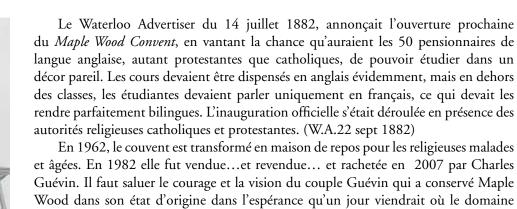
Nos belles d'autrefois



Marguerite Campbell

Maple Wood (1864-65) 26, rue Clark, Waterloo

Un magnifique domaine



rendant ainsi la restauration impossible. Ce moment de grâce est venu et il appartient maintenant au couple Arseneau-Bouchard, des madelinots épris de beauté, qui lui ont rendu toute sa splendeur.

serait protégé et remis en valeur. Il eut été tellement plus facile et surtout plus rentable de le diviser en plusieurs petits logements comme cela se produit trop souvent, hélas,





Photo: M. Campbell, 2016

Photo: M. Campbell, 2016 Son histoire:

Cette magnifique villa, la plus belle de la région, avait été construite en 1864-65 pour Asa Belknap Foster (1817-1877) à son retour au Canada, après avoir fait fortune au Vermont, son lieu de naissance. Il était arrivé au Québec à l'âge de 5 ans avec son père, le Dr. Stephen Sewell Foster qui était alors le premier médecin dans les Cantons de l'Est. En 1837, Asa était retourné, au sud de la frontière, travailler pour son oncle S. K. Balknap, entrepreneur, à la construction du chemin de fer Boston & Portland Railway. Il aurait ensuite complété plusieurs sections du Central Vermont Railway.

Fort de cette expérience il est revenu au Québec en 1861 pour s'y établir... sur la ferme au bout du chemin Clark, dans Frost Village, et travailler au Shefford, Stanstead & Chambly Railroad, qui allait relier Waterloo à Chambly et Montréal. Il a aussi travaillé pour le South Eastern Railway Company en 1872, qui relierait Sorel à Sutton et continuerait aux États-Unis. La population de Waterloo avait, durant cette période, passé de 400 âmes en 1861 à plus de 2500 en 1875.

Foster a aussi construit, en Ontario, plusieurs chemins de fer entre la Baie Georgienne et le sud de l'Ontario qui se reliaient à Montréal, ce qui lui avait valu le titre de « roi des chemins de fer canadiens ». (Éloge funèbre paru dans le New-York Times) Il fut en plus administrateur de la Banque de Bedford. Elu député de Shefford en 1858, comme partisan de Georges Etienne Cartier, il se présenta, en 1860, au Conseil législatif et élu dans la circonscription de Bedford.

En 1867, élu premier maire de la nouvelle municipalité de Waterloo, il est aussitôt entré au Sénat la même année. Il fut aussi lieutenant-colonel dans la milice de Shefford de 1857 à 1869. Après bien des déboires Foster mourut d'une crise cardiaque à Montréal en 1877. (Donald Swanson, «Foster A.B. »Dictionnaire biographique du Canada, vol 10. Univ. Laval. (4 dec, 2016).

Revenons maintenant à Waterloo, cette voie ferrée, au moment de sa construction, passait à environ un mile au sud du village, là où le niveau convenait, près de l'étang. Il fallait aussi de l'espace pour l'élaboration de divers bâtiments, de la plaque tournante ainsi qu'une gare. Ensuite il y construisit un hôtel pour accueillir les visiteurs, le Foster House et des commerçants sont aussi venus s'établir à proximité pour en tirer parti... en plus de plusieurs maisons privées. Un petit parc urbain, square, ainsi qu'une rue, qui porte encore son nom, Foster, allait relier ces lieux au village et devenir le Waterloo qu'on connaît maintenent. Il y avait fait lotir ses terres et les vendit après en avoir donné plusieurs pour des églises ou temples ainsi que pour des écoles et bâtiments publics.

Les Foster s'étaient réservé ce petit promontoire couvert d'érables, pour y faire construire leur villa qu'ils ont appelée, évidemment, Maple Wood.

Quelque temps avant son décès il commençait à éprouver des soucis financiers, ce qui allait amener sa veuve à devoir vendre Maple Wood peu après. Foster, lui-même, avait désiré y voir un couvent, celui des Sœurs de Saints noms de Jésus et de Marie. Après son décès, Mme Foster l'avait vendu en échange d'une rente viagère de mille dollars annuellement.... croyant que ce ne serait que pour quelques années... elle a survécu encore vingt ans...

Son style : néo-italien

Ce bijou, de style néo-italien, a été réalisé par l'entrepreneur P. Lambkins, d'après des plans de l'architecte montréalais John William Hopkins (1825-1905). Ce style, très symétrique, plus ou moins garni, était apparu en Angleterre avec John Nash et fut très populaire du début de 1830 jusqu'à fin du siècle.

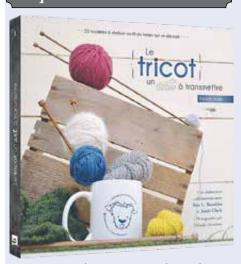
Un porche, situé au bas d'une tour carrée centrale, en avant-corps, nous amène à la porte principale, à deux battants, surmontée d'une imposte vitrée. Des fenêtres jumelles aux arcs surbaissés, ce qui est typiquement italien, éclairent les pièces avant. Deux vastes vérandas superposées supportées par une série de fines colonnes ornées de corbeaux de bois découpé entourent le bâtiment sur trois côtés. Le côté sud est du premier étage est maintenant en solarium. Les vérandas sont entourées de balustrades de bois ouvragé, ce qui situait bien le domaine dans le grand courant pittoresque de l'époque romantique. Imaginons la vue qu'ils avaient sur les environs.

Ses principales caractéristiques :

- Maison de brique à deux étages et toit recouvert de tôle à baguettes.
- Une tour carrée centrale, se projetant en avant-corps, abrite le porche.
- Toit en croupe tronqué, percé de lucarnes, surmonté d'une terrasse faîtière et couronnée d'une crête métallique.
- Porte principale à battant coiffée d'une imposte vitrée.
- Le rez-de-chaussée a un plafond élevé de treize pieds et demi, décoré de superbes moulures de plâtre...
- Toutes les ouvertures sont coiffées d'arc surbaissé.
- Une grande véranda en bois découpé, contourne la maison sur ses deux étages.
- Côté nord, la véranda contourne une baie en saillie à trois pans sur ses deux paliers.
- Les corniches sont décorées de modillons.
- Les deux balustrades sont un peu différentes.

LE TRICOT, UN ART À TRANSMETTRE

par : Micheline Gratton



Le tricot est-il encore populaire de nos jours? Est-ce encore un passe-temps pour nos mères et nos grands-mères?

Selon Josée Clark, native de Waterloo et co-auteure du livre « Le tricot, un art à transmettre », le tricot revient à la mode et les ateliers qu'elle anime dans une boutique de laines à Windsor en sont la preuve.

La passion pour le tricot est arrivée sur le tard dans la vie de Josée Clark, alors qu'elle vivait un arrêt de travail. C'est là qu'elle est tombée dans sa « potion magique » comme elle le dit si bien. De fil en aiguille, pour ne pas dire, de laine en aiguille, elle a suivi des formations, a tricoté pour son entourage, a participé à des expositions d'artisans, pour finalement obtenir un travail dans une boutique de laines où elle y enseigne maintenant. Lorsque je lui ai demandé si elle avait eu un modèle dans sa jeunesse elle m'a parlé de sa grand-mère qu'elle a vu crocheter et tricoter toute sa vie et qui l'impressionnait beaucoup. Elle a le sentiment que c'est sa grand-mère qui lui a transmis son talent, même si à cette époque elle n'avait pas la patience de les pratiquer.

L'histoire de ce premier volume est la rencontre et le début d'une amitié entre Josée et une écrivaine qui a découvert dans le tricot un soutien, une thérapie alors qu'elle vivait une période difficile au niveau de sa santé. En alliant leur talent respectif, est né « Le tricot, un art à transmettre » à l'intérieur duquel elles nous parlent, entre autre, de l'entretien et de la provenance de la laine canadienne de fabrication artisanale, des nouvelles

techniques et des nouveaux matériaux (aiguilles en bois, etc...). Elles nous offrent également 20 modèles à réaliser dont elles sont les auteures et qui s'adressent autant aux personnes qui débutent en tricot qu'à celles plus expérimentées.

En plus des vertus anti-stress largement documentées de cette activité, certains parlent même de tricot-thérapie, d'un exercice zen qui demande une concentration proche de la méditation. Elle apaise les tensions et les problèmes liés à l'anxiété, occupe les mains et l'esprit et nous permet de nous recentrer sur nousmêmes. Manœuvrer deux aiguilles à la fois solliciterait les deux hémisphères du cerveau contribuant ainsi à le garder en forme plus longtemps. Mis à part le côté pratique et esthétique des résultats de la pièce exécutée, elle apporte de la créativité dans notre vie. Elle a aussi des vertus sociales à travers les rencontres qui ont régulièrement lieu grâce aux formations données dans la plupart des municipalités et aux cafés tricots, de plus en plus populaires. Il existe également des sites web communautaires de tricot pour ceux à qui la formule convient mieux. J'y ai même lu que certaines personnes s'en servent pour arrêter de grignoter, de fumer ou toutes autres dépendances. Il existe même en Europe une dame qui vend sur internet un kit pour la fabrication d'une écharpe qui se termine avec l'envie de fumer

Et pour ceux et celles qui croient que ce loisir n'attire que la gent féminine sachez que Jacques Plante, gardien de but pour l'équipe de hockey Les Canadiens de Montréal (entre 1956 et 1960) pratiquait le tricot avant et après les matchs de la Coupe Stanley car il estimait que cette pratique avait un effet calmant.

Mon propre père, qui était plombier de son métier et n'avait rien de féminin m'a un jour avoué qu'enfant il avait demandé à sa mère de lui montrer à tricoter. Je mettrais ma main au feu que ce loisir lui a permis de mieux supporter les difficultés de son enfance. Et autre avantage à ne pas négliger, c'est un remède sans effets secondaires. À vos broches, prêt(es), tricotez!

Livre en vente par sa mère au 450 539-1034 (Waterloo)



Nos services pour véhicules récréatifs : location, entretien, vente, consignation, entreposage, pièces, etc. 745, chemin Lakeside (route 243 Sud. en direction de Knowlton/Sutton, à 2.5 km de l'autoroute 10)

Lac-Brome (Québec) JOE 1R0
Tél.: 450-920-0929

www.olalavr.com



TROUVER UN EMPLOI RAPIDEMENT!

FIND A JOB QUICKLY!



te raccodici veis i emploi

450 539-2300 oboulo.ca

waterloo@oboulo.ca

www.facebook.com/emploisoboulo

SOIGNER UN RHUME NATURELLEMENT, EST-CE POSSIBLE ?



Nez qui coule, toux, éternuements, légère fièvre : c'est sûrement le rhume ! Il disparaitra de lui-même mais peut parfois s'installer pendant plus de 15 jours Si c'est trop pénible, votre médecin pourra vous prescrire des médicaments pour atténuer les symptômes mais certains remèdes naturels ont aussi fait leur preuve afin d'atténuer les symptômes.

D^{re} Valérie Morissette, chiropraticienne, D.C. www.chirodelamontagne.com

Avant tout, les gestes de base



Pour soigner rapidement un rhume, des gestes simples sont à adopter :

- Reposez-vous
- Évitez de toucher votre nez et vos yeux
- Hydratez-vous
- Pulvérisez du sérum physiologique ou de l'eau de mer

dans votre nez

- Mangez sainement (En privilégiant les fruits et légumes, des protéines, les bons gras : omégas 3-6-9, l'ail et l'oignon. La soupe au poulet est également un vieux remède qui semble donner de bons résultats)
- Ne fumez pas
- Ne buvez pas d'alcool

Soigner le rhume avec les tisanes



Lorsqu'on a un rhume, il est conseillé de boire beaucoup et les tisanes sont une excellente manière d'allier l'hydratation et les propriétés des plantes.

L'infusion de thym

Utilisé depuis l'Antiquité pour ses vertus purifiantes, le

thym est un antiseptique naturel qui diminue l'inflammation des voies respiratoires et calme les toux sèches.

Ajoutez-y une cuillère de miel pour encore plus d'efficacité.

L'infusion de gingembre

Cette tisane « réchauffante » qui a la réputation d'aider à lutter contre les virus.

L'infusion de mélisse

Cette tisane aux propriétés antivirales aide à diminuer la fièvre associée au rhume et à la grippe.

L'infusion de plantain

Le plantain agit contre les inflammations des voies respiratoires, et a la réputation de stopper le rhume.

Soigner le rhume avec les huiles essentielles



De nombreuses huiles essentielles peuvent aider à soulager les symptômes du rhume. Les plus efficaces sont de loin les huiles essentielles de menthe poivrée, de ravintsara et d'eucalyptus.

L'huile essentielle de menthe poivrée

L'usage de l'huile essentielle de menthe poivrée est reconnu pour le **soulagement de la toux et du rhume**.

Pour soulager le rhume, vous pouvez incorporer quelques gouttes de cette huile à un bol d'eau chaude et en inhaler les vapeurs. Couvrez-vous la tête avec une serviette et inhalez les vapeurs de la préparation. Répétez l'opération jusqu'à trois fois par jour.

L'huile essentielle d'eucalyptus

Elle est très efficace en inhalation, comme l'huile essentielle de menthe poivrée, à raison de 4 à 6 gouttes d'huile essentielle dans 150 ml d'eau bouillante.

L'huile essentielle de Ravintsara

L'huile essentielle de ravintsara est reconnue pour ses propriétés stimulantes immunitaires, anti-infectieuses (antivirale exceptionnelle) et expectorantes.

Elle peut être utilisée en olfaction, en diffusion, en inhalation, en massage (diluée dans une huile végétale) ou dans le bain, en diluant dans une base neutre.

LE CIEL ÉTOILÉ ET LA POLLUTION LUMINEUSE

par : Jean-Thomas Bédard St-Joachim-de-Shefford jeantbedard@yahoo.ca

L'hiver est une saison exceptionnelle pour l'observation du ciel nocturne car l'air froid est moins chargé d'humidité et plus limpide que l'air chaud. J'ai eu la chance de grandir à la campagne, dans un temps où il n'y avait pas beaucoup d'éclairage nocturne et j'ai été saisi d'admiration très tôt dans ma vie devant le ciel étoilé. Le boulanger de notre petite ville, passionné d'astronomie, est venu un soir chez nous avec son télescope. Ce fut une révélation.

Savez-vous que nous faisons partie d'un univers si immense qu'il y a autant d'étoiles que de grains de sable sur toutes les plages de la terre réunies. En fait les astronomes estiment qu'il y a entre 100 milliards et 200 milliards de galaxies dans l'univers connu. Une seule galaxie, comme la Voie Lactée dont notre petit soleil fait partie, peut contenir plus de 200 milliards d'étoiles. Faites le calcul! Selon l'estimation des astronomes, il y aurait 30 milliards de trillions d'étoiles dans l'univers visible.

Pourquoi l'Univers est-il si gigantesque? Je me dis que ça prend peut-être cette multitude d'astres pour qu'il y ait, comme dans une immense loterie, quelques planètes chanceuses tournant autour d'une étoile de la bonne taille et réunissant toutes les conditions essentielles pour engendrer la vie et lui permettre d'atteindre la merveilleuse complexité qu'on retrouve sur notre Terre. Sommes-nous l'exception dans l'Univers ou la vie foisonne-elle partout? Personne n'a de réponse et ce secret de l'Univers nous échappera peut-être pour toujours.

J'ai la conviction que le ciel nocturne est un cadeau qui devrait être à la portée de tous les enfants du monde. Ils pourraient se faire une idée de la grandeur du monde dans lequel ils sont nés. Ils s'émerveilleraient devant les étoiles filantes et la Voie lactée. J'ai vécu assez longtemps à Montréal pour savoir que dans les villes, on n'a aucune idée de l'immensité au-dessus de nos têtes. La pollution lumineuse intense des villes cache ce spectacle aux citadins grands et petits.

De retour à la campagne, je peux encore m'émerveiller en levant les yeux au ciel.

Mais je constate que des parties du ciel nocturne sont de plus en plus voilées par le dôme lumineux au-dessus des municipalités des alentours. De moins en moins de personnes peuvent voir la beauté de ce ciel. Et ce qui me peine c'est que personne n'y prend soin et qu'à force de tout éclairer - nous sommes les plus grands consommateurs d'électricité per capita au monde -, nous nous privons de plus en plus de ce spectacle, même à la campagne.

La situation est si préoccupante que les astronomes de l'Observatoire du Mont-Mégantic craignent que leur télescope devienne inutilisable dans quelques années. En fait la pollution lumineuse affecte aussi la vie des animaux et des humains. Les oiseaux migrateurs qui s'orientent notamment grâce aux étoiles sont gênés et désorientés. Elle perturbe l'équilibre des écosystèmes, ce qui nuit au cycle de vie des plantes, modifie le comportement des oiseaux, des insectes et des animaux. La qualité du sommeil est affectée chez l'humain ainsi que son système immunitaire. Sans oublier qu'elle fait intrusion chez les voisins qui sont incommodées par les lumières qu'ils n'ont

pas choisies.

La pollution lumineuse est principalement causée par une utilisation abusive de la lumière. Il faudrait bannir la lumière projetée directement vers le ciel, les lampadaires en forme de boule. D'autres causes sont la lumière réfléchie par le sol vers le ciel surtout en hiver, l'éclairage trop intense et la lumière blanche, notamment celle produite par les lumières DEL. Et notre insécurité nous pousse à tout éclairer.

La solution est toute simple : éclairer seulement là où c'est nécessaire avec des lampes de moindre intensité, utiliser des minuteries, des éclairages extérieurs avec abat-jour et imposer un couvre-feu pour l'éclairage des enseignes lumineuses, stationnements, commerces et façades de bâtiment après une certaine heure. Une lumière actionnée par détecteur de mouvement est bien suffisante pour assurer la sécurité. Mais personne ne s'en préoccupe tant que cela n'affecte pas le porte-monnaie et l'électricité est si bon marché au Québec. Et la beauté du monde va en se rapetissant.

TOURNO! NATIONAL PEE-WEE DE WATERLOO

Admission

À l'occasion du 150° anniversaire de la ville de Waterloo, l'entrée est gratuite pour tous les résidents de Waterloo*! / For the 150th anniversary of the city of Waterloo, the entrance is free for all the residents of Waterloo*! *Preuve de résidence requise

HORAIRE / SCHEDULE · 43ième ÉDITION

LUNDI / MONDAY 2017-01-16

	Heure Time	Classe Class	Section	VISITEUR VISITOR	BUTS	RECEVEUR	GOALS
1-	17:00	В	Rôtisserie St-Hubert	Cobras Granby		Bombardier Valcourt / Waterloo	
2-	18:10	AA	Caisse Populaire	Bulldogs Brossard		Harfangs Sherbrooke	
3-	19:20	AA	Caisse Populaire	Grizzly Sainte-Julie		Vics Haute-Yamaska	
4-	20:30	В	Restaurant Mikes	Hockey Expert Sherbrooke		Maroons Valcourt / Waterloo	

47-	17:00	A	Vétements SP Inc.	Panthères Granby	Husky 1 Cowansville	
48-	18:10	A	Matériaux Adam	Aigles Granby	Valois Acton-Vale	
49-	19:20	BB	Laiterie Chagnon	Sherbrooke	Voltigeurs Drummondville	
50-	20:30	BB	Laiterie Chagnon	Bulldogs Brossard Laprairie	Vics Haute-Yamaska	
			-	•		

MARDI / TUESDAY 2017-01-17

Game	Heure	Classe	Section	VISITEUR	BUTS	RECEVEUR	GOALS
Joute	Time	Class		VISITOR		HOME	
5-	17:00	В	Restaurant Mikes	Maroons Valcourt / Waterloo		Panthères Granby	
6-	18:10	В	Rôtisserie St-Hubert	Bombardier Valcourt / Waterloo		Desjardins Farnham	
7-	19:20	AA	Caisse Populaire	Voltigeurs Drummondville		Bulldogs Brossard	
8-	20:30	AA	Caisse Populaire	Harfangs Sherbrooke		Vics Haute-Yamaska	

MARDI - MARDI 2017-01-24

LUNDI - MONDAY 2017-01-23 Joute Time Class

Game	Heure	Classe	Section	VISITEUR	BUTS	RECEVEUR	GOALS
Joute	Time	Class		VISITOR		HOME	
51-	17:00	A	Matériaux Adam	Maroons Valcourt Waterloo		Aigles Granby	
52-	18:10	A	Vétements SP Inc.	Husky 1 Cowansville		Desjardins Farnham	
53-	19:20	BB	Laiterie Chagnon	Vics Haute-Yamaska		Voltigeurs Drummondville	
54-	20:30	BB	Laiterie Chagnon	Sherbrooke		Artilleurs BCF	

MERCREDI - WEDNESDAY 2017-01-18

Game	Heure	Classe	Section	VISITEUR	BUTS	RECEVEUR	GOALS
Joute	Time	Class		VISITOR		HOME	
9-	17:00	В	Rôtisserie St-Hubert	Desjardins Farnham		Cobras Granby	
10-	18:10	В	Restaurant Mikes	Panthères Granby		Hockey Expert Sherbrooke	
11-	19:20	AA	Caisse Populaire	Voltigeurs Drummondville		Grizzly Sainte-Julie	
12-	20:30	AAAR	Légion Royale	Gaulois Antoine-Girouard		Harfangs du Triolet	

MERCREDI - WEDNESDAY 2017-01-25

Game	Heure	Classe	Section	VISITEUR	BUTS	RECEVEUR	GOALS
Joute	Time	Class		VISITOR		HOME	
55-	17:00	A	Vêtements SP Inc.	Desjardins Farnham		Panthères Granby	
56-	18:10	A	Matériaux Adam	Valois Acton-Vale		Maroons Valcourt Waterloo	
57-	19:20	BB	Laiterie Chagnon	Artilleurs BCF		Bulldogs Brossard Laprairie	
58-	20:30	AAA	Ville de Waterloo	Dynamiques CCL		Harfangs du Triolet	

JEUDI - THURSDAY 2017-01-19

neure	Classe	aection	VIDILEUK	DUID	RECEVEUR	GUALS		
Time	Class		VISITOR		HOME			
16:30	В	Quart de Finale	3º position Restaurant Mikes		2º position Rötisserie St-Hubert			
17:35	В	Quart de Finale	3º position Rötisserie St-Hubert		2º position Restaurant Mikes			
18:45	Cé	Cérémonies d'ouverture de la 43 ^{kime} édition du Tournoi National Pee-Wee de Waterloo						
19:15	AAAR	Pierre Breton	Dynamiques CCL		Vics Yamaska-Missisquoi			
20:30	AAAR	Coroplast	Cascades Élite		Sénateurs Laval			
	Time 16:30 17:35 18:45 19:15	Time Class 16:30 B 17:35 B 18:45 C6 19:15 AAAR	Time	Time Class VISITOR 16:30 B Quart de Finale 3* position Restaurant Mikes 17:35 B Quart de Finale 3* position Rétisserie St-Hubert 18:45 Cérémonies d'ouverture de la 43 ^{kime} édition du Tou 19:15 AAAR Pierre Breton Dynamiques CCL	Time Class VISITOR 16:30 B Quart de Finale 3º position Restaurant Mikes 17:35 B Quart de Finale 3º position Rédisserie St-Hubert 18:45 Cérémonies d'ouverture de la 43 ^{time} édition du Tournoi Nat 19:15 AAAR Pierre Breton Dynamiques CCL	Time Class VISITOR H OME 16:30 B Quart de Finale 3º position Restaurant Mikes 2º position Rétisserie St-Hubert 17:35 B Quart de Finale 3º position Rétisserie St-Hubert 2º position Restaurant Mikes 18:45 Cérémonies d'ouverture de la 43ºime édition du Tournoi National Pee-Wee de Waterloo 19:15 AAAR Pierre Breton Dynamiques CCL Vics Yamaska-Missisquoi		

JEUDI - THURSDAY 2017-01-26

Game	Heure	Classe	Section	VISITEUR	BUTS	RECEVEUR	GOALS
Joute	Time	Class		VISITOR		HOME	
59-	17:00	Α	Quart de Finale	3* position Matériaux Adam		2º position Vêtements SP Inc.	
60-	18:10	Α	Quart de Finale	3º position Vétements SP Inc.		2º position Matériaux Adam	
61-	19:20	AAA	Pierre Paradis	Cascades Élite		Noir & Or Mortagne	
62-	20:30	AAA	Molson Coors	Gaulois Antoine-Girouard		Seigneurs Mille-Îles	

VENDREDI - FRIDAY 2017-01-20

Game	Houre	Classe	Section	VISITEUR	BUTS	RECEVEUR	GOALS
Joute	Time	Class		VISITOR		HOME	
17-	07:30	AAAR	Comptoir Familial	Élites Beauce-Appalaches		Pionniers de Lanaudière	
18-	08:40	AAAR	Légion Royale	Harfangs du Triolet		Seigneurs des Mille-Îles	
19-	09:50	AA	Caisse Populaire	Sting Ottawa		Voltigeurs Drummondville	
20-	11:00	AAAR	Coroplast	Sénateurs Laval		Boston Junior Eagles	
21-	12:10	AAAR	Comptoir Familial	Pionniers de Lanaudière		Noir et Or de Mortagne	
22-	13:20	AAAR	Pierre Breton	Chicago Mission		Dynamiques CCL	
23-	14:30	AAAR	Légion Royale	Seigneurs des Mille-Îles		Gaulois Antoine-Girouard	
24-	15:45	AAAR	Coroplast	Boston Junior Eagles		Cascades Élite	
25-	17:00	AAAR	Comptoir Familial	Noir et Or de Mortagne		Élites Beauce-Appalaches	
26-	18:10	AAAR	Pierre Breton	Vics Yamaska-Missisquoi		Chicago Mission	
27-	19:20	AA	Caisse Populaire	Vics Haute-Yamaska		Bulldogs Brossard	
28-	20:30	AA	Caisse Populaire	Grizzly Sainte-Julie		Sting Ottawa	

VENDREDI - FRIDAY 2017-01-27

Game Joute	Heure Time	Classe	Section	VISITEUR VISITOR	BUTS	RECEVEUR	GOALS
63-	07:30	AAA	Laplante CPA	Élites Beauce-Appalaches		Pionniers Lanaudière	
64-	08:40	BB	Laiterie Chagnon	Ottawa Sting		Artilleurs BCF	
65-	09:50	AAA	Ville de Waterloo	Patriotes Laval		Dynamiques CCL	
66-	11:00	AAA	Pierre Paradis	Noir & Or Mortagne		Eastern Ontario Wild	
67-	12:10	AAA	Moison Coors	Seigneurs Mille-Îles		Upper Canada Cyclone	
68-	13:20	AAA	Laplante CPA	Pionniers Lanaudière		Ottawa Junior 67's	
69-	14:30	AAA	Ville de Waterloo	Harfangs du Triolet		Patriotes Laval	
70-	15:45	AAA	Pierre Paradis	Eastern Ontario Wild		Cascades Élite	
71-	17:00	AAA	Moison Coors	Upper Canada Cyclone		Gaulois Antoine-Girouard	
72-	18:10	AAA	Laplante CPA	Ottawa Junior 67's		Élites Beauce-Appalaches	
73-	19:20	BB	Laiterie Chagnon	Bulldogs Brossard Laprairie		Sherbrooke	
74-	20:30	BB	Laiterie Chagnon	Voltigeurs Drummondville		Ottawa Sting	

SAMEDI - SATURDAY 2017-01-21

Game	Heure	Classe	Section	VISITEUR	BUTS	RECEVEUR	GOALS
Joute	Time	Class		VISITOR		HOME	
29-	07:30	AAAR	Huitième de Finale	3º position Coroplast		2º position Légion Royale	
30-	08:45	AAAR	Huitième de Finale	3º position Légion Royale		2º position Coroplast	
31-	10:00	AAAR	Huitième de Finale	3º position Comptoir Familial		2º position Pierre Breton	
32-	11:15	AAAR	Huitième de Finale	3º position Pierre Breton		2º position Comptoir Familial	
33-	12:30	В	Demi-Finale	Gagnant 13		1" position Rötisserie St-Hubert	
34-	13:40	В	Demi-Finale	Gagnant 14		1" position Restaurant Mikes	
35-	14:50	AAAR	Quart de Finale	Gagnant 29		1" position Comptoir Familial	
36-	16:00	AAAR	Quart de Finale	Gagnant 30		1 ^{er} position Pierre Breton	
37-	17:15	AAAR	Quart de Finale	Gagnant 31		1" position Coroplast	
38-	18:30	AAAR	Quart de Finale	Gagnant 32		1" position Légion Royale	
39-	19:45	AA	Caisse Populaire	Sting Ottawa		Harfangs Sherbrooke	

SAMEDI - SATURDAY 2017-01-28

Game	Heure	Classe	Section	VISITEUR	BUTS	RECEVEUR	GOALS
Joute	Time	Class		VISITOR		HOME	
75-	07:30	AAA	Huitième de Finale	3º position Molson Coors		2º position Pierre Paradis	
76-	08:45	AAA	Huitième de Finale	3º position Pierre Paradis		2º position Molson Coors	
77-	10:00	AAA	Huitième de Finale	3º position Laplante CPA		2º position Ville de Waterloo	
78-	11:15	AAA	Huitième de Finale	3º position Ville de Waterloo		2º position Laplante CPA	
79-	12:30	A	Demi-Finale	Gagnant 59		1er position Vétements SP Inc.	
80-	13:40	A	Demi-Finale	Gagnant 60		1" position Matériaux Adam	
81-	14:50	BB	Laiterie Chagnon	Ottawa Sting		Vics Haute-Yamaska	
82-	16:00	AAA	Quart de Finale	Gagnant 75		1" position Laplante CPA	
83-	17:15	AAA	Quart de Finale	Gagnant 76		1er position Ville de Waterloo	
84-	18:30	AAA	Quart de Finale	Gagnant 77		1" position Pierre Paradis	
85-	19:45	AAA	Quart de Finale	Gagnant 78		1er position Molson Coors	

DIMANCHE - SUNDAY 2017-01-22

Game	Heure	Classe	Section	VISITEUR	BUTS	RECEVEUR	GOALS
Joute	Time	Class		VISITOR		HOME	
40-	08:00	AAAR	Demi-Finale	Gagnant 35		Gagnant 36	
41-	09:15	AAAR	Demi-Finale	Gagnant 37		Gagnant 38	
42-	10:30	AA	Demi-Finale	4* position Caisse Populaire		1" position Caisse Populaire	
43-	11:45	AA	Demi-Finale	3* position Caisse Populaire		2º position Caisse Populaire	
44-	13:00	В	Finale	Gagnant 33		Gagnant 34	
45-	14:30	AAAR	Finale	Gagnant 40		Gagnant 41	
46-	16:00	AA	Finale	Gagnant 43		Gagnant 42	

DIMANCHE - SUNDAY 2017-01-29

Game	Heure	Classe	Section	VISITEUR	BUTS	RECEVEUR	GOALS
Joute	Time	Class		VISITOR		HOME	
86-	08:00	BB	Demi-Finale	4º position Laiterie Chagnon		1" position Laiterie Chagnon	
87-	09:10	BB	Demi-Finale	3º position Laiterie Chagnon		2º position Laiterie Chagnon	
88-	10:20	AAA	Demi-Finale	Gagnant 82		Gagnant 83	
89-	11:30	AAA	Demi-Finale	Gagnant 84		Gagnant 85	
90-	12:45	A	Finale	Gagnant 79		Gagnant 80	
91-	14:15	BB	Finale	Gagnant 87		Gagnant 86	
92-	15:45	AAA	Finale	Gagnant 88		Gagnant 89	



Suivez-nous sur Facebook facebook.com/TournoiNationalPeeWeeWaterloo