

PANORAMA

Bonne Fête des Pères



**Votre maison VENDUE
GARANTIE** ou je l'achète!*

*certaines conditions s'appliquent.

ÉQUIPE
CLOUTIER

450 204-6465

**NOUS VENDONS
VOTRE MAISON**
Agence Immobilière

SÉBASTIEN CLOUTIER
Courtier immobilier Résidentiel
Sébastien Cloutier Courtier immobilier Inc

Vente et installation de pneus - pare-brise réparation et remplacement



450-776-3522

1017, rue Denison est, Shefford

**Votre technicien automobile
depuis 16 ans**

Garage JPM

alignement - accessoires automobile - aquapel

www.garagejpm.com



**Andrée-Anne
Boho-Ratté**

Depuis des mois et des mois à travers ma belle vitrine Boho, je visualise et manifeste quotidiennement mon grand désir de voir Waterloo s'épanouir devant mes yeux. Ce portrait fleurissant, je l'imaginais en début d'année 2021 et sentais déjà son doux parfum. Ses nuances, ses effluves et ses subtilités. Parce qu'on le savait, nous, à quel point Waterloo c'est chouette en *tabarouette*.

On en discutait constamment ensemble. Sur le coin du comptoir à l'Espace Boho, à la maison avec une bière Robin à la main, dans les parcs avec nos partenaires canins, à deux pas de la terrasse du Bière-O-Loo, devant les affiches annonçant l'arrivée d'un nouveau commerce...

On sentait que Waterloo était enfin prête à briller de sa belle magie!

Derrière tous ces abracadabras se cachent de grands chefs d'orchestre. De talentueux techniciens de la baguette.

#WATERLOOIMAGINE

Les farfadets et les fées de Waterloo, comme je me plais affectueusement à les nommer. Une équipe incroyablement visionnaire, créative et dynamique. Des gens fiers et dévoués, qui ont à cœur notre charmante ville et ses résidents.

Ils sont là, fidèles au poste, à souligner chaque semaine le travail et les accomplissements des citoyens. À mettre l'épaule à la roue dans des tonnes de projets pour en faire de véritables succès. Toujours présents. Toujours à l'écoute. Toujours en mode solution.

C'est à notre tour de souligner et de célébrer leur implication. Au nom de la ville de Waterloo en entier :) je vous lance un immense bouquet Rose Fluo (clin d'œil à nos nouvelles fleuristes chéries).

J'ai travaillé plus de 15 ans dans le domaine du marketing, et ce, à toutes les sauces (tourisme, manufacturier, sportif, distribution, etc.) J'ai fait plusieurs tours du chapeau et, pendant toutes ces années, je n'ai jamais vu

autant d'authenticité, d'ouverture et d'énergie brute qu'à Waterloo.

L'équipe de la Ville est tout simplement extraordinaire. La campagne promo qui a été lancée, il y a quelques jours, témoigne de cette ingéniosité. En tant qu'ex-professionnelle du domaine, je vous le dis les amis, ils ont su mettre sur pied un mouvement plus grand que nature qui fera certainement jaser!

La beauté de cette campagne : elle communique pleinement en mots, en slogans et en images la magnificence et l'authenticité de notre ville. Une ode vibrante de couleurs, de véracité et de bonheur. C'est ça, Waterloo!

Des gens sympas. Un plan d'eau et des couchers de soleil à faire rêver. Des pistes cyclables qui sillonnent les Cantons. Des commerçants avenants. Des familles attachantes. Des grands-parents présents. Une ville parsemée de trésors visuels, naturels et humains. Les Sheffordois ont récemment été proclamés les gens les plus heureux du

Québec. Je m'avance donc sans crainte à déclarer que les Waterlois sont les gens les plus sympas!

Lorsque j'ai visité le nouveau site web de la Ville (allez zieuter maintenant si ce n'est déjà fait), j'en ai eu les larmes aux yeux. De reconnaître ces visages, ces sourires et ces yeux rieurs. De constater l'étendue du travail accompli par notre belle équipe. De pouvoir redresser le menton encore plus haut, lorsque les touristes mettent le pied au Boho.

Je suis fière que Waterloo m'ait adoptée si aisément. Je suis fière de mes nouveaux amis commerçants. Je suis fière du soutien incommensurable que les membres de l'équipe de la Ville nous apportent. Je suis fière de notre communauté tissée serrée. Je suis fière de la tangente que prend peu à peu la rue Foster. Je suis fière d'un avenir prometteur qui se dessine devant nous.

#WATERLOOENSEMBLE
#WATERLOOTONBEAT
#WATERLOOIMAGINE

**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
- Vitre de tracteur
- Rembourrage de siège de tracteur
- Réparation de démarreur à distance
- Installation radio d'auto

Réclamation d'assurance

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

**8, NORRIS
WATERLOO (Québec) J0E 2N0**

DÉBOSELAGE ET PEINTURE MICHEL MAROIS, Propriétaire

ANDRÉ MAROIS & FILS ENR.

DEPUIS 1976

Spécialité : Peinture vernis

ESTIMATION POUR ASSURANCES

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

**74, CHEMIN FOSTER
SHEFFORD, Qc**

TÉL. : 450 539-3433
FAX : 450 539-2313

RBQ.: 8325-9473-41

Patrice Laramée Inc.

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

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

www.optilog.com/patricelaramée / 2956, Route 112 Shefford (Québec) J2M 1C6

Conseil d'administration
Pierre Brien, Denise Lauzière, Mireille Lessard Labrecque.

Comité de production
Nicole Brunelle, Ginette Choinière, Denise Lauzière.

Développement et coordination
Denise Lauzière

Collaboration
Marguerite Campbell, Virginie Fortin, Renée Fournier, Cécile Lachapelle, Francine Langlois, Yannik Morin, Valérie Martineau, Valérie Morissette, Anny Schneider, Marie-Hélène Tellier, Étudiants de l'école Wilfrid-Léger et tous nos précieux collaborateurs du mois.

Conception et Graphisme
Ginette Choinière

Correction
Chantal Levasseur, Monique Périnet

Représentante publicitaire
Nicole Brunelle

Distribution
7 150 exemplaires distribués par le Publi-Sac onze fois par année

Couverture géographique
Waterloo, Shefford, St-Joachim, Warden, Stukely Sud

Impression
Hebdo Litho, Saint-Léonard

CLIQUEZ AIMER SUR LA PAGE

Panorama est publié par le Centre d'accès communautaire de Waterloo 650, de la Cour Waterloo (Québec) J0E 2N0

Téléphone : 450 539-2475
Courriel : panorama@journalpanorama.com

Dépôt légal
Bibliothèque nationale du Canada ISSN 1708 - 4105

**Nicole
Brunelle**

**Représentante
des ventes**

Journal Panorama
Tél. : 450 539-2183 ou
Tél. : 450 539-2475
jackimow@live.com

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

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, Waterloo, Qc J0E 2N0



La vaccination nous rapproche de ce moment.

Suivez la séquence de vaccination
prévue dans votre région et prenez
votre rendez-vous en ligne à

[Québec.ca/vaccinCOVID](https://quebec.ca/vaccinCOVID)



DE TACOT À REINE DE BEAUTÉ



Propos recueillis par : Francine Langlois

Derrière la maison de mes parents il y avait cette emblématique Charger SE 1973 toute rouillée qui a fait rêver certains jeunes amateurs de vitesse et de moteur puissant, mais surtout des plus vieux qui revoyaient les folles journées de leur jeunesse.

Dans mon enfance et même à ma préadolescence j'y ai passé des heures et des heures à m'imaginer être un pilote de Formule 1 sur la piste de course de Montréal ou de Monaco avec les plus grands pilotes de l'histoire à cette époque, Michael Schumacher et Ayrton Senna filant à toute allure. Je rêvais à toutes sortes de scénarios me voyant monter sur le podium avec ces grands qui ont marqué mon imaginaire. Lorsque ma mère me cherchait elle n'avait pas à aller bien loin j'étais derrière le volant de ce bolide qui selon moi était le plus rapide de tous.

Avec les années ce bolide est devenu un tas de ferraille abandonné dans la cour arrière, mais il était toujours aussi attrayant pour moi. La famille, les amis et les connaissances nous demandaient souvent pourquoi nous conservions cette bagnole en lambeaux qui serait bien mieux chez le ferrailleur que dans la cour. Mais mon père tenait tant à ce tas de ferraille qui lui rappelait tant de souvenirs qu'il était incapable de s'en séparer. Les courses de drag, le mariage de mes parents, les balades du dimanche après-midi et même m'a-t-on dit ma conception alors pour lui ces souvenirs-là devaient rester présents même dans le fond de la cour.

Mon père a acheté cette voiture usagée à l'âge de 16 ans en 1975. C'était à cette époque LE véhicule que tous les jeunes hommes rêvaient d'avoir. C'était un « muscle car ». L'adrénaline que procurait ce moteur 440pc magnum rugissant propulsait mon père au septième ciel. Il m'a appris à reconnaître ce son si mélodieux à ses oreilles, comme une chanson aimée, comme un ver d'oreille dont on ne se lasse jamais.

Un jour, je lui ai proposé de la restaurer et c'est sans hésiter qu'il m'a dit oui sans savoir que ce projet prendrait 7 ans à se concrétiser. Nos soirées se passaient souvent dans le garage à démonter, à nettoyer, à remonter, à essayer de trouver quelqu'un qui pourrait remettre à neuf une pièce que nous ne pouvions plus trouver ou encore chercher une pièce irrécupérable parce que trop rouillée. Heureusement, Internet nous a beaucoup aidés. Le chrome, les sièges, les garnitures, le moteur, enfin tout y est passé. Juste les recherches, ça prend un temps fou mais nous étions décidés à la remettre sur la route encore plus belle qu'à ses premiers jours.

L'an passé, elle était prête à faire sa première sortie depuis 30 ans; elle en a fait tourner des têtes. Son moteur rugissait comme un tigre, ses pneus crissaient sur l'asphalte, mon père était tout sourire et heureux de pouvoir revivre ces moments lui rappelant les beaux jours de sa jeunesse.

Cette belle a aussi gagné des prix de beauté dont une première place au Granby International de Voitures Anciennes et elle a été primée dans presque chaque exposition où nous allions.

Nous sommes très fiers d'avoir restauré cette vieille guimbarde devenue reine de beauté et d'avoir passé toutes ces heures ensemble à l'élaboration d'un projet commun.

CONCOURS DE BEAUTÉ

En 2020, la pandémie n'a pas permis que nous produisions l'exposition annuelle du Club du Vieux Char au Carré Foster de Waterloo, mais nous avons organisé un concours de beauté pour les amis Facebook « Dis-moi qui est la plus belle » afin de maintenir l'intérêt de ses fidèles exposants.

Chaque participant devait nous raconter l'histoire qui les relie à ce véhicule qu'ils ont bichonné afin de le rendre digne de courir les concours de beauté à travers la province.

Le comité organisateur avait la lourde tâche de choisir parmi les inscriptions reçues les 3 projets qui ont attiré le plus leur attention. Le concours prenait fin le 15 avril dernier.

Voici donc les gagnants :

1^{er} prix une carte cadeaux de 500 \$, remporté par **Yann Charpentier** avec sa Charger 1973 complètement restauré par le propriétaire.

2^e prix une carte cadeaux de 250 \$ a été remise à **Raynald et Hélène Perrault** avec leur Chevrolet Bélair 1957.

Et finalement le **3^e prix** étant une glacière sur roue ainsi que 2 chaises pliantes va **Norbert Gonthier** pour sa Pontiac LeMans 1967.

Félicitations à nos gagnants !

Jean-Pierre Maheu
Président
Club du Vieux Char

LE JOURNAL COMMUNAUTAIRE

PANORAMA

reçoit une subvention du ministère de la
Culture et des communications Québec



LAVALLÉE, LACASSE & POIRIER

NOTAIRES - NOTARIES

4547 RUE FOSTER, WATERLOO QC J0E 2N0

WWW.LLPNOTAIRES.COM

Téléphone: **450 539-4228** • info@llpnotaires.com





DES PLANTES EXOTIQUES ENVAHISSANTES RÉPERTORIÉES À SHEFFORD

Une plante exotique envahissante (PEE) est un végétal, un animal ou un micro-organisme (virus, bactérie ou champignon) qui est introduit hors de son aire de répartition naturelle. Son établissement ou sa propagation peuvent constituer une menace pour l'environnement, l'économie ou la société.

Comment sont-elles introduites?

La plupart des PEE sont introduites dans notre environnement par les eaux de lest (ballast) des navires, par la navigation de plaisance, par des activités comme l'aquariophilie, l'horticulture ou l'aquaculture et par le commerce des animaux de compagnie. Le transport, notamment celui des marchandises, les maladies des espèces sauvages, le bois d'emballage et le bois de chauffage peuvent aussi être des voies d'entrée, ou « vecteurs », des PEE.

Liste de quelques plantes exotiques envahissantes :

- La renouée du Japon
- La berce du Caucase
- Le myriophylle à épis
- Le nerprun bourdaine

- Le phragmite australis (roseau commun)
- L'alliaire officinale ou que l'on surnomme aussi *herbe à l'ail* et *Garlic Mustard* (Source : Gouvernement du Québec)

Si vous êtes aux prises avec une plante exotique envahissante, les organismes suivants peuvent répondre à vos questions et ou vous conseiller sur la façon de les éradiquer :

La [Fondation SÉTHY](#) a développé une expertise sur le contrôle de plusieurs plantes exotiques envahissantes.

[OBV Yamaska](#)
[Nature Action Québec](#)



VÉRIFIEZ L'INDICE DE LA SOPFEU AVANT DE FAIRE LA DEMANDE D'UN PERMIS DE BRÛLAGE

Par André Cadorette, assistant directeur au Service de sécurité incendie



À ce temps-ci de l'année, il est important de vérifier l'indice de la SOPFEU avant de faire la demande d'un permis de brûlage. Lorsque la SOPFEU émet un indice élevé de risque d'incendie, le Service de sécurité incendie se doit de suspendre les demandes de permis de brûlage, et ce, jusqu'à nouvel ordre. Il est donc impossible, le cas échéant, de vous accorder un permis de brûlage.

Vous pouvez en tout temps vérifier l'indice de danger d'incendie émis par la SOPFEU pour la région, sur la page d'accueil du site Internet de la Municipalité à cantonshefford.qc.ca. Si l'indice demeure relativement bas, il vous est possible de faire une demande

de permis de brûlage pour feu à ciel ouvert. Autrement, le Service de sécurité incendie interdit ce type de feu sur le territoire.

À ne pas confondre avec un feu dans un foyer extérieur. Cependant, ce type de feu doit respecter les normes requises.

Tout citoyen qui ne respecte pas cette interdiction devra faire face à des sanctions pécuniaires en vertu du [Règlement général G-100](#), articles 41 à 44.

Pour toute question, vous pouvez également communiquer avec M. André Cadorette, assistant directeur au Service de sécurité incendie de la Municipalité du Canton de Shefford, au 450 539-2258, poste 402, ou par courriel à prevention.incendie@cantonshefford.qc.ca



Invitation aux citoyens sheffordois



Le Service des loisirs consulte ses citoyens !

Le Service des loisirs de la Municipalité du Canton de Shefford tient une deuxième table ronde, le **15 juin prochain de 18h à 19h30** qui portera sur l'offre de loisir au futur centre multifonctionnel du Canton de Shefford. Concrètement, il sera question de proposer des activités de loisir pour le centre et d'en évaluer les besoins.

Si vous avez participé à la première rencontre du 26 mai dernier, veuillez ne pas vous inscrire une deuxième fois, car les places sont limitées à 20 participants afin de laisser la parole à tous.

Pour vous inscrire, vous devez répondre à toutes les questions du formulaire en ligne sur le site Internet de la Municipalité à cantonshefford.qc.ca

Pour information, veuillez communiquer avec Tristan Robidoux à l'adresse courriel suivante, robidoux.tristan@cantonshefford.qc.ca

Partons à la conquête des kilomètres



Les citoyens du Canton de Shefford sont invités à participer au Grand Défi Pierre Lavoie *Partons à la conquête des kilomètres* qui se déroule les **18, 19 et 20 juin prochains** partout au Québec.

Que ce soit à vélo, à la course, à la nage, à la marche, tout est possible! Contactez vos équipes, vos amis et votre famille, et mobilisez-les pour un week-end mémorable.

Pour information ou vous inscrire à ce défi, visitez le site 1000000ensemble.com et participer aussi au concours *Le Grand Week-end 1 000 000 km ensemble*.



Ouvert
à partir du 24 juin
du jeudi au dimanche

511, 3^e rang Est, St-Joachim

www.ecoledu3iemerang.com

LE ZONAGE AGRICOLE

Le morcellement en zone agricole



Me Sylvain Lavallée,
Notaire

Dans nos articles précédents, nous avons vu que l'objectif principal de la *Loi sur la protection du territoire et des activités agricoles du Québec (LPTAA)* est la conservation d'une partie du territoire québécois pour la pratique de l'agriculture.

Pour assurer cet objectif, l'une des méthodes prévues à la LPTAA est l'interdiction de procéder au morcellement d'un terrain ou d'une terre située en « zone verte ». Nous verrons, dans cet article, ce qu'est un morcellement au sens de cette Loi ainsi que certaines exceptions à cette règle.

Morcellement

Suivant la LPTAA, il est interdit, dans une zone agricole, pour une personne d'aliéner ou vendre une partie d'un immeuble, d'un terrain ou d'un fonds de terre si cette personne demeure propriétaire d'une partie contigüe, adjacente ou voisine. Ainsi, il est permis à une personne de vendre la totalité de son immeuble, mais il lui est défendu d'en vendre une partie seulement. La Loi vise donc à éviter que les terres agricoles soient divisées ou réduites en superficie.

La terme « aliénation » comprend notamment, la vente, la cession, le transfert ou la donation d'un immeuble. Donc, tout transfert de propriété est, en principe, assujéti à la LPTAA et sujet à l'application de cette interdiction.

Pour les fins de l'application de ces dispositions, la Loi ne tient pas compte des chemins publics, des chemins de fer et des cours d'eau. Ainsi, deux (2) terrains séparés par un chemin public seront considérés contigus ou adjacents au sens cette Loi. Le propriétaire de ces deux (2) terrains ne pourra pas les aliéner ou les vendre séparément, à moins de pouvoir être admissible à l'une des exceptions, ci-après brièvement expliquées, ou d'obtenir l'autorisation de la Commission de protection du territoire agricole (CPTAQ).

Exceptions

Il existe certaines exceptions au principe d'interdiction de morcellement ou division de terres en zone agricole. Celles-ci permettent, aux conditions énoncées, d'effectuer des transferts divisant un fonds de terre sans l'autorisation de la CPTAQ. Les principales sont :

- La vente d'un immeuble faisant l'objet de droits acquis. Ainsi, une résidence construite avant l'entrée en vigueur de la Loi bénéficie de droits acquis et peut être vendue avec un maximum de 5 000 m² (1,2 acres) de terrain.
- Lorsqu'une personne est propriétaire d'une terre de plus de 200 hectares (494,2 acres), celle-ci peut être morcelée en deux (2) parcelles contenant au minimum 100 hectares (247,1 acres) chacune.
- Entre producteurs agricoles voisins, il est possible d'effectuer une vente ou transfert à la condition que, suite à la transaction, chacun d'eux possède un minimum de 40 hectares (98,9 acres) de terrain.
- Lorsque la superficie d'un emplacement résidentiel construit avant la date d'entrée en vigueur de la Loi est moindre que la superficie minimale requise par les règlements municipaux, il est possible de morceler le lot contigu ou voisin dans le but de le rendre conforme à ces règlements. Cette disposition vise notamment à permettre l'agrandissement de terrains résidentiels trop petits afin de les rendre conformes aux normes concernant la protection de l'environnement et l'installation de système septique.
- Concernant la construction résidentielle en zone agricole, la CPTAQ peut rendre des décisions à portée collective qui visent l'ensemble du territoire d'une Municipalité régionale de comté. Lorsqu'elle rend ces décisions, la CPTAQ peut permettre le morcellement de certains terrains à des fins de construction résidentielle.
- Il est possible, dans un testament, de morceler une terre. Ainsi, un propriétaire peut, par voie de testament, diviser sa terre entre plusieurs héritiers. Les lots ainsi morcelés doivent être explicitement décrits dans le testament. Le recours aux services d'un arpenteur-géomètre et d'un notaire est nécessaire pour échapper à l'obligation de déposer une demande d'autorisation.

Autorisation de la CPTAQ

Si on ne peut pas utiliser l'une des exceptions mentionnées ci-dessus et que l'on désire morceler une terre en zone agricole, il faut alors faire une demande d'autorisation à la CPTAQ. Celle-ci analysera la demande en tenant compte notamment du potentiel de rentabilité d'une activité agricole sur la terre concernée ainsi divisée.

Envoyez-nous vos questions et commentaires au podcast@lpnotaires.com. Qui sait ? Elles feront peut-être l'objet d'un prochain article !

SANTÉ de Waterloo
COURVILLE

EMPLOIS D'ÉTÉ ET RÉGULIER, À TEMPS PARTIEL ET À TEMPS COMPLET

Santé Courville de Waterloo RECRUTE aux salaires et avantages sociaux du réseau de la Santé, en plus que d'offrir la formation pour Préposés aux bénéficiaires.

Nous sommes présentement en recrutement pour combler les vacances des membres de l'équipe et pour combler les nouveaux postes, suite à l'agrandissement.

Que ce soit de jour, de soir ou de nuit, nous avons des opportunités à vous offrir. Ne soyez pas gênés de nous écrire pour vos questions, à : frederic.berthiaume.sc@ssss.gouv.qc.ca

C'est également à Frédéric que vous envoyez votre CV et nous communiquerons avec vous par la suite.

Vous désirez faire la différence afin de contribuer au bien-être et au bonheur de personnes âgées en perte d'autonomie avec une équipe fantastique? Alors vous êtes à la bonne place! Notre slogan l'exprime : « Avec le cœur qui aime et les mains qui donnent ».

Nous sommes à la recherche de préposées aux bénéficiaires, Infirmières auxiliaires, Infirmières, Nutritionniste, Cuisinière.

Le défi vous intéresse ?

SVP nous envoyer votre CV par courriel en indiquant le poste sur lequel vous désirez appliquer ou être formé, quel quart de travail vous intéresse (jour, soir, nuit) et le nombre de jours par semaine que vous aimeriez travailler. Au plaisir!





par : Marie-Hélène Tellier

Reconnaissance. Ce mot résonne dans ma tête chaque jour qu'il m'est donné de travailler à L'Épicerie du CAB... Reconnaissance pour le projet en soi. Reconnaissance pour mes bénévoles. Reconnaissance envers cette communauté qui s'est créée autour de cette épicerie communautaire.

Communautaire. Je ressens le besoin de revenir sur ce mot, car dernièrement, ce mot prend tout son sens. J'assiste à un réel mouvement communautaire autour de L'Épicerie du CAB où tout le monde met l'épaule à la roue afin d'assurer la pérennité de L'Épicerie du CAB... D'une part, nos bénévoles se dévouent et se relaient afin d'offrir le meilleur à nos membres. D'autre part, nos membres, convaincus du bien-fondé de l'épicerie semblent s'être donné comme mission de grossir nos rangs. Les efforts coordonnés de nos bénévoles et de nos membres provoquent un réel effet boule de neige.

Tant mieux, car, comme le dit l'adage populaire, plus on est de fous, plus on rit.

Gratitude. The word echoes through my head every day that I work at L'Épicerie du CAB... Gratitude for the project itself, gratitude for our volunteers, and gratitude for the community that has grown around this community grocery service.

Community. I feel the need to emphasize this word. Recently, this word has been more important than ever before. I see a true community movement around the Épicerie du CAB, where everyone does their part to ensure that the activities at the CAB will continue. On one hand, our volunteers work tirelessly, together, to be able to offer the best to our members. On the other hand, our members: convinced of the necessity of our grocery service, seem to be on a mission to bring as many new members as possible. The coordinated efforts of our volunteers and our members is having a snowball effect.

We think this is all great! Like they say: The more, the merrier.



LE MARCHÉ IMMOBILIER EST DÉCHAÎNÉ

PRÉSENTEMENT VOUS POURRIEZ AVOIR UN PRIX EXCEPTIONNEL POUR VOTRE MAISON

PROFITEZ-EN CAR CELA NE DURERA PAS

APPELEZ-MOI!
PROFITEZ DE MES 15 ANNÉES D'EXPÉRIENCE



CHANTAL LAVIGNE

Courtier Immobilier

Cell 450 522-6700

chantal.lavigne44@gmail.com

PRO immobilier & hypothèque inc.



SERVICES COMPTABLES
RICHARD NAREAU

SERVICE 5 ÉTOILES

- ★ Tenue de livres
- ★ Service de paies
- ★ Rapports gouvernementaux
- ★ Conseils de gestion et de fiscalité
- ★ États financiers et Impôts de corporation

Nous pouvons également vous aider pour le démarrage de votre entreprise ou l'élaboration de votre budget.

POUR LES PARTICULIERS

Nous offrons le service d'impôts aux particuliers

PROFITEZ-VOUS DE TOUS LES CRÉDITS D'IMPÔTS AUXQUELS VOUS AVEZ DROIT?

Nous pouvons vous aider à y voir clair !

Êtes-vous prêts pour votre rapport d'impôts?

Assurez-vous d'avoir en main :

- Feuilles d'impôts
- Frais de scolarité
- Frais médicaux
- Vos dons
- Vos REER
- Avis de cotisation
- Revenus et dépenses de placements
- Reçus de frais de garde d'enfants

Contactez-nous pour plus d'informations

T: 450 920-7704 / C: 450 531-1739 / F: 450 920-9904

5159 rue Foster, Waterloo

richardnareau@groupe-financier.com



BESOIN D'AIDE ?

- REVENU QUÉBEC
 - SAAQ
 - AIDE SOCIALE
 - CNESST
 - HYDRO-QUÉBEC
 - SUBVENTIONS
 - RETRAITE QUÉBEC
 - RAMQ
 - AUTRES ENJEUX
- Bilingual services*

ISABELLE CHAREST
DÉPUTÉE DE BROME-MISSISQUOI

450 266-7410 | Sans frais : 1 833 257-7410
Isabelle.Charest.BRMI@assnat.qc.ca

170 rue de Sherbrooke, #205,
Cowansville, J2K 3Y9



MA FORCE TRANQUILLE

par : Valérie Martineau

C'est lorsqu'elle avait 3 ans que j'ai appris que ma fille était atteinte d'un trouble développemental du langage (autrefois appelé dysphasie). Assise aux côtés de la responsable du CPE, l'orthophoniste m'explique en détails ce trouble et les divers rendez-vous que je dois prendre pour aider ma fille dans son développement. En état de choc et désorientée, je pleure dans mon auto et je me demande ce que je dois faire. Mon auto se rend automatiquement chez mes parents. Mon père, qui travaille à partir de la maison, me reçoit, prend le temps de m'écouter et me dit : «pleure tout ce que tu as à pleurer!» Lorsque je n'ai plus de larmes dans mon corps, il se met en mode organisation : quel est son diagnostic, que dois-tu faire aujourd'hui, demain, dans les prochaines semaines. Il sait que j'ai besoin de me faire rassurer, mais aussi, de me prendre en main afin d'être proactive. Mon père est une force tranquille; il est présent pour nous quand nous en avons de besoin.

Toujours de son vivant, il me laisse en héritage son goût du français, de l'écriture, mais surtout, son goût pour la musique. Il m'a fait connaître Genesis, Supertramp, Queen et plusieurs autres groupes musicaux de sa génération. Un souvenir que je garderai toujours en mémoire sera lorsque nous sommes allés voir le spectacle de Phil Collins au Centre Bell. Comme lui, je lève le volume haut et fort en auto lorsqu'une de mes chansons préférées joue à la radio; je tape également le rythme de la batterie lorsque la chanson «In the air tonight» retentit dans mes oreilles!

C'est dimanche le 20 juin prochain qu'aura lieu la fête des pères. De mon côté, c'est de prendre le temps de dire à mon père que même s'il travaille beaucoup et qu'il est très occupé, sa présence dans ma vie est essentielle. Je sais que je peux l'appeler à tout moment, qu'il sera présent pour m'écouter. Sa plus grande force est qu'il sait me rassurer à tout moment et dans n'importe quelle circonstance.

Bonne fête des pères!

27 ASTUCES RAPIDES ET FACILES POUR VENDRE VOTRE MAISON RAPIDEMENT ET AU MEILLEUR PRIX À WATERLOO

Puisqu'il est probable que votre maison constitue votre bien le plus précieux, la vente de celle-ci représente sans doute l'une des décisions les plus importantes que vous prendrez dans votre vie. Et une fois que vous aurez pris cette décision, vous voudrez en obtenir le meilleur prix possible et la vendre dans les plus brefs délais, tout en préservant votre santé mentale. Avant de mettre votre maison en vente, voici un outil qui vous aidera à bien vous préparer.

Pour venir en aide aux vendeurs, un nouveau rapport de l'industrie vient d'être publié, intitulé « 27 précieux conseils à savoir pour vendre votre maison rapidement et au meilleur prix ». Ce rapport traite des questions importantes que vous devez connaître pour que votre maison demeure concurrentielle au sein du marché exigeant et compétitif d'aujourd'hui.

Grâce à ces 27 conseils, vous saurez comment protéger votre investissement le plus important et en tirer parti, réduire votre stress, prendre le contrôle de votre situation et réaliser le meilleur profit possible.

Dans ce rapport, vous découvrirez comment éviter des déceptions sur le plan financier, ou pire encore, un désastre financier lors de la vente de votre maison. En faisant appel à une approche fondée sur le bon sens, vous serez bien informé sur les facteurs qui détermineront l'échec ou la réussite de la vente de votre maison.

Vous devez d'apprendre comment ces conseils importants vous procureront un avantage concurrentiel qui vous permettra de vendre votre maison rapidement et au meilleur prix.

Commandez votre rapport gratuit dès aujourd'hui. Pour écouter un bref message enregistré décrivant la façon de commander une copie GRATUITE de ce rapport, composez sans frais le 1 844 881-5198 et faites le 1023. Vous pouvez appeler en tout temps, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

Obtenez votre rapport spécial gratuit MAINTENANT.

Ce rapport vous est offert gracieusement par Sébastien Cloutier. Il ne vise pas à solliciter des acheteurs ou des vendeurs actuellement sous contrat. Copyright © 2019



Cécile Lachapelle
thérapeute

MATIÈRE À RÉFLEXION

« Lorsque nous partons, il ne reste aux autres que des perceptions. Alors, le fait d'entendre dire comment les autres me voyaient m'a permis de savoir de quelle façon on allait se souvenir de moi. » Walter Green a demandé à ses proches de lui faire son éloge funéraire de son vivant. Il mentionne aussi que les gens qui ont une «disposition intérieure de gratitude» ressentent des niveaux plus élevés de satisfaction dans la vie, de vitalité et d'optimisme, de même que des niveaux inférieurs de dépression et de stress.

Quant à Harriet Beecher Stowe, elle, elle dit ceci : « Les larmes les plus amères que l'on verse sur les tombes viennent des mots que l'on n'a pas dits, des choses que l'on n'a pas faites ».

Dans 20 ans vous serez plus déçu par les choses que vous n'avez pas faites que par celles que vous avez faites. Mark Twain.

Quand on ne peut revenir en arrière, on doit se préoccuper de la meilleure manière d'aller de l'avant. Paulo Coelho.

Un voyage de mille lieues commence toujours par un premier pas. Lao Tseu.

Dans la vie, il y a le dire et le faire. Les deux importent. Il faut apprendre à bien dire et à bien faire. Il y a des temps et des circonstances où il vaut mieux garder le silence, car à trop parler ou à parler maladroitement, on risquerait de faire plus de mal que de bien. Jean-Yves Garneau.

Ce que produit un arbre fruitier montre comment il a été cultivé ; ainsi, en écoutant un homme parler, on peut savoir ce qu'il pense au fond de lui-même. Sir 27,7.

La liberté, c'est d'être responsable de ce qui nous arrive. Ce qu'on est devenu est le résultat des choix qu'on a faits dans le passé.

On ne naît pas avec une étiquette de héros ou de courage, on le devient avec les événements de la vie.

Il est difficile de discipliner un enfant qui n'a pas reçu d'amour. Dr. Jean- François Chicoine.

ET SI ON S'AIMAIT !

Si, pour un instant, Dieu t'offrait un morceau de vie ...

Le lendemain n'est garanti à personne, qu'il soit jeune ou vieux.

Aujourd'hui peut être le dernier où tu vois ceux que tu aimes...

N'attends pas, fais-le aujourd'hui, car si demain ne vient pas, tu regretteras sûrement de n'avoir pas pris le temps d'un sourire, d'une caresse, d'un baiser...

Si je savais que ce sont les dernières minutes où je te vois, je te dirais : « je t'aime » sans présumer bêtement que tu le sais déjà.

Si, pour un instant, Dieu m'offrait un morceau de vie ... je donnerais des ailes à un enfant, mais je le laisserais apprendre à voler seul.

J'enseignerais aux vieux que la mort ne vient pas avec l'âge, mais avec l'oubli. J'ai appris tant de choses de vous, les hommes...

J'ai appris que tout le monde veut vivre au sommet de la montagne, sans savoir que le véritable bonheur réside dans la manière de l'escalader.

J'ai appris que quand un nouveau-né serre fort de son petit poing, pour la première fois, la main de son père, il le retient pour toujours.

Et j'ai appris aussi qu'un homme n'a le droit d'en regarder un autre de haut que pour l'aider à s'élever. *Gabriel Garcia Marquez.*

Je vous ai partagé ces quelques citations qui portent à réflexion, parce que je crois qu'une simple phrase peut apporter beaucoup lorsqu'on est disposé à la recevoir et l'entendre dans ce qu'elle veut dire.



«LE MARCHÉ AUX PUCES DE LA COOP «Au Coeur du village», tiendra son marché aux puces mensuel samedi 19 juin de 9 h à 15 h au deuxième étage de son centre multiservice au 645, rue principale à Saint- Joachim-de-Shefford. Les mesures sanitaires à ce moment-là s'appliqueront. Bienvenue à tous et toutes.»



HORAIRE ESTIVAL (JUILLET ET AOÛT)

Pour la saison estivale, du 25 juin au 3 septembre 2021 inclusivement, le Centre d'action bénévole aux 4 vents sera ouvert du lundi au jeudi de 8 h 30 à 16 h 30 (fermé de 12 h à 13 h) et le vendredi de 8 h 30 à 12 h.

La buanderie communautaire Le Mouscaphin sera ouverte du lundi au jeudi de 8 h 30 à 16 h sans interruption et le vendredi de 8 h 30 à 12 h. Retour aux heures d'ouverture régulières après la fête du Travail.

Bonne saison estivale!



JARDINIERS PARTENAIRES

Le Centre d'action bénévole aux 4 vents est à la recherche de jardiniers partenaires. Vous avez une passion pour les potagers? Vous aimeriez partager généreusement le fruit de vos récoltes? Rien de plus simple, impliquez-vous dans notre projet communautaire et innovateur du VÉGÉ-GO.

Pour participer, il suffit de cultiver un rang de plus de légumes ou de fruits dans votre potager. Le don de cette récolte contribuera à garnir les tablettes du frigo communautaire le VÉGÉ-GO durant la saison estivale. Si vous le souhaitez, votre contribution sera mentionnée sur notre page Facebook et notre site internet.

Notre frigo communautaire le VÉGÉ-GO est un projet qui a vu le jour en juin 2017. Ce projet vise à combattre l'insécurité alimentaire vécue par plusieurs résidents de notre communauté ainsi qu'à réduire le gaspillage alimentaire. C'est un projet mobilisateur, un outil de plus pour renforcer la sécurité alimentaire.

Le VÉGÉ-GO est accessible en libre-service au 107, Lewis Ouest à Waterloo. Pour plus d'informations, communiquez avec Lyne Isabelle, intervenante sociale et communautaire au 450 539-2395 poste 227.



Virginie
Fortin

VACANCES 101

Nous sommes à l'aube d'un bel été très attendu qui sera, pour une deuxième année, sous le signe du « local ». Les débordements de toutes sortes qu'on a pu observer en 2020 m'ont amenée à songer aux stratégies adéquates pour planifier nos vacances... Car oui, la planification sera essentielle. Même si je suis adepte de la spontanéité et des *roadtrips* improvisés, je vais pencher pour les réservations et m'armer de patience.

En voyage comme en vacances au Québec, j'ai l'habitude de changer de lieu tous les jours ou presque en parcourant de longues distances. Souvent, je réserve l'auberge la veille ou quelques heures avant mon arrivée puisque c'est si facile avec les applications mobiles. Toutefois, l'heure n'est pas à la spontanéité, car les chalets, campings et réserves fauniques affichent complet ou presque et on risque d'être pris au dépourvu à la tombée de la nuit avec aucun endroit pour dormir. On n'a qu'à penser à ces centaines de campeurs qui ont fait 10 heures de route en se disant « on va trouver rendu là-bas » et qui ont transformé les belles plages de Percé en litière. Sans compter ceux qui ont élu domicile sur des terrains privés et parcs protégés un peu partout au Québec. Mieux vaut éviter ce stress et ne pas perpétuer le stéréotype du vacancier barbare. Avant de prendre la route, assurons-nous qu'un espace nous attend à destination. De cette façon, on s'assure de profiter réellement de nos vacances sans passer son temps à courir pour l'hébergement.

Autre changement majeur à mes habitudes de voyage : je tenterai de dormir à un seul endroit et visiter la région à partir de ce lieu. En général, je préfère rouler sans but précis et monter ma tente à plusieurs endroits en chemin. Cette année est différente, c'est un casse-tête de prévoir plusieurs endroits où s'installer pour la nuit alors il vaut mieux séjourner plusieurs soirs au même endroit et se promener à partir de ce point. Il faudra sans doute faire quelques allers-retours, mais je considère que c'est un excellent compromis si on n'a pas à tout remettre dans la voiture le matin... et tout remonter. C'est aussi très intéressant de visiter de fond en comble une région plutôt que de voir uniquement l'attrait principal. Si vous êtes de ceux qui aiment se reposer pour vrai, ce type de vacances est assurément le meilleur moyen de décompresser.

Ai-je parlé de réservation? Pour l'hébergement oui, mais il en va de même pour les restaurants et activités qui le permettent. Il suffit que d'une minute pour garantir qu'il y aura de la place pour vous à votre arrivée et que vous ne devrez pas modifier vos plans. En septembre dernier, je me suis rendue à Québec pour un samedi au spa et un dimanche dans le Vieux-Québec. Surprise! Par cette belle journée ensoleillée, nous étions des dizaines en ligne pour entrer dans l'établissement en bordure du fleuve. Après 30 minutes d'attente sans bouger, nous avons décidé d'inverser nos plans et de revenir le lendemain sous les nuages. Je garde maintenant en tête que si j'ai une idée, je ne suis certainement pas la seule à y avoir pensé.

Pour ce qui est des restaurants, faites plaisir aux restaurateurs en annonçant votre visite. J'ignore si les réservations seront encore obligatoires d'ici là, mais c'est agréable pour les équipes de savoir la quantité d'effectifs, de nourriture et d'employés, qui seront nécessaires. Un appel fera en sorte que votre expérience sera bonifiée, car ils vous attendront et prépareront votre arrivée. Les places sont plus limitées qu'à l'habitude dans les établissements avec la distanciation physique. Évitions d'attendre à l'extérieur ou de devoir rebrousser chemin.

Finalement, peu importe les lieux que nous visiterons ou les commerces que nous fréquenterons, portons une attention particulière à la courtoisie. Tous les Québécois ont eu une année difficile pleine de chamboulement, on a besoin plus que jamais de bienveillance et de gentillesse. Prenons notre mal en patience, tous les endroits seront remplis et on fera la file d'attente régulièrement. La pénurie de main-d'œuvre est bien réelle les travailleurs sont peut-être au bout du rouleau et font certainement de leur mieux. Ne les faisons pas fuir le service à la clientèle en les injuriant, les commerçants n'ont pas besoin de ça. En tant que restauratrice je vous assure que les commentaires négatifs nous affectent pendant longtemps, on fait notre possible dans les circonstances. Par contre, si vous avez du positif à dire, n'hésitez surtout pas à nous en faire part!

Cet été, le mot d'ordre est « planification ». Les élans de spontanéité seront pour une autre fois, mais j'espère que le respect et la patience, eux, seront là pour rester. Amusez-vous bien dans votre beau Québec. Après tout, on a peu de choses à envier aux destinations internationales.

P.s : de grâce, si vous découvrez la randonnée, ne laissez jamais un déchet derrière.



CERCLE DE FERMIERES WATERLOO

Vaccin, espoir d'une rencontre !! C'est ce qui me vient à l'esprit quand je vois cette deuxième année qui se déroule, semblable à l'an passé. On repasse sur nos pistes. On revit les mêmes événements avec un peu de morosité. Mais le vaccin contre cet ennemi sournois qu'est le Coronavirus, nous donne espoir de pouvoir faire encore de belles rencontres et de reprendre nos activités.

Entre-temps, le conseil s'est réuni en visioconférence dernièrement et a comblé deux postes laissés vacants suite à des démissions en cours de mandat. Nous avons le plaisir de vous annoncer la nomination de Mesdames Brigitte Hémond et Louise Ballard, qui deviendront respectivement nos nouvelles trésorière et secrétaire au sein du conseil d'administration du Cercle.

Petit truc de sécurité pour tous :

Vous êtes soucieuses de vos mots de passe! Avez-vous pensé d'inclure vos mots de passe dans une enveloppe, avec vos documents personnels et en aviser un membre de votre famille. Soyons responsables.

Petite recette pour tuer les mauvaises herbes :

3 litres de vinaigre blanc
100 gr de sel
1 c à table de savon à vaisselle

En terminant j'aimerais souhaiter une belle journée de Fête des pères dimanche 20 juin, à tous les hommes de notre vie : papa ou grand-papa qui nous soutiennent dans nos actions au quotidien.

Petit rappel : c'est le bon temps pour renouveler votre carte de membre ou devenir membre du Cercle de Fermières Waterloo.
En téléphonant au : 450 539-0111 Denise Comeau



**Même vacciné,
on doit se protéger.**





**Continuons d'appliquer les mesures sanitaires
pour se protéger et protéger les autres.**

[Québec.ca/coronavirus](https://quebec.ca/coronavirus)



L'UNITÉ PASTORALE VOUS INFORME...

ST-BERNARDIN ET ST-JOACHIM

MESSE DE LA ST-JEAN-BAPTISTE

Venez célébrer la messe de la Saint-Jean-Baptiste avec nous, le jeudi 24 juin à 10 h à l'église Saint-Bernardin. Bienvenue à tous! À noter qu'en cas de palier rouge, la limite de 25 personnes sera respectée.

Le secrétariat sera FERMÉ les jeudis 24 juin et 1^{er} juillet.

INSCRIPTIONS 2021-2022 - Parcours de catéchèse et d'Éveil à la foi

Vous avez fait baptiser votre enfant, désirez poursuivre cet engagement et lui faire découvrir le projet d'amour que Dieu a pour elle ou pour lui? Nous pouvons vous aider dans ce projet! Téléphonez-nous dès que possible!

Que faire de vos dons durant l'été?

Le P'tit Coup d'pouce et le Comptoir familial étant fermés pour la durée de l'été, nous n'acceptons aucun don.

Les dons que vous laissez près des portes de l'église sont très souvent volés et saccagés, nous n'avons pas le choix de tout mettre à la poubelle. Aidez-nous à éviter le gaspillage svp!

Nous vous référons à SOS Dépannage Moisson Granby : 327 rue Matton, 450 378-0221 où consulter cette adresse
Internet : <http://www.gasph-y.net/ougrave-deacuteposer-vos-dons.html>



CAPSULE ÉCOLO

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

« Nous avons pris la mer sur un bateau qui avait hiverné dans l'île ; il était d'Alexandrie et portait les Dioscures comme enseigne. »

(Actes 28, 11)

Ah! Voguer sur un bateau de plaisance... Pour ceux qui envisagent de se procurer une nouvelle embarcation, il est possible de faire un choix écologique. Les bateaux électriques sont moins bruyants et n'émettent pas de gaz à effet de serre. Il existe aussi les bateaux alimentés à l'énergie solaire. Ces bateaux atteignent généralement une vitesse moyenne de 10 km/h, ce qui a tout de même l'avantage de ne pas endommager la faune et la flore sur la rive.



Dans le but de naviguer pour l'environnement et pour la santé, il y a beaucoup de choix : le pédalo, le canot, le kayak, le voilier, la chaloupe. Ces embarcations permettent d'observer la nature sans la déranger, puis de faire battre son cœur. Une belle manière d'apprécier la Création.



Le centre de femmes Entr'elles invite toutes les femmes de la région à s'inscrire aux diverses activités offertes gratuitement en présentiel et/ou en visio en contactant le 450 375-4042. Il est à noter que toutes les activités au centre respectent les consignes de santé publique en vigueur.

Cafés-rencontres, mercredis de 9 h à 11 h30 :

02 juin Moi et mon réseau. Avoir une bonne relation avec soi est déjà un bon défi et lorsque « le Moi » entre en interaction avec « l'Autre », c'est aussi un autre beau défi à relever. Voilà un café-rencontre où nous aborderons, par des trucs concrets, comment faciliter nos diverses relations.

Ateliers groupe ouvert :

Utiliser nos limites ou notre pouvoir, le 3 juin de 13 h à 15 h 30.

Devant les multiples situations qui se présentent dans nos vies, quelle partie de nous affichons-nous? Celle qui est lustrée ou celle qui est plus terne? Celle qui a du pouvoir ou celle qui n'en a pas? Voyons comment cheminer vers l'utilisation de notre pouvoir plutôt que de nos limites.

Comment ça va? Zoom, le 11 et 25 juin de 13 h à 14 h.

Rencontre thématique virtuelle sous forme de groupe d'échange et de soutien.

Yoga de groupe, le 1er, 8, 15 et 22 juin de 10h à 11 h 30. En présence seulement. Place limitées.

Matériel: tapis de yoga, couverture et bouteille d'eau.

Pendant 4 semaines, améliorez votre posture et contrôlez mieux votre respiration.

Veuillez prendre note que nos bureaux seront fermés durant la période des vacances, du 19 juillet au 6 août inclusivement. Par contre, l'hébergement de crise Halte Crise demeurera ouvert au 450 375-0487. Une intervenante sera disponible si vous avez besoin d'aide ou souhaitez discuter. De retour le 9 août dans nos nouveaux locaux au 18, rue St-Antoine Nord, Granby. Passez de belles vacances !

Pour prendre rendez-vous pour un suivi individuel ou pour tout autre information, veuillez contacter le 450 375-4042 ou clavarder en direct au www.entrelles.ca. Entr'elles est situé au 170, rue St-Antoine N, bureau 321 à Granby. Hébergement de soutien de crise Halte Crise : 450 375-0487.



CHEVALIERS DE COLOMB DE WATERLOO - 1919-2019

MERCI BEAUCOUP à tous ceux qui ont acheté des billets lors de la dernière campagne (44^e) des Oeuvres charitables des Chevaliers de Colomb du Québec 2020-2021, le tirage ayant eu lieu le 16 avril dernier. Des prix totalisant un montant de 840 280\$ ont fait 16 heureux gagnants. Les bénéfices vont aux Oeuvres locales de tous les Conseils de Chevaliers de Colomb du Québec, lesquelles Oeuvres concernent des activités du Troisième âge, des activités jeunesse, la promotion de la famille, l'éducation chrétienne et les organismes humanitaires.

COVID: N'oublions pas les 3 V: VIRUS, VACCIN, VICTOIRE. Et allons tous nous faire vacciner si ce n'est déjà fait.



**Marise
Campbell**

QUAND GÉNÉROSITÉ RIME AVEC MÉNAGE

Continuons notre expérimentation de la dernière chronique; est-ce que vous avez tenté l'expérience d'une nouvelle aventure dans votre vie? Si oui, comment avez-vous vécu cette expérience? Prendre quelques instants pour mettre des mots sur ce que vous avez ressenti ou expérimenté permet de mettre plus de "présence" et d'attention sur ce qui s'est déroulé que ce soit positif ou négatif. Le détachement prend place, car on observe la situation de l'extérieur et non plus comme un acteur dans la situation. On peut résumer ces quelques phrases par le verbe conscientiser, l'action de la conscience pour comprendre ou analyser davantage ce qui s'est déroulé. Et si vous n'avez pas eu le temps de tenter une nouvelle aventure et bien, maintenant est toujours le meilleur moment !

Avec le printemps qui s'installe de plus en plus, en météo et en verdure, je réalise comment la force de la nature est puissante et qu'elle peut nous influencer positivement dans nos projets et activités que nous décidons d'entreprendre. Le goût d'un renouveau, d'un grand ménage s'installe et ceci représente une belle opportunité pour trier et réaménager les objets qui meublent notre environnement. Je suis toujours surprise de réaliser comment le déplacement d'une décoration ou bien d'interchanger deux plantes dans une même pièce crée, si vous me permettez, une toute nouvelle ambiance dans cette pièce et ce, sans avoir eu à dépenser le moindre dollar. Avec la possibilité de rester davantage à la maison avec la situation de la COVID, nous pouvons aménager les pièces intérieures comme les espaces extérieurs selon nos besoins et notre sens esthétique en action.

Il serait intéressant de prendre quelques instants pour réaliser combien d'objets font partie de nos vies et qu'à travers cette multitude, plusieurs servent quotidiennement, d'autres hebdomadairement, d'autres en saison, d'autres en compagnie de personnes,

d'autres pour les membres de la famille ou colocataires, d'autres une fois ou deux et d'autre jamais pour ne pas dire pratiquement jamais. Le fait de se poser quelques questions en manipulant les objets nous permet de faire le point avec eux et de voir quelle serait la prochaine étape. Un élément que l'on pratique lors de ces activités est notre honnêteté envers nous-même et envers le style de vie que l'on veut vivre. Bien qu'une partie de notre entourage influence notre façon d'être et d'agir, il en est de même pour les objets qui peuplent notre vie alors pourquoi pas les sélectionner avec soin! Je découvre que je prends plaisir à avoir sous la main et bien à la vue, que les objets qui servent et que cela crée une atmosphère de productivité où il n'y a pas de pensées dans mon esprit pour me dire que je devrais trier ceci ou bien donner cela. Non, mon attention est dirigée vers l'action à poser uniquement et c'est très reposant pour l'esprit.

A manipuler tous ces objets et d'explorer de plus en plus les recoins de notre maison, chambre, appartement, on peut découvrir des objets dont on ne se sert plus et qui pourraient rendre service à une autre personne. A davantage y réfléchir, ceci représente une belle forme de générosité de prendre un objet dont on ne se sert plus et de l'offrir à un proche ou un ami.

Faire circuler les objets dans nos vies sans s'y attacher et s'ouvrir à en recevoir de nouveau sous une autre forme que par l'achat en magasin, pourquoi pas? Alors je vous invite à faire l'expérience de trouver un objet dans votre vie que vous aimez et dont vous n'avez plus besoin, et de lui trouver une nouvelle demeure. Bonne recherche!



**Yannik
Morin**

MAJEUR ET VACCINÉ!

Le deuxième livre que j'ai lu d'une couverture à l'autre dans mon enfance fut le suivant: un bon exemple de Confiance en soi: Louis Pasteur Raconté aux Enfants ». Je me rappelle très bien l'histoire du petit garçon, qui taquinait le chien enragé à travers la clôture de bois blanche devant une maison cossue. Ce jour là, ce qui dut arriver, arriva. Le chien brisa le loquet et enfonça ses crocs dans la chair du petit homme téméraire. Après des jours de fièvre, la mort le guetta, parce qu'en 1885, on ne survivait pas à la rage. Pendant ces heures de souffrance, à des centaines de kilomètres de là, Louis Pasteur planche dans son laboratoire et soudain, hop, il développe le vaccin tant attendu! L'illustration des petits soldats casse-noisette debout un derrière l'autre dans la seringue, prêts à aller combattre le vilain virus de la rage dans le corps du gamin demeurera gravée dans ma mémoire. Le petit garçon a survécu et le vaccin contre la rage continue de faire ses preuves malgré que les enragés sont désormais au volant sur les routes du Québec, mais ça, c'est une autre histoire.

Bien que ça semble impressionnant qu'un vaccin ait vu le jour alors que la médecine nous semblait si archaïque, celui de la rage n'était pas le premier né. Presque cent ans plus tôt, soit en 1798 on développa le vaccin de la variole. Le plus ironique, c'est que ce dernier fût développé 50 ans avant que l'obstétricien Hongrois Ignaz Semmelweis découvre les vertus de se laver les mains avant de mettre un enfant au monde ou pratiquer d'autres gestes médicaux.

Je suis néanmoins abasourdi par le travail de ces scientifiques qui décodent la maladie au point où certaines d'entre elles parmi les plus mortelles sont désormais sous contrôle. La peste, par exemple, qui a tué 50 millions d'habitants au 14e siècle, n'a pas vu de cas depuis 1945.

Après mon injection de Moderna le 4 mai dernier, j'étais loin de porter les badges d'honneur du sauveur accompli tellement la démarche fut simpliste. Je me suis inscrit en ligne et 2 semaines plus tard j'ai conduit jusqu'à la pharmacie du Costco de Drummondville. J'ai reçu l'injection et 20 minutes plus tard j'étais déjà sur le chemin du retour. Jamais de ma vie je n'ai réalisé un geste aussi significatif avec une telle facilité. J'aurais bien aimé obtenir l'option « laisser un pourboire » aux personnes dévouées et souriantes qui m'ont accueilli.

Au-delà de la pandémie, plusieurs problèmes guettent l'humanité: la sécurité alimentaire touche une personne sur 9, l'accès à l'éducation de base demeure un problème majeur alors que 6 millions d'enfants n'auront pas accès à l'école. Le niveau de violence envers les femmes demeure élevé considérant qu'à l'échelle mondiale, une femme sur 3 sera physiquement ou sexuellement abusée durant sa vie. Les problèmes environnementaux affluent tels que la perte de la biodiversité et le réchauffement climatique. Or tous ces problèmes ne nécessitent pas que des laboratoires complexes mais plutôt d'un désir commun de changer les choses une fois pour toutes.

Cette réflexion me ramène à ma toute première lecture « Le livre de la Jungle » de Disney. Le Pithon Kaa tente d'hypnotiser Mowgli afin de le dévorer alors que Bagheera lui sauve la peau in extremis. À la toute fin, Mowgli choisit de ne pas retourner au village avec les hommes mais plutôt de vivre heureux et en paix avec ses amis de la jungle. C'est bien vrai que les hommes sont souvent fort décevants, mais pour ceux et celles qui cherchent une façon facile d'améliorer notre image, je pense que je vous ai donné quelques pistes.



TON PLAN POUR UNE JOURNÉE...



EN FAMILLE

PUMPTRACK
JEUX D'EAU OU PÉDALO
MUSÉE FERROVIAIRE
PIZZA BIEN GARNIE
CAFÉ LATTE ET CAKE POP



ENTRE AMIS

MUSÉE À CIEL OUVERT ARTRIA
VÉLO NAUTIQUE
GELATO CHOCOLATÉ
DRINK EN TERRASSE
LÂCHER TON FOU



À DEUX

L'ESTRIADE ET SON RÉSEAU
PLAGE
TENNIS
APÉRO DE PRODUITS LOCAUX
CONFORT DOUILLET



EN SOLO

KAYAK
CIRCUIT DU PATRIMOINE EN BALADO
SHOPPING LOCAL
BIÈRE ARTISANALE
BEIGNES AUX PATATES

WATERLOO
ton beat.



#WaterlooTonBeat



PLAGE MUNICIPALE SAISON ESTIVALE 2021

HORAIRE DE LOCATION

11 h à 18 h 30*

Fins de semaine du 4 au 20 juin (vendredi à partir de 16 h)

Tous les jours dès le 24 juin

HORAIRE DES JEUX D'EAU

Tous les jours de 10 h à 18 h*

*L'horaire peut varier sans préavis

TARIFICATION

Kayak, canot et planche à pagaie

Résident - 5 \$ / h - Non résident - 15 \$ / h

Pédalo et vélo nautique

Résident - 10 \$ / h - Non résident - 20 \$ / h

WATERLOO
ton beat.

Programmation des loisirs - Été 2021

Inscription bientôt!

Restez à l'affût!

ville.waterloo.qc.ca

 Waterloo Ensemble - Groupe citoyen

WATERLOO
ensemble.



WILFRID EN SPECTACLE : MALGRÉ LA COVID, LES TRADITIONS SE MAINTIENNENT À WILFRID-LÉGER

C'est sous une formule renouvelée que le traditionnel spectacle de talents locaux, le Wilfrid en spectacle revient cette année malgré les bouleversements causés par les différentes mesures sanitaires.

Depuis plusieurs années déjà, la fin de l'année scolaire était marquée par un spectacle des talents locaux de l'école secondaire Wilfrid-Léger. Les élèves de tous les niveaux étaient invités à monter sur les planches de la Maison de la culture afin de présenter à un public conquis d'avance des numéros qu'ils avaient longuement préparés après les heures de cours.

Toutefois, les mesures sanitaires sont venues déranger tout ce processus, finies les pratiques en petit groupe, finie la répétition générale et les spectacles en salle comble du vendredi et du samedi. Les trois organisateurs de l'édition 2021, les enseignantes **Maude Girard-Lamarre**, **Mylène Normand** et leur collègue **Liel Plamondon** ont dû faire preuve d'invention et de débrouillardise pour que la tradition se perpétue.

C'est donc sous une forme renouvelée et modernisée que les nombreux talents présents dans les murs de l'école secondaire ont pu s'exprimer. Les artistes de l'école ont été conviés à présenter des numéros divers qui ont été captés sur vidéo. Avec l'aide de **Carl Desbien**, le directeur technique de la télévision communautaire, les différentes captations ont été arrangées pour qu'elles puissent être présentées sur la page Facebook et le site web de l'École secondaire Wilfrid-Léger. C'est donc une

fois par semaine, depuis le 12 avril et jusqu'au 21 juin qu'une prestation d'élève est diffusée.

Liel explique que le changement qu'ont apporté les mesures sanitaires n'a pas que du mauvais. Auparavant, les prestations des élèves devaient être intégrées à un spectacle continu et devant public, et c'est ce spectacle qui dictait parfois les choix artistiques. Avec une diffusion vidéo des jeunes artistes de Wilfrid, il est maintenant possible d'offrir des performances plus individuelles, plus intimistes, qui n'auraient pas eu leur place dans un spectacle à grand déploiement comme ceux qu'il y avait auparavant à la Maison de la culture de Waterloo.

Une animation sous forme de sketch s'ajoute à chacun des numéros, ce qui assure une continuité entre les performances des élèves. Ces animations sont assurées par nos talentueux présentateurs, Félix Malhaire de 5^e secondaire et Xavier Gaudrault Poulin de 3^e secondaire.



Les trois organisateurs du Wilfrid en spectacle : **Liel Plamondon**, **Maude Girard-Lamarre** et **Mylène Normand**.



Marie-Maude Pellerin - Danse



Gabrielle Brien - Performance vocale



Vjctor St-Georges - Animation



LE PARC DE LA CABOOSE SE COLORE

Denise Lauzière, instigatrice du projet

À la suite d'une entente, datant de 2015, entre l'école secondaire Wilfrid-Léger et Tourisme Waterloo des Cantons de l'Est, un concours devait se tenir entre les élèves des classes d'art plastique pour revampier deux sculptures afin de leur donner une apparence jeune et aux couleurs des participants.

Un inconvénient a dû s'aplanir car Tourisme Waterloo des Cantons de l'Est n'avait plus le mandat de la Ville de Waterloo pour s'occuper des parcs donc n'avait plus l'autorité légale de poursuivre le projet. La Ville de Waterloo a accepté avec enthousiasme de continuer et de promouvoir ce concours d'art parmi les étudiants de l'école secondaire. Les circonstances ont fait que seulement cette année les astres se sont alignés pour permettre au projet de prendre son envol. Les professeurs Andréanne Gouin et Sonia Roy ont démontré une persistance et un enthousiasme à travers le temps et grâce à elles, les participants ont pu procéder à la conception des prototypes.

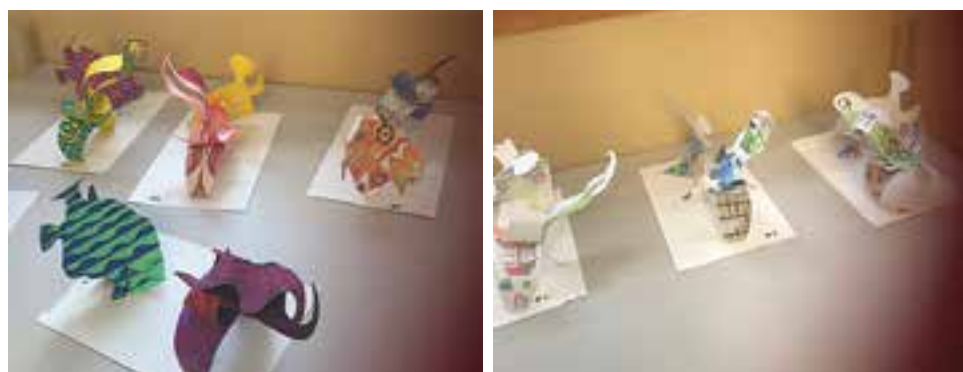
Une quarantaine de participants de deux groupes de secondaire 5 en art plastique ont finalement proposé une vision de leur idée pour colorer les sculptures.

Huit projets ont été sélectionnés dans un premier temps, soient ceux de: Ludovic Poitras, Mahée Delorme, Maxime Desjeans, Xavier Proulx, Félix Malhaire, Florence Gauthier, Laurie Gagné et Adrienne Simoneau.

Le choix n'a pas été facile, toutes étaient passionnantes à imaginer dans ce parc dédié aux cyclistes et à nous jeunes résidents du coin. Ce qui a dominé dans notre choix était d'ouvrir la culture à notre jeunesse et la coloration de Félix Malhaire nous semblait bien adapté à nos tous petits qui y retrouveront leurs animaux chimériques qui comblent leur imaginaire de douceur, de calme et de câlineries.

Voici comment Félix décrivait son projet :

« J'ai opté pour ce concept de « joyeux extraterrestres » car je trouve qu'il s'inscrit



Les 7 autres projets retenus



Félix Malhaire gagnant du 1^{er} prix

parfaitement dans la vision de la Ville de faire de Waterloo un endroit où il fait bon vivre, surtout avec des enfants! En effet, mes extraterrestres souriants sont à mon avis ludiques, amusants et chaleureux. En fait, je voulais que les jeunes (et les moins jeunes) développent de l'affection pour ces sculptures; qu'ils aient le goût de les serrer dans leur bras, de leur faire des câlins. Cela rejoint d'ailleurs le titre de l'oeuvre: « *El Brazo* » qui signifie l'étreinte. En plus, puisque ces sculptures sont situées dans un parc entouré de maisons pour jeunes familles, je me suis dit que ça serait l'endroit idéal pour une oeuvre rigolote. J'aime imaginer que le sourire contagieux de ces drôles de bonhommes soit visible des habitations avoisinantes ».

La municipalité a choisi Dose Culture pour la réalisation des travaux qui comprend le travail des artistes, le transport, la gestion des projets en direction technique et le relais logistique. L'artiste au dossier est Rowan Chambers. Le service-client sera assuré par Karine Tardif.

Ex Tourisme Waterloo des Cantons de l'Est remercie infiniment tous les participants à ce projet, professeurs, participants et employés de la Ville de Waterloo, le conseil municipal et le maire Jean-Marie Lachapelle qui ont fait d'un rêve une réalité qui à certains moments nous semblait voué à l'oubli.



Action Lac Waterloo (ALW) est à la recherche de bénévoles

Dans sa lutte contre une plante envahissante connue sous le nom de Myriophylle à Épis, l'ALW en collaboration avec la ville de Waterloo et un généreux donateur procédera à l'installation de toiles de jute au Lac Waterloo cet été.

L'opération, qui débute le 28 juin prochain, est d'une durée prévue de 14 jours échelonnés sur 4 semaines environ, selon les conditions météorologiques. Pour ce faire l'ALW aura besoin du support de 10 généreux bénévoles par jour durant cette période. Il serait souhaitable que les bénévoles soient disponibles pour une journée entière de 8h00 à 16h30 alors qu'un lunch sera fourni sur place. On pourra aussi combler les besoins avec des gens qui seraient disponibles pour des demies journées.

Nos besoins sont les suivants :

- Personnes possédant une embarcation motorisée avec moteur de 15 HP
- Personnes possédant un pédalo
- Personnes possédant une carte de conducteur d'embarcation de plaisance
- Personnes capables de manœuvrer une chaloupe à rames
- Personnes dans les chaloupes pour aider à l'installation des toiles de jute
- Personnes dans un pédalo pour remettre les sacs de lest (20 lbs) aux plongeurs
- Personnes capables de manipuler les sacs de lest et les toiles sur la rive.

Pour vous inscrire comme bénévole, faites nous parvenir vos coordonnées, les services que vous pouvez offrir ainsi que vos disponibilités à l'adresse suivante :
info@actionlacwaterloo.ca
ou consulter notre site web: actionlacwaterloo.ca





BARBIER

José Lito

Coupe hommes, rasages à la lame avec mousse chaude et taille de barbe
—Texte ou appelle—
450 204-5612
7, Place du Lac, Granby

Avec rendez-vous
Mardi - Mercredi : 9 h à 17 h
Jeudi : 12 h à 18 h
Vendredi : 9 h à 18 h
Samedi : 9 h à 15 h

Certificats cadeaux disponibles




OUVERTURE HORS-SAISON DE POMMES CROUSTILLANTES



VERGER

JEAN-PIERRE BISSON

situé au **1535 route 139**
(entre Roxton Pond et Roxton Sud à 3 km du village)
Plusieurs variétés de **pommes**
Jus de **pommes** 100% pur
Miel et autres produits dérivés

3, 4, 5 et 6 juin 2021

Nos pommes sont comme si vous veniez de les cueillir dans l'arbre, aussi fermes, croquantes et sans cire!

Pharmacie Rodolphe Ferrier et Stéphane Fiset

Pharmaciens-propriétaires

membre affilié à **Proxim**




Nouvelles heures d'ouverture
Lundi au vendredi 8 h 30 à 20 h
Samedi et dimanche 9 h à 16 h

5351, rue Foster, Waterloo | **450 539-1686** | Fax : 450 539-5141



ROBERT OSSINGTON

Courtier Immobilier Résidentiel

Tél: 450-775-0774 www.suttonquebec.com



Vous voulez vendre ou acheter une propriété? Je suis votre courtier immobilier résidentiel!
Contactez-moi sans délai!
Analyses comparatives gratuites.

Are you looking to sell or buy a property?
I am the real estate broker for you! Call me today!
Free market estimates.

Disponible, Honnête Professionnel
Available Honest Professional

Groupe Sutton - Immobilier Estrie
Agence Immobilière

L'EAU, LA VIE, ICI ET LÀ-BAS



Photographie: Sophie d'Ayron

Anny Schneider,
autrice et herboriste locale

"C'est quand le puits est vide qu'on sait ce que vaut l'eau"! Adage populaire
Je reviens d'une autre longue marche le long de la piste cyclable et déjà, plusieurs signes indiquent le fait que l'été sera chaud et sec.

Jamais je n'ai vu la rivière Yamaska et les ruisseaux afférents d'un si faible débit!

Saviez-vous que les Canadiens sont parmi les plus gros consommateurs d'eau au monde et qu'en plus nous ne la payons pas directement de notre poche? Toutefois, pour les municipalités l'accès public à une eau potable constitue une des plus grosses dépenses, outre la voirie et la police.

Je me souviens d'avoir visité la centrale d'assainissement des eaux de Granby et j'étais estomaquée par les montagnes de déchets qui sortait du filtrage du tout-à-l'égout! Couches de bébé et serviettes hygiéniques, condom et sacs en plastiques, c'est fou tout ça que les gens jettent dans les toilettes et on ne parle pas même pas des métaux lourds, produits chimiques, médicaments, anovulants et drogues qu'on y détecte, quand on fait des analyses chimiques plus poussées!

Aussi, c'est effrayant tous les déchets qu'on retrouve encore dans les fossés en 2021, n'oublions pas que ce sont les petits ruisseaux qui font les grandes rivières, et qui nous procurent aussi la sacro-sainte hydro-électricité, loin dans le nord en amont!

Les cellules de notre corps sont constituées entre 75 et 90% d'eau, selon notre âge.

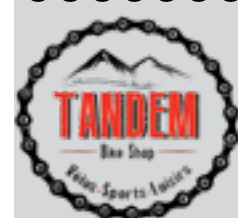
Un savant Japonais M. Emoto a prouvé que l'eau sait même capter nos émotions et qu'elle génère de beaux cristaux quand elle vient d'une source de montagne mais qu'elle génère des figures monstrueuses quand elle sort d'un égout de porcherie par exemple.

Que ce soit pour baigner nos bébés ou nous tremper nous-mêmes dans notre joli lac l'été, faire une bonne soupe ou arroser nos fleurs, n'oublions pas que l'eau potable tombe du ciel.

C'est un fait, sauf quand elle ne vient pas de sources souterraines comme celles de Waterloo, d'une tourbière à Warden ou de puits parfois très profonds comme à Shefford.

Merci aux municipalités, aux MRC, à l'OBV et à l'ALW de veiller sur nos sources d'eau locales.

Au-delà de l'épreuve planétaire que nous partageons tous, souvenons-nous que nous sommes gâtés et traitons l'eau avec plus de gratitude, de respect et de parcimonie, veinards que nous sommes!



Les
tandemeries

LE SAVAIS-TU?

En vélo, il y a des règles à respecter et il y a aussi des interdictions, comme celles de circuler sur un trottoir – sauf en cas de nécessité ou si la signalisation l'exige ou le permet – ou avec des écouteurs sur les oreilles ou en textant. En cas d'infraction au Code de la sécurité routière, des amendes sont prévues.



Lyne Ouellet

OBLIGATIONS

Selon le Code de la sécurité routière, le cycliste doit, entre autres :

RESPECTER LA SIGNALISATION

Le cycliste doit se conformer en tout temps aux panneaux et aux feux de circulation. Il doit par exemple s'immobiliser complètement à un feu rouge ou à un panneau d'arrêt, même si la voie est libre.

Le savais-tu? suite à la page 19

DES ALIMENTS QUI AIDENT A RENFORCER LE SYSTÈME IMMUNITAIRE



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

Certains aliments favorisent de bonnes défenses immunitaires grâce à leur teneur en vitamines et en antioxydants.



Les agrumes

Les agrumes comme les oranges, les pamplemousses et les citrons sont riches en vitamines C. Celle-ci participe au renforcement de l'organisme en stimulant la production d'une molécule capable de détruire les microbes.

L'ail

L'ail possède des propriétés antimicrobiennes, antiseptiques, anti-inflammatoires, anti-

bactériennes, antibiotiques, antifongiques et antivirales. Ce qui fait de lui un aliment capable de chasser et d'éliminer un grand nombre de bactéries pathogènes quand elles parviennent à s'introduire dans notre organisme.

Le thé vert

Le thé vert, outre son effet drainant et diurétique qui fait fonctionner les reins et nettoie les toxines, est riche en anti-oxydants, ce qui protège l'organisme des microbes. Il peut être consommé tout au long de la journée mais attention, en excès, il limite l'absorption de fer.

Les fruits de mer

Les fruits de mer contiennent de l'iode, un oligo-élément indispensable à la fabrication

des hormones et qui permet un meilleur fonctionnement du système immunitaire. L'iode a des propriétés antivirales, antiparasitaires, antibactériennes et anticancer. Le zinc, dont les huîtres regorgent, est un autre oligoélément qui permet de résister aux infections et qui permet aux cellules immunitaires de produire des molécules anti microbes.

Le pain complet

Le pain complet est riche en fibres. Or, les fibres jouent un rôle essentiel dans la régulation de la glycémie, permettent d'éliminer certains éléments toxiques et renforcent le système immunitaire. Le pain blanc contient également des fibres mais dans une proportion moindre.

Le chocolat noir

Riche en magnésium, le chocolat noir possède des polyphénols qui diminuent le stress et boostent le système immunitaire. Il doit toutefois être consommé avec modération, car il est riche en sucres et en graisses.

Les légumes verts

Les légumes verts sont riches en vitamines, en fibres et en oligo-éléments indispensables à l'organisme pour bien fonctionner. Les épinards notamment, ont une teneur élevée en fer et en vitamine A qui stimule la production d'anti-corps et la prolifération des globules blancs.

Les poissons gras

La vitamine D stimule le système immunitaire et protège contre les maladies, notamment contre les inflammations. Consommer des poissons gras riches en omégas 3, tels que le hareng fumé, la sardine, le maquereau, le saumon permet de faire le plein de vitamine D.

Le savais-tu? suite de la page 18

Au feu rouge, il doit attendre que le feu passe au vert avant de repartir ou qu'un feu pour piétons soit activé. Dans ce cas, le cycliste est autorisé à continuer tout droit à la condition :

- de s'immobiliser et de s'assurer qu'il peut circuler sans danger
- d'accorder la priorité aux piétons (c'est-à-dire laisser passer les piétons circulant dans l'intersection)
- de circuler à une vitesse raisonnable et prudente



Attention, le cycliste ne peut pas traverser à un feu pour piétons si une signalisation lui interdit.

Si un panneau de signalisation interdisant le virage à droite au feu rouge est installé à une intersection, le cycliste n'est pas autorisé à y effectuer un virage à droite à un feu rouge, même si un feu pour piétons est activé.



RESPECTER LA PRIORITÉ

À un passage pour piétons, s'arrêter dès qu'un piéton s'y engage ou manifeste clairement son intention de traverser, par exemple, s'il attend sur le trottoir qui borde le passage pour piétons, s'il fait un signe de la main, qu'un contact visuel a été établi avec lui, etc.

À une intersection, céder le passage aux piétons, aux véhicules et autres cyclistes qui ont la priorité.

À plus de 5 mètres d'un autobus ou minibus scolaire dont les feux rouges intermittents sont en marche ou qui fait usage du panneau d'arrêt, s'immobiliser jusqu'à ce que les feux soient éteints et que le panneau soit rabattu.

CIRCULER DU BON CÔTÉ

Sur la chaussée, circuler aussi près que possible du côté droit, tout en tenant compte de l'état de la chaussée et des risques d'empoiement, et dans le même sens de la circulation. Le cycliste peut quitter sa position :

- pour effectuer un virage à gauche
- s'il est autorisé à circuler à contresens
- en cas de nécessité

Sur l'accotement, rouler dans le sens de la circulation ou le sens indiqué par une signalisation.

SIGNALER SES INTENTIONS

D'une façon continue et sur une distance suffisante pour être bien vu par les autres usagers, il faut **signaler ses intentions**, à moins que la manœuvre ne mette en péril sa sécurité.

CIRCULER À LA FILE

En groupe, circuler à la file (non côte à côte) :

- le groupe peut être formé d'un maximum de 15 cyclistes
- s'il y a plus de 15 cyclistes, il faut former un autre groupe

SE POSITIONNER ADÉQUATEMENT

Le cycliste doit demeurer à califourchon (une jambe de chaque côté du vélo) et tenir le guidon.

INTERDICTIONS

Le **Code de la sécurité routière** interdit au cycliste, entre autres, de circuler :

- sur les autoroutes ou sur leurs voies d'accès
- en sens inverse de la circulation – sauf si la signalisation autorise le contresens à vélo ou en cas de nécessité
- sur le trottoir – sauf en cas de nécessité ou si la signalisation l'y oblige ou le permet (il devra alors circuler à basse vitesse et accorder la priorité de passage aux piétons)
- entre deux rangées de véhicules en mouvement, sauf lorsque la rangée de droite est réservée au virage à droite
- en portant un ou des écouteurs
- en manipulant un appareil électronique portable, qu'il soit ou non tenu en main
- en consultant l'information affichée sur un écran de visualisation, à moins que l'ensemble des conditions suivantes soient respectées :
 - l'information est utile à la conduite ou est liée au fonctionnement des équipements usuels de la bicyclette
 - l'écran est intégré à la bicyclette ou est installé sur un support fixe
 - l'écran est positionné et conçu de façon à ce que le cycliste puisse le faire fonctionner et le consulter aisément
- en faisant quelque action que ce soit susceptible de le distraire de la conduite prudente de sa bicyclette
- avec un vélo ayant un système de freinage défectueux

Il est également interdit :

- de transporter un passager, sauf si un siège est prévu à cet effet
- de circuler en ayant un passager, un animal ou un objet qui obstrue la vue ou gêne la conduite du vélo
- de consommer des boissons alcoolisées en circulant
- de consommer de la drogue, sauf un médicament en vente libre ou un médicament, autre que du cannabis, qui a été prescrit par un professionnel autorisé à le faire

En vélo : ce que dit la loi - SAAQ (gouv.qc.ca)

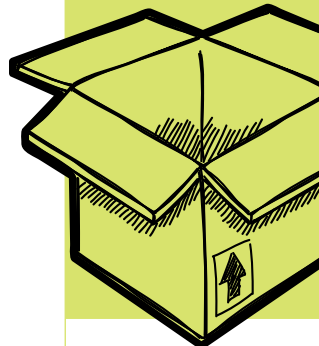
Guide de sécurité à vélo – 9^e édition (gouv.qc.ca)



VOUS DÉMÉNAGEZ ?

Les écocentres sont vos alliés !

- Posez le bon geste ! -

						
CARTON	MEUBLES ET ÉLECTROS	PETITS OBJETS	MATELAS ET SOMMIERS	MÉLAMINE	RÉSIDUS DOMESTIQUES DANGEREUX	PRODUITS ÉLECTRONIQUES
Vous avez des surplus? Amenez-les	Ils ne sont plus fonctionnels?	Une cafetière brisée? Un luminaire désuet?	Plus assez confortable pour le donner au suivant?	Les tablettes comme les meubles, ça va	Leur nom le dit, ils sont dangereux. Traitez-les de façon sécuritaire	Protégez l'environnement et vos données personnelles, amenez-les
↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
aux ÉCOCENTRES.	Aux ÉCOCENTRES.	Aux ÉCOCENTRES.	Aux ÉCOCENTRES.	aux ÉCOCENTRES.	aux ÉCOCENTRES.	aux ÉCOCENTRES.
 INTERDITS aux ordures ainsi qu'à la collecte des encombrants						

Espace du réemploi

*Vos articles sont encore en bon état? Donnez leur une seconde vie!
Ils trouveront certainement preneurs à l'**Espace du réemploi**.*



Pour connaître les heures
d'ouverture des écocentres
GENEJETER.COM

**COMPOSTER
RÉCUPÉRER
RECYCLER**
HAUTE-YAMASKA

 **mrc**
La Haute-Yamaska
Prospre de nature