

WATERLOO • SHEFFORD • ST-JOACHIM • WARDEN

JANVIER 2022
Volume 19 - No 2

JOURNAL COMMUNAUTAIRE

PANORAMA

Bonne Année 2022



**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
Bobo-Ratté**

En novembre dernier, j'ai enfin pu retrouver ma famille d'adoption. Après une longue séparation, je suis retournée auprès des miens. Non pas que je ne sais apprécier mon cocon de bonheur dans les Cantons. Bien au contraire! Mais je trouve un parfait équilibre lorsque j'ai l'opportunité de naviguer entre le Québec, ma terre native; et le Guatemala, cette terre d'accueil.

Tel un phénix, je m'y suis déposée jadis pour une période, afin de renaître de mes cendres. Par la suite, j'y suis retournée de manière ponctuelle pour refaire le plein. Le plein de soleil, de vagues et de mangues bien sucrées? Oui, bien sûr... mais surtout de sourires, de doux moments et de pureté.

Il y a cinq ans, j'y avais laissé d'inspirants projets en devenir, des amies au bedon proéminent et des gamins hauts comme trois pommes, avec lesquels j'avais tissé d'étroits liens dans l'eau.

C'est donc avec une émotion incommensurable, un plaisir sur la limite d'exploser et mon petit sac à dos que je les ai tous retrouvés. Mon sentiment, lorsque j'ai mis les pieds en sol chapino? Plénitude et gratitude. Immédiatement, je me suis sentie pleine. Pleine de cette énergie vibrante et magique guatémaltèque. Je me suis également sentie submergée. Submergée par la reconnaissance d'avoir la chance d'être à ce moment précis, à cet endroit spécifique.

Sans entrer en long et en large dans les détails de mon bref et puissant périple, je peux malgré tout vous en décrire quelques bribes.

Le bonheur de marcher dans les rues de mon pueblo d'amour qu'est El Paredon. De croiser à nouveaux ces visages familiers et bienveillants qui ont fait partie de ma vie le temps d'une reconstruction. D'échanger avec Sandra, la semi-maîtresse/tenancière de restaurant/conseillère du village. D'enfin prendre dans mes bras les versions réduites de mes amis. De constater et d'admirer comment la communauté a su se développer et s'épanouir, au mieux de ses connaissances ainsi que de ses moyens, de façon durable et responsable.

J'ai vécu pendant ces quelques jours dans un véritable état second, le corps complètement engourdi de bonheur. Alors que la même situation mondiale bat son plein dans cette por-

PÉRIPLE DE COEUR

tion de l'Amérique, j'ai compris que les Guatémaltèques sont en quelque sorte à l'abri du virus (pour être claire dans mes propos : au sens figuré et non au sens propre).

Les masques ne cachent pas leur sourire qui vit au plus profond de leurs prunelles. Les bruits omniprésents de la radio ou de la télévision n'enterrent pas leurs éclats de rire. Au lieu de changer de trottoir pour s'isoler, les gens font plusieurs arrêts dans la rue sur l'heure du lunch pour saluer les commerçants au passage et partager avec les leurs des perles de moments.

J'ai vu des voisins s'entraider. Bâtir ensemble des fours à pizza extérieur, des shalas de yoga et de petites cabañitas. J'ai vu des enfants autonomes prendre des décisions (tantôt bonnes et parfois mauvaises) et devoir les assumer sur le champ... sans les parents. J'ai vu de l'empathie, de l'écoute, du partage et surtout, de la résilience. Puis-je vous dire à quel point ce spectacle humain était magistral et émouvant?

Nous avons tout à leur apprendre sur la gestion des eaux usées, la revalorisation des matériaux et l'importance capitale de la nutrition. Ils ont tout à nous enseigner sur la simplicité, le contentement et le noyau familial. Dans cette réflexion, un exemple vivifiant de juste équilibre s'est matérialisé devant moi : une école.

Lorsque j'ai quitté le village, les niños devaient prendre une lancha (petit bateau) pour se rendre à l'école secondaire. Je n'ai pas besoin de vous mentionner que le taux de décrochage des ados s'avérerait des plus élevés. En discutant avec les soies de La Chozza Chula (le seul OBNL implanté à Paredon) j'ai réalisé que tous les fonds cumulés pendant les 5 dernières années avaient permis d'enfin construire une école secondaire. Encore mieux : d'intégrer des ordinateurs et de la technologie dans l'établissement. Encore mieux : l'éducation et les moeurs véhiculées ne sont pas entièrement teintées par nous, les Nord-Américains, ou les Européens.

Ils ont su, avec l'aide de bénévoles dévoués et d'un programme bien équilibré, respecter les besoins et la réalité des lieux, afin de former les adultes guatémaltèques de demain. Ceux qui feront la différence dans leur propre pays, ville ou même village.

Quand un homme a faim, mieux vaut lui apprendre à pêcher? Bien sûr! Mais parfois, l'écoute et le respect des acquis permettent de former une combinaison gagnante qui ne dénature pas l'apprenti. Encore plus loin, parfois le maître en retire beaucoup plus de cette expérience que l'élève.

Feliz año à tous!

LE JOURNAL COMMUNAUTAIRE

PANORAMA

reçoit une
subvention du
ministère de la
Culture et des
communications

Québec



DÉBOSELAGE ET PEINTURE
ANDRÉ MAROIS & FILS ENR.
DEPUIS 1976

MICHEL MAROIS,
Propriétaire

Spécialité : Peinture vernis
ESTIMATION POUR ASSURANCES

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

74, CHEMIN FOSTER
SHEFFORD, Qc

Bonne
Année

RBQ.: 8325-9473-41



Patrice Laramée Inc.

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

Bonne
Année



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

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

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

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

Sylvie Blais, Marguerite Campbell, Marise Campbell, Renée Fournier, Steve Lacoste, Yannik Morin, Valérie Martineau, 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

6 500 exemplaires distribués par la poste onze fois par année

Couverture géographique

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

CLIQUEZ AIMER
SUR LA PAGE

Impression

Hebdo Litho, Saint-Léonard

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





LA VIE D'UNE CITOYENNE SAUVÉE GRÂCE AU SERVICE DES PREMIERS RÉPONDANTS DE WATERLOO



**Steve
Lacoste**

En septembre dernier, en pleine pandémie de COVID-19, une équipe composée de quatre premiers répondants de Waterloo a participé au sauvetage d'une dame en arrêt cardiorespiratoire.

C'est avec une voix remplie de fierté et d'émotion que Patrick Gallagher, directeur de la sécurité incendie de la ville de Waterloo, nous a raconté cet événement. C'était en soirée, une demande d'assistance pour venir en aide à une femme en arrêt cardiaque est entrée. À leur arrivée sur les lieux, les quatre premiers répondants ont pris le relais du conjoint de la dame qui procédait déjà, depuis plusieurs minutes, à des manœuvres de réanimation. C'est d'ailleurs ce dernier qui a contacté le service 9-1-1 pour demander l'assistance de paramédicaux.

Les PR ont procédé rapidement à la défibrillation sur la dame et son cœur s'est remis en fonction quelques minutes plus tard. Les manœuvres de réanimation ont été poursuivies jusqu'à l'arrivée des ambulanciers qui venaient de Granby, car l'équipe de paramédicaux de Waterloo était déjà sur une autre intervention. Les PR ont dès lors porté assistance aux ambulanciers qui ont pris leur relève. Ils ont amené la femme au Centre Hospitalier de Granby, où son état s'est stabilisé. Ensuite, elle a été transférée au CHUS de Sherbrooke, d'où elle est sortie depuis, de retour chez elle. Selon les dires de M. Gallagher, on parle ici d'une « patiente réanimée sans séquelles majeures ».

Il va sans dire que sans la vivacité d'esprit de son conjoint, qui lui a administré les manœuvres de réanimation, ses chances de survie auraient été diminuées de beaucoup. De plus, l'arrivée de quatre premiers répondants, équipés d'un appareil de défibrillation cardiaque, qui sait quel aurait été le dénouement de cet événement. Grâce à eux et à leur expérience, cette femme peut maintenant continuer à vivre sa vie.

Depuis 2006, année où le conseil de ville de Waterloo a décidé d'appuyer le projet d'implantation d'un service de premiers répondants, c'est la cinquième fois que la vie d'une personne victime d'un tel malaise est sauvée, en plus de centaines d'autres événements auxquels les 27 membres du service ont eu à intervenir. Sans l'appui du conseil de la ville de Waterloo, ce service ne pourrait pas exister, et M. Gallagher leur

en sera éternellement reconnaissant. Selon lui, on parle d'une réussite collective à chaque intervention de son équipe de PR.

L'effet pandémique sur le rôle des premiers répondants

Depuis mars 2020, la pandémie de COVID-19 a eu des répercussions sur plusieurs aspects de notre vie. Les premiers répondants, étant considérés comme des travailleurs de première ligne, ont vu leurs protocoles d'intervention être révisés à de nombreuses reprises, en plus d'avoir été exposés aux risques de contracter le virus en portant assistance à des citoyens lors de multiples interventions.

Malgré tout, le CIUSSS de l'Estrie a bien su encadrer l'équipe de 27 premiers répondants de Patrick Gallagher, appuyé de son capitaine, monsieur Pierre Brien. Les protocoles pouvaient changer chaque mois, chaque semaine, ou voire, chaque jour. Masque de procédure ou N95? Habit complet de protection avec visière ou pas? Le mot que M. Gallagher retient : l'inconnu. « Ne pas savoir ce qui nous attend, c'était ça tous les jours. Malgré tout, personne ne s'est désisté, personne n'a lâché. Les 27 premiers répondants ont tous demeuré dans leurs fonctions, et je leur en serai toujours reconnaissant », a ajouté le directeur de sécurité incendie de Waterloo.

Le CIUSSS a mis en place des protocoles spéciaux pour éviter que les PR et les paramédicaux soient exposés inutilement. Par exemple, lors d'intervention, les ambulanciers entraient dans le domicile et les premiers répondants demeuraient dehors si leur présence n'était pas requise à l'intérieur. Tous les équipements de protection ont été fournis par le CIUSSS pour cette « belle équipe », qualificatif donné par M. Gallagher. « Les protocoles et les équipements ont permis de bien nous protéger. Nous comptons seulement un cas positif à la COVID-19 parmi nos membres, et ce, malgré l'exposition à laquelle nous étions confrontés » ajoute fièrement Patrick Gallagher.

Le mardi 14 décembre, au conseil de ville de Waterloo, les premiers répondants comptant 5, 10 et 15 ans de service ont été honorés. De plus, la citoyenne ayant été secourue par les quatre membres de l'équipe de premiers répondants de MM. Gallagher et Brien, a livré un témoignage pour remercier tous ceux qui se sont portés à son secours, de près et de loin.



Le service de premier répondant est en opération depuis 2006 avec plus de 37 membres du service incendie et citoyen de la ville de Waterloo et de l'extérieur. Le service fait partie intégrante du service de sécurité incendie et est sous la responsabilité du directeur de la sécurité publique et incendie.

Depuis 2006, les premiers répondants répondent à une moyenne de 250 appels annuellement. Le service

possède un véhicule électrique de marque KIA Soul.

Les premiers répondants sont formés avec plus de 60 heures de formation initiale et de 12 heures de maintien de compétences par année. Ils sont désignés pour répondre aux appels d'urgence médicale et traumatique, selon des protocoles d'intervention clinique.

Ils doivent répondre immédiatement à une demande d'intervention acheminée par le centre de communication santé.

- ✓ Se rendre sur les lieux dès que l'appel est reçu.
- ✓ S'assurer de la sécurité des lieux et évaluer rapidement la situation et les risques potentiels.
- ✓ Aviser la centrale des données nouvelles sur la situation et du besoin d'envoi des ressources additionnelles.
- ✓ Prendre en charge et évaluer le patient pour y associer le plan de traitement

La mise en place d'un service de premier répondant constitue un élément important à considérer dans l'organisation d'un système d'urgence.

Il est médicalement démontré que le facteur TEMPS est un élément déterminant pour garantir la survie des victimes de maladies subites ou de traumatisme.

L'Objectif de son implantation:

- ⇒ Raccourcir les délais de réponse auprès de la population qui nécessite des soins d'urgence.
- ⇒ Visé à réduire le taux de morbidité et de mortalité dû aux situations d'urgence vitale et aux traumatismes sévères.

Le principal objectif est de prévenir une détérioration de sa condition en attendant l'arrivée des techniciens ambulanciers. En effectuant par exemple:

- ⇒ La réanimation cardiorespiratoire et la défibrillation lors d'arrêt cardiaque
- ⇒ L'administration d'oxygène
- ⇒ L'installation d'attelles, de pansement
- ⇒ Le contrôle d'hémorragies
- ⇒ Administration d'épinéphrine
- ⇒ La communication de l'information nécessaire pour la prise en charge rapide par les techniciens ambulanciers.

Ce ne sont que quelques actions posées parmi plusieurs protocoles venant bien encadrer leur travail. Le seul fait d'être présent et de soutenir les victimes est en soi une action des plus importantes.

Les services de premier répondant font partie de la chaîne de survie.

Le service de premier répondant est présent sur le territoire de la ville 24 h sur 24, et ce 7 jours sur 7, 365 jours par année. Toujours en complémentarité avec les services ambulanciers, nous assurons une présence en tout temps, car nous n'effectuons pas le transport des patients. Le service ambulancier souvent appelé à offrir une couverture de territoire immense est fréquemment absent du territoire.

Les urgences sont toutes en complémentarité et existe que pour une seule raison, soit celle d'assurer une réponse aux urgences de la façon la plus optimale que possible.



Avis de nomination

Margerie Légaré
Directrice générale



M^{me} Catherine Allen-Dénommé, présidente de la Caisse Desjardins de Brome-Missisquoi, et M^{me} Mannon Bessette, présidente de la Caisse Desjardins de Waterloo, sont heureuses d'annoncer la nomination de M^{me} Margerie Légaré au poste de directrice générale de la Caisse de Brome-Missisquoi, et ce, depuis le 15 novembre 2021.

M^{me} Légaré demeure également à la barre de la direction générale de la Caisse de Waterloo. Ainsi, elle sera la nouvelle directrice générale de la Caisse Desjardins de la Porte-des-Cantons-de-l'Est qui verra le jour le 1er janvier 2022.

M^{me} Légaré cumule près de 35 ans de service au sein du Mouvement Desjardins. Au-delà de son expérience professionnelle, elle est surtout reconnue pour ses valeurs humaines, son engagement au sein de la communauté ainsi que pour son style de leadership inspirant.

« Nous sommes ravis d'accueillir M^{me} Légaré au sein de notre équipe. Nous sommes convaincus que son expertise en développement des affaires, en gestion de la performance ainsi que son leadership mobilisateur lui permettront de bien accompagner notre équipe au sein de l'organisation. » précise M^{me} Allen-Dénommé, présidente du conseil d'administration de la Caisse de Brome-Missisquoi.



Autrefois

LES CARTES DE VOEUX

par : Sylvie Blais

L'année passée est enfin dernière nous, c'est le temps de se souhaiter une bonne année!

Depuis quand existent les cartes de vœux? En France, au 17^e siècle, les enfants écrivent fin décembre un petit compliment ou un poème de leur plus belle main, sur une feuille ornée d'une image, pour leur instituteur, institutrice ou leurs parents. La coutume naît et, lorsque les procédés d'impression se développent et deviennent moins coûteux, les cartes de souhaits se multiplient.

La première carte commercialisée daterait de 1843; 1 000 exemplaires sont tirés à Londres et vendus en Angleterre. Aux États-Unis, une nouvelle petite imprimerie est ouverte à Boston en 1866; le procédé de lithographie y est développé et, bien-tôt, on édite des cartes de 8 à 20 couleurs différentes. Le succès est fulgurant : pour la seule année 1881, plus de 5 millions de cartes sont vendues!

En France, c'est une famille française d'éditeurs-photographes et imprimeurs qui, de 1864 à 1913, produit des milliers de cartes postales numérotées pour simplifier les envois de meilleurs vœux. La carte illustrée est justement une production de cette famille, les Lévy et fils. Originaire de France, comme en témoigne le drapeau, elle a certainement été vendue ici en raison de la demande au Québec pour des cartes en français. Comme partout ailleurs, on deviendra vite friand des expéditions postales ainsi que des télégrammes destinés aux êtres chers durant la période des Fêtes.

Les années 1950 et 1960 sont l'âge d'or des cartes de vœux. On estime qu'une famille québécoise poste alors environ 80 cartes chaque année. Les cartes reçues sont exposées dans les salons, dans ou encore sous le sapin de Noël, et les plus belles sont conservées. Ainsi, en 1969, 300 millions de cartes transitent par la Société canadienne des postes. Le déclin s'amorce ensuite lentement et, si la tradition des bons vœux subsiste encore aujourd'hui, elle a pris une forme virtuelle, avec les cybercartes.

À tous et toutes, bonne année 2022!



Carte Lévy et fils, probablement imprimée autour de 1910 (collection privée).

Malgré une ressemblance avec le mont Shefford, le paysage est bien français. Un autre indice, hormis le drapeau : les enfants ont des feuilles de gui entre les mains. Or, le gui, un symbole des fêtes de fin d'année et un porte-bonheur, gage de santé et de prospérité, ne pousse pas au Québec. Le vilain personnage dans le bas à droite représente l'année d'avant, visiblement cauchemardesque... !



PROGRAMMES D'AIDE FINANCIÈRE AUX CITOYENS

par : *Caroline Rioux, agente communication et administration*

La Municipalité dispose de divers programmes d'aide financière pour soutenir ses citoyens et les organismes desservant la région.

À commencer par le programme d'aide financière pour l'acquisition et l'installation de bornes de recharge électrique à usage résidentiel qui vise à soutenir les citoyens du Canton de Shefford lorsqu'ils font l'acquisition et l'installation, à leur résidence, d'une première borne de recharge pour véhicules électriques.

L'aide financière offerte en vertu de ce programme correspond à 25 % du coût total de l'acquisition et de l'installation d'une borne de recharge électrique résidentielle neuve, et ce, jusqu'à concurrence de 250 \$.

Une seule borne de recharge et son installation, par adresse civique, peuvent faire l'objet d'une aide financière.

Programme pour l'achat de couches réutilisables

Ensuite, le programme de subvention de couches lavables est offert aux citoyens faisant ce choix écologique.

Cette politique a pour objectif de diminuer la pression sur la matière ligneuse, de réduire la quantité de déchets enfouis, d'opter pour des processus de production et de mise en marché moins nocifs pour l'environnement.

Les familles peuvent avoir accès à une contribution au montant de 100 \$ en présentant

une facture pour l'achat de couches réutilisables.

Aide financière aux organismes communautaires et aux citoyens

Depuis 2011, les organismes communautaires et les citoyens de Shefford peuvent présenter une demande d'aide financière à la Municipalité.

La Politique d'assistance financière aux organismes communautaires et/ou aux citoyens a pour but de soutenir les interventions d'organismes qui assurent des services auprès de la population sheffordaise, favoriser une utilisation équitable des ressources publiques et permettre une équité parmi les demandes d'assistance reçues.

L'utilisation d'un formulaire est obligatoire pour présenter une demande d'aide selon les trois dates limites annuelles (**15 février, 15 juin ou 15 octobre**) pour déposer une demande.

Pour connaître les termes et conditions ou pour remplir le formulaire en ligne de ces différents programmes, rendez-vous à l'adresse cantonshefford.qc.ca, dans les sections Services, Citoyen ou Vie communautaire.



Photo : Bornes électriques Québec

BILAN DES PERMIS POUR L'ANNÉE 2021

Le Service de l'urbanisme et de l'environnement a travaillé fort encore cette année afin de répondre aux demandes variées des citoyens, comme en témoigne les chiffres en provenance de l'historique des permis délivrés mensuellement.

Tel qu'illustré sur le graphique, l'année 2021 a été exceptionnelle! Entre le mois de janvier et la mi-novembre 2021, 662 permis ont été délivrés, comparativement à 490 pour l'année 2020 pour une période similaire et 469 pour l'année 2019.

Le printemps a été particulièrement occupé, alors que les derniers mois de l'été ont été plutôt similaires à l'année 2019, une année hors pandémie.

Par ailleurs, en date du 17 novembre 2021, 71 permis pour de nouvelles résidences ont été délivrés depuis le début de l'année, comparativement à 31 pour l'année 2020 et 39 en 2019. Au total, entre le 1^{er} janvier 2021 et le 17 novembre 2021, la valeur des permis délivrés s'élève à 66 590 496 \$ comparativement à 29 157 220 \$ pour une période similaire l'an dernier.

L'ensemble de ces données démontre que 2021 est une année hors du commun et que la demande pour les espaces naturels et accueillants, comme sur le territoire du Canton de Shefford, a littéralement explosé durant cette période pandémique.



La saison hivernale des loisirs - 2022



Le Service des loisirs vous propose une session de cours en plus de conférences et d'atelier tant pour les adultes que pour les enfants.

Vous trouverez aussi des activités artistiques, dont le premier relais d'écriture de Shefford et des conférences d'auteurs sheffordois.

Les inscriptions aux loisirs se font dès le 17 janvier 2022.

Tous les détails sont inscrits dans le dépliant que vous avez reçu en décembre par la poste ou en ligne au cantonshefford.qc.ca.



Randonnée aux flambeaux



la randonnée aux flambeaux est de retour le samedi 19 février de 18h à 20h30, au parc Jean-Paul Forand. Des départs sont organisés dans une ambiance conviviale!

Vous devez vous inscrire en remplissant un formulaire dans la section Inscription aux loisirs sur le site cantonshefford.qc.ca.

* Le passeport vaccinal est obligatoire.





DÉNEIGEMENT

Bonne et heureuse année



Excavation
Greg Williams

9208-9473 Qc Inc.



450 521-1313



CERCLE DE FERMIERES WATERLOO

Ah comme la neige a neigé! Ah comme le temps a passé... vite, vite, vite. L'année 2021 a passé en dents de scie : des hauts et des bas. Nous vous offrons nos meilleurs vœux pour cette nouvelle année qui débute : santé et amitié sincère.

Les festivités de fin d'année achèvent, voilà qu'on se plaît à penser à l'après pandémie. Une page blanche qui nous permet d'échafauder de nouveaux projets. Pandémie qui ne nous empêchera pas de reprendre nos ateliers hebdomadaires, lundi 17 janvier à 13 h, salle 101 du Centre Paroissial St-Bernardin. Bienvenue à nos membres. Venez partager vos idées, vos talents et rencontrer de nouvelles amies.

En tant qu'organisme communautaire, le Cercle de Fermières Waterloo se veut inclusif dans ses activités. La prochaine réunion aura lieu mardi 8 février prochain, à 18 h 45. Dès 18 h 30 nous vous accueillerons à la salle 101 du Centre Paroissial. Toutes les femmes sont les bienvenues de 14 ans à 100 ans.

Pour plus d'information contactez :
Marjolaine Gince, présidente 450 539-3971



ROBERT OSSINGTON

Courtier Immobilier Résidentiel

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



Disponible,
Honnête
Professionnel

Available
Honest
Professional

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.

Groupe Sutton - Immobilier Estrie
Agence Immobilière

SANTÉ de Waterloo COURVILLE

Bonne et Heureuse Année de toute l'équipe de Santé Courville!



Notre vœu pour la nouvelle année; apprendre à vivre avec la Covid. Nos vies et nos habitudes de vie ont changé. Notre façon d'entourer les résidents s'est adaptée à la nouvelle réalité de ce virus qui ne semble pas vouloir disparaître. Alors dorénavant, nous ferons avec.

À titre d'exemple, l'équipe des loisirs redouble d'efforts et de créativité pour assurer aux résidents des activités variées et sécuritaires. À cet effet, Mme Sonia Arès et M. Dany Lussier, ont reçu le prix « Coup de cœur » de l'Association des services de loisirs en institutions de la Montérégie, pour une de ces nouvelles activités; le Kahoot.

Si vous désirez en savoir davantage sur le Kahoot, nous vous invitons à visionner ce lien :

<https://www.dropbox.com/s/0ws9fjlzyywb2/ASLIM%20-%20Prix%20Coup%20de%20coeur%202021.mp4?dl=0>

Nous félicitons l'équipe des loisirs et nous remercions tous les membres de l'équipe de Santé Courville, pour leur implication à l'amélioration du quotidien des résidents.

Christine Durocher, directrice générale de Santé Courville



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



LAVALLÉE, LACASSE & POIRIER

NOTAIRES - NOTARIES

4547 RUE FOSTER, WATERLOO QC J0E 2N0

WWW.LLPNOTAIRES.COM

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





Marise
Campbell

2022 : ÇA SERA TOUT UNE NOUVELLE ANNÉE !

Et voilà, une nouvelle année débute et nous apporte son lot de nouvelles expériences, de rêves, de rencontres et de projets! J'ai toujours trouvé fascinant comment en apparence, rien ne change entre le moment du départ du décompte et la fin du décompte pour entrer dans la nouvelle année et que cette activité me faisait penser au moment de notre journée d'anniversaire. De plus, en apparence, rien ne semble changer mais en fait, on y observe une mesure du «temps», une pause entre deux instants où tous les humains situés sur ce même fuseau horaire, célèbrent ce changement de rythme ou d'année pour débiter en même temps quelque chose de nouveau. Je vous dirais qu'avec la connaissance grandissante des mécanismes de l'évolution de l'être humain et la compréhension ou l'expérimentation des énergies que je fais, je découvre que le changement d'année est plus bien important et significatif que je le croyais. Disons encore plus marquant qu'un seul party entre amis ou en famille bien «arrosé» avec son traditionnel décompte bien synchronisé...

Comme le rythme circadien interne, tout est rythme dans la vie et plus on s'attarde à l'observer et à y voir les tendances, plus on peut s'y synchroniser et voir comment le rythme que l'on observe nous influence et influence notre vie. Nous avons qu'à regarder le cycle des saisons pour voir comment on adapte nos voitures, notre garde-robe, nos activités tant sportives que sociales etc. De plus, il y a le cycle lunaire, le cycle des heures dans une journée, le cycle de l'année scolaire, le cycle de croissance de plantes nourricières etc. Un des cycles qui me fascine le plus est celui de notre système solaire et plus précisément celui de notre planète avec son positionnement, sa vitesse de rotation, son inclinaison, sa distance du Soleil qui font que nous avons un calendrier de 365 et parfois 366 jours réparti en 12 mois plus ou moins égaux. C'est toute une invention d'avoir créé un système de référence qui nous permet de suivre l'écoulement du temps à travers l'année et ce, à travers un fuseau horaire bien précis... La vie serait tout autre si on prenait un autre système de référence pour suivre l'évolution du temps dans une année et c'est intéressant de prendre quelques instants pour y réfléchir.

Revenons à notre changement d'année pour approfondir ce passage. J'ai découvert que comme le cycle des saisons, il y a une énergie bien précise qui accompagne chaque année et qui influencera notre façon d'être, de se comporter, d'évoluer et qu'en s'y intéressant, notre «adaptation» à cette nouvelle année se fait avec plus de douceur et d'harmonie. Je réalisais que je devenais beaucoup plus «spirituelle» dans ma façon d'aborder la nouvelle année qu'auparavant, car je prenais conscience de l'opportunité de transformer mon quotidien plus facilement avec de nouvelles habitudes, grâce à cette nouvelle énergie «annuelle».

J'aimerais vous partager quelques éléments qui composeront l'énergie de la nouvelle année et nous verrons en fin d'année prochaine, au moment du bilan, comment cette énergie nous a permis de cheminer en tant qu'individu, de société et d'humanité. Une intéressante résolution ! Alors l'harmonie sera le grand thème de l'année 2022 sujet que je vais développer dans la prochaine chronique, comment je la vis vraiment avec moi-même et mon environnement immédiat. J'entends ici avec autant les personnes proches que les amis, collègues de travail, voisins, animaux de compagnie, etc. Nous aurons l'opportunité de découvrir quelles sont nos intentions véritables qui dictent nos gestes, nos attitudes et nos comportements et de prendre des décisions sur celles-ci qui les rendront plus droites, plus vertueuses, plus alignées sur la construction d'un vrai climat d'harmonie avec tous et chacun. Il va de soi qu'il faut beaucoup de courage pour prendre conscience de nos intentions profondes, car parfois, même si celles-ci semblent droites en apparence, nous pouvons avoir le désir de nous servir, de servir nos intérêts personnels au détriment des intérêts de la collectivité. Il y a plusieurs notions à nuancer mais mon but est de vous partager quelques grandes lignes pour bien saisir la possibilité d'expérimenter l'énergie de la nouvelle année.

Finalement, j'aimerais ajouter qu'en plus des éléments partagés, il nous faut être patient et accepter que tout changement, toute décision prise à l'instant même prend un certain temps avant de définitivement s'installer. Reconnaître ce temps me permet de davantage me détacher du résultat escompté et laisser toute la place au résultat réel qui surviendra. Sur ce, je vous souhaite un départ d'année en lion et plein de découvertes sur vous pour la prochaine année!

Bonne année 2022!



Yannik
Morin

LA FASCINANTE HISTOIRE DES SOUTIENS-GORGE

Syntonisant une station de radio parlée ce jour-là lors d'une balade en voiture, l'échange portait sur des événements se déroulant à pareille date 20 ans plus tôt. Ayant vraiment apprécié la chronique, je me suis empressé dès mon arrivée à la maison de consulter le web afin d'y apprendre les événements marquants de 1975, l'année où mes parents ont eu l'idée de génie de me mettre au monde.

3 éléments ont retenu mon attention; le premier étant que l'Année 1975 ne fut pas très faste en moments grandioses. Le deuxième fut de découvrir que Bill Gates lança Microsoft cette même année, mais le troisième m'a laissé bouche bée, voici pourquoi. Imaginez-vous que le conseil étudiant de l'université du Texas à Austin a, en 1975, voté un code vestimentaire rendant obligatoire le port du soutien-gorge pour toute jeune femme ne pouvant passer le test du crayon! Je me sentis très vieux tout d'un coup, mais encore plus quand j'ai découvert ce qu'était le fameux « pencil test ». Le test du crayon consistait à placer un crayon à l'horizontale sous le galbe du sein de la demoiselle. Si la masse du sein une fois relâchée créait un repli suffisant pour garder le crayon en place sans qu'il tombe au sol, le soutien-gorge devenait dès lors, obligatoire! Je me demande comment une telle mascarade survivrait au jugement social d'aujourd'hui.

Cette lecture m'a rappelé un autre événement vécu en personne quelque mois plus tôt. J'étais dans la remontée mécanique de la station de Ski de Bromont en vue d'une descente en vélo de montagne et, à ma grande surprise j'ai aperçu cet arbre auquel était accroché des dizaines de brassières! On m'expliqua qu'il s'agissait d'une vieille tradition. Recherche faite, c'est bel et bien le cas! Or, autrefois, dans les années 60 plus précisément, c'était, dit-on, les petites culottes! Voilà une évolution qui fait tout son sens, car je m'imaginais mal comment on peut soustraire sa petite culotte à même le remonte-pente sans enlever ses skis. Le premier « arbre à soutien-gorge » proviendrait d'Aspen au Colorado. Comme il s'agissait d'un acte de rébellion de la part des jeunes skieuses, les contrevenantes risquaient de se faire révoquer leur billet si prises sur le fait par les patrouilleurs.

Dans la catégorie « découverte contre-intuitive », le chercheur français Jean-Denis Quévillon a pour sa part étudié l'effet des soutiens-gorge sur le corps des femmes pendant plus de 15 ans. Ces études démontrent que les soutiens-gorge n'auraient pas l'effet structurant tant convoité et que dans les faits, les femmes ne portant pas de soutien-gorge ont en moyenne les mamelons 7 millimètres plus élevés comparativement aux femmes qui le portent.

Historiquement, la brassière moderne a vu le jour en France en 1890 en remplacement du corset qui recouvrait en plus une partie de l'abdomen. C'est donc au Français que les anglophones doivent le terme « bra », diminutif de brassière. Hélas, c'est au détriment du confort de millions de femmes qu'il fallut attendre 40 ans, soit jusqu'en 1930 pour qu'un système de catégorisation de la taille des bonnets voit le jour.

Ayant remarqué de nos jours que c'est majoritairement les hommes qui portent le masque de façon inadéquate et même « le nez à l'air », je me demande si l'habitude des femmes de vivre avec le constant inconfort des soutiens-gorge les a rendues plus tolérantes de façon générale? Tout compte fait, avec ou sans, l'histoire nous montre la place importante qu'a occupé ce vêtement au fil des ans et que peu importe vos convictions ou votre pudeur rien de mieux que d'en parler pour briser les tabous et évoluer.



M. René Beauregard
Maire
Saint-Joachim-de-Shefford

*Le personnel et les membres
du conseil vous souhaitent,
bien sincèrement, plein
d'espoir, de confiance et
de persévérance pour la
nouvelle année.*

*Merci pour l'appui que
vous nous accordez!*

*Bonne Année et bonne
santé à tous !*



Le Québec
*est riche
de sa nature!*

**... mais nos activités
peuvent fragiliser ou
détruire les habitats
des espèces.**

**Apprenons à les protéger.
[Québec.ca/habitatsfauniques](https://quebec.ca/habitatsfauniques)**

Votre 
gouvernement

Québec 



On a tous de bonnes questions sur le vaccin

Est-ce que le vaccin contre la COVID-19 est le même pour les enfants et les adultes ?



Le vaccin utilisé pour les enfants de moins de 12 ans contient une plus petite quantité d'ARN messager, car le système immunitaire des enfants répond mieux que celui des adultes. Et bien que la dose soit plus petite, le vaccin est tout aussi efficace que chez les adultes.

Obtenez toutes les réponses à vos questions sur le vaccin à

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

Le vaccin, un moyen de nous protéger.



L'UNITÉ PASTORALE VOUS INFORME...

ST-BERNARDIN ET ST-JOACHIM

UNE ANNÉE 2022 DE RETOUR À LA NORMALE

Nous avons vécu une année 2021 marquée par toutes sortes de problèmes dont nous n'avions pas l'habitude : pandémie avec ses inquiétudes, confinements et obligations de toutes sortes; rareté de main d'œuvre, notamment dans le monde médical; et j'en passe.

Un dernier variant est apparu ces semaines dernières avec une hausse des contaminations, mais les inquiétudes à ce sujet semblent s'atténuer et les familles protégées ont pu se réunir, Dieu merci!

Malgré tout, en gros, nous passons à travers.

Toutes ces expériences nous démontrent que les épreuves n'ont pas le dernier mot et que nous sommes sans doute plus forts que nous ne le croyions.

L'année 2022, je le crois, sera marquée par d'autres éclaircies. Qu'ainsi notre année 2022 soit bonne et heureuse !

Pour ma part, je vous garde quotidiennement dans ma prière. Que le Seigneur soit votre force intérieure ! Ça aide beaucoup à passer à travers...
Votre curé, chanoine Gérald Ouellette

Chanter...quelle bonne thérapie!

Depuis plus d'une vingtaine d'années la chorale de St-Bernardin « l'Écho du Choeur » chante pour certaines célébrations dominicales et de grands événements, au service de la paroisse.

À cause de la COVID 19, nous avons interrompu nos pratiques et suivi les consignes de sécurité du gouvernement.

Aujourd'hui nous sommes heureux de reprendre notre activité bénévole tout en respectant les normes sanitaires et le passeport vaccinal. On dit que chanter déclenche de l'endorphine qui fait du bien au corps et à la tête, donc qui aide dans les situations liées à la COVID.

Vous savez et aimez chanter, la chorale est une activité gratuite où, avec amour et humour, nous apprenons de nouveaux chants; nous le faisons tout en nous amusant et pour le plaisir. Nous ne sommes pas obligés d'apprendre les chansons par coeur et très souvent une pianiste-organiste nous accompagne selon ses disponibilités; nous sommes heureux d'être ensemble. C'est relaxant, ça permet aussi de socialiser, de travailler la mémoire auditive et verbale, donc bon pour la santé.

Pour vivre des moments de joie et de partage en toute simplicité et si vous aimez chanter, jouer d'un instrument, je vous invite à vous joindre à nous.
Huguette Perreault, Directrice de chorale, Paroisse St-Bernardin

Conférence gratuite

Dans les pas de la Chrétienté naissante

Exposé de Données historiques confirmant l'historicité et les actions de Jésus de Nazareth.

Nous saurons répondre à ces questions :
Est-ce que le nouveau testament est fiable?
Jésus a-t-il existé?
Est-il mort sur la croix?
Est-il ressuscité?

Mercredi le 12 Janvier, à 14 heures, Salle 101, entrée par Lewis
Entrée gratuite
Conférencier: François Tessier

Nouveau responsable du service des communications

Il me fait plaisir de me joindre à Mariette Beaumont pour concerter nos efforts et augmenter la ferveur de nos paroissiens par du contenu chrétien de qualité sur tous les médias.

Notre plan a été déposé et je le rendrai disponible pour qui voudra le consulter. Nous innoverons en bien des secteurs.

Venez apprendre de nouvelles compétences, formation incluse sans frais
Gestion de pages WEB, Facebook, Éditeur de feuillets
Régisseur technique pour PODCAST : caméraman....

François Tessier f.tessier@videotron.ca



CHEVALIERS DE COLOMB DE WATERLOO - 1919-2019

MILLE MERCI: Encore une fois cette année, malgré les contraintes de la Covid, la Guignolée des Chevaliers a été un franc succès. Nous remercions donc Mme Diane Sullivan, responsable des inscriptions et M. André Rainville, grand responsable. Et nous remercions aussi tout spécialement Mme Lyne Ouellet qui s'est occupée de la collecte de porte à porte de denrées et argent du côté Ouest de la montagne de Shefford. Et sans oublier tous les généreux donateurs eux-mêmes qui démontrent, année après année, un sens du partage peu commun.

BONNE ANNÉE: Que nos Voeux de Bonne Année vous accompagnent. N'oublions pas ceux qui nous ont quittés et particulièrement ceux terrassés par la Covid. Et vous êtes invités à aller visiter la Crèche de Noël qui a été montée par des Chevaliers, devant le presbytère.

BINGO

Bingo paroissial de St-Bernardin : Prochaine date : Le 22 janvier 2022
Bienvenue à tous !



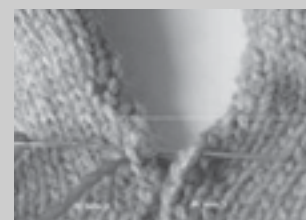
CAPSULE ÉCOLO

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

« Jésus s'avança un peu plus loin et vit Jacques et son frère Jean, les fils de Zébédée. Ils étaient dans leur barque et réparaient leurs filets. »

(Matthieu 4, 21)

Dans notre société consommatrice et matérialiste, nous sommes portés à jeter les choses plutôt que de les réparer. L'un des meilleurs exemples : nos vêtements.



Pourquoi ne pas penser à des alternatives pour qu'un vêtement puisse être conservé plus longtemps? Si une chemise ou une paire de jeans est déchirée, c'est possible de recoudre avec du fil et une aiguille. Pour une réparation plus minutieuse, demandez au nettoyeur (ou, pourquoi pas, à un membre de votre communauté?).

Et si, après le Temps des Fêtes, vos vêtements sont plus serrés, apportez-les au comptoir familial et achetez aussi quelques morceaux pour les encourager. Le comptoir familial accepte également les vêtements, souliers... trop abîmés ou déchirés pour les envoyer par la suite à l'organisme Récupex de Sherbrooke qui transforme ces vêtements pour leur donner une deuxième vie. Pensez également à réparer et réutiliser vos objet ou à les apporter au P'tit Coup de pouce de la paroisse St-Bernardin. Il y a également l'Écocentre qui ramasse pour tous, les objets qui ne peuvent être réparés ou réutilisés au lieu de les jeter à la poubelle. Voici l'horaire de tous ces organismes :

Comptoir familial : Jeudi de 13 h à 16 h et Samedi de 9 h à 12 h
P'tit Coup de Pouce : Vendredi 13 h à 16 h et Samedi 9 h à 12 h
Écocentre de Waterloo : Mercredi au samedi de 8 h à 17 h



LE RETOUR DU PARASCOLAIRE

Une nouvelle offre d'activités parascolaires fait son entrée à Wilfrid-Léger. Après une année particulière en contexte de pandémie, le parascolaire revient en force avec six nouvelles activités qui auront lieu toute l'année scolaire.

D'après l'enseignante Mélanie Couillard qui s'occupe également de l'activité Fil-lactive et du club de photo, il y a maintenant à l'école des activités pour tous les goûts : des activités de plein-air et physiques (auto-défense, danse, entraînement, Fillactive et club de course), des activités artistiques et culturelles (club de photo, improvisation, percussions, peinture des chaises de la bibliothèque, Wilfrid en spectacle et couture), des activités socioéducatives (camp étudiant eSport et génie en herbe) et une activité d'engagement communautaire. Comme nouvelles activités, on peut compter l'autodéfense, la danse, le club de course, la couture, le cours de percussions et le camp étudiant eSport, en vigueur depuis l'an dernier.

Cela fait environ trois ans qu'il y a une plus grande offre, parce que le gouvernement du Québec a instauré une mesure financière appelée *la mesure 15028* pour aider les écoles avec la gestion du parascolaire. <<La mesure vise à soutenir les établissements d'enseignement secondaire pour qu'ils offrent gratuitement une programmation diversifiée d'activités parascolaires à l'ensemble de leurs élèves et à offrir la possibilité que chaque élève puisse participer gratuitement à une heure d'activités parascolaires chaque jour de classe pendant un minimum de 28 semaines>>, a rapporté Andréanne Gouin, la coordonnatrice des activités parascolaires, en citant un extrait du document de la mesure 15028.

Madame Couillard, pour sa part, a aussi mentionné que l'école offrait des activités parascolaires pour la rendre plus attrayante et diminuer le décrochage scolaire. Celle-ci a ensuite renchéri : «Je pense que c'est important d'avoir une variété d'activités pour permettre à un plus grand nombre possible d'élèves de pouvoir vivre différentes expériences selon leurs goûts et leurs intérêts. Il s'agit d'une possibilité de tisser de nouvelles amitiés en s'amusant. Étant donné que la majorité des activités sont gratuites, cela permet également aux élèves d'essayer des activités différentes sans dépenser toutes leurs économies. Je crois que le parascolaire peut aussi amener une certaine motivation à venir à l'école, la rendre plus attrayante. Plusieurs jeunes développent également leur estime de soi en développant ou en découvrant de nouveaux talents».

Eden Elizabeth Bourbeau
4^e secondaire



Des élèves de l'école Wilfrid-Léger heureux du retour des activités parascolaires.

LES RELATIONS AMOUREUSES AU SECONDAIRE NUISENT AUX ÉLÈVES?

Certaines personnes pensent que les relations amoureuses du secondaire nuisent aux élèves et ne durent pas, pourtant plusieurs adolescents pensent le contraire.



Marie-Andrée Côté (à droite), Technicienne en éducation spécialisée qui conseille et soutient les jeunes dans leur cheminement scolaire.

Selon Marie-Andrée Côté, Technicienne en éducation spécialisée, une relation peut prendre beaucoup de place dans l'esprit et la "tête" d'un jeune. C'est pourquoi la concentration peut se retrouver diminuée d'une certaine façon parce que leurs pensées sont ailleurs. Les adolescents deviennent alors préoccupés, donc ils sont moins disposés à être concentrés ou à rester concentrés sur leurs devoirs et examens. Tu as aussi des gens qui sont ultra concentrés dans la vie et que rien ne vient les perturber, ils sont très cérébraux.", a-t-elle annoncé.

Tous les êtres humains sont différents et c'est pourquoi chacun réagit différemment en couple. "C'est très subjectif, parce que tu as des gens qui sont ultra concentrés dans la vie et que rien ne vient les perturber, ils sont très cérébraux et d'autres que c'est le contraire, un rien peut venir les affecter, les perturber et venir chambouler leur journée, voire leur semaine. Il n'y a rien de tout blanc ou tout noir dans la vie. Il faut prendre en compte la personnalité et le tempérament des individus aussi, ce sont deux facteurs qui viennent peser pour beaucoup dans la balance." raconte Mme Côté.

Coralie Brouillette, une élève au niveau secondaire 4 à Wilfrid-Léger, a expliqué son point de vue "Cette année, mon copain m'a aidée pour mon examen de français et pour plusieurs autres matières dans lesquelles j'avais de la misère, c'est justement lui qui m'a aidée dans ma compréhension de la matière. Alors non, je ne pense pas qu'il me nuit au niveau scolaire", a-t-elle affirmé.

Les gens pensent que ces unions nuisent aux élèves, mais elles ne sont pas désavantageuses pour autant : "Je dirais que m'a relation m'a plutôt aidée parce qu'avant de rencontrer ma copine, j'étais assez perdu scolairement et je faisais rarement mes devoirs. C'est elle qui m'a alors remis au pas", a déclaré Laurent Malette, copain d'une ancienne élève de l'école secondaire Wilfrid-Léger.



Un autre point de vue a été présenté par une élève de Wilfrid-Léger. "Moi je ne trouve pas ça compliqué parce qu'on sait tous les deux que la priorité c'est l'école. On est ensemble depuis un an et il m'aide dans mon parcours scolaire et dans mon volleyball. C'est quelqu'un qui peut m'aider et qui est là pour moi, au lieu de me ralentir", déclare Anna Chevrier.

Être heureux en amour et à l'école semble bien possible selon plusieurs élèves de l'école secondaire Wilfrid-Léger.

Élizabeth Cloutier
4^e secondaire



Me Sylvain Lavallée,
Notaire

DÉMARRER UNE ENTREPRISE

Vous avez décidé de créer votre propre entreprise. Avant même d'effectuer votre première vente, plusieurs étapes doivent être franchies pour assurer la survie de votre entreprise. Cet article vous permettra de faire un survol des étapes et des formalités à considérer pour un bon démarrage d'entreprise et ainsi augmenter vos chances de réussite.

Plan d'affaires

La préparation et la rédaction d'un plan d'affaires est une étape très importante dans le démarrage d'une entreprise. Il s'agit de mettre sur papier votre projet en répondant à certaines questions de base :

- Quel produit ou service désirez-vous proposer ?
- Mon produit ou mon service est-il original ?
- Est-il déjà offert par des concurrents ?
- En quoi mon produit se distinguera-t-il des autres ?
- À qui mon produit ou mon service s'adressera-t-il ?
- Quels seront les points de vente ou de distribution du produit ?
- Quels sont les ressources et les employés nécessaires ?
- Quels sont mes partenaires ?
- Quels seront les coûts, les dépenses et les revenus ?
- Quels sont les besoins de financement au démarrage, au roulement et à la croissance ?

Dans le cadre de la rédaction du plan d'affaires, il est bon d'effectuer des vérifications afin de confronter vos idées à la réalité du marché. Il est important d'avoir un portrait juste du champ d'activité ou encore de la clientèle cible. La préparation d'une étude de marché, vous aidera à mieux définir votre produit ou votre service, à établir un prix en fonction des revenus de la clientèle potentielle ou à préparer votre approche marketing.

Le plan d'affaires vous servira à faire vos demandes de financement. Plus votre document sera clair et documenté de manière pertinente, plus il aura de chances de convaincre un investisseur ou une institution financière. Vous devez vous appuyer sur des données solides afin de prouver que vos objectifs sont réalisables.

Les ressources professionnelles

Il est important de s'entourer des bonnes personnes. Comme vous n'êtes pas expert en tout, établissez une équipe de ressources efficaces qui excelle dans un domaine particulier (comptable, notaire, avocat, etc.). Ces personnes vous aideront à trouver les réponses à vos questions et vous éviteront des impacts imprévus (poursuites judiciaires, cotisations d'impôts, etc.).

La structure d'entreprise et les permis

Vous devez choisir la forme juridique que prendra votre entreprise. Plusieurs modèles s'offrent à vous qui dépendent de plusieurs facteurs, dont :

- Êtes-vous seul ou plusieurs ?
- Quel est le profit escompté de l'entreprise ?
- Quelle la croissance prévue ?
- Quels sont les risques de poursuites reliées à la responsabilité civile ?
- Quel est le budget disponible pour le démarrage ?
- Quel est le secteur d'activité ?

Il vous faudra peut-être enregistrer votre entreprise, vos produits ou vos services auprès des gouvernements et obtenir des permis pour différentes raisons. Ces enregistrements peuvent être obligatoires suivant des lois et règlements. Les entreprises doivent être ins-

crites à certains registres afin de pouvoir commercialiser leurs produits ou leurs services, notamment :

- Registre des entreprises du Québec (REQ)
- Taxes à la consommation (TPS et TVQ)
- Retenus pour employés (DAS)
- Impôts corporatifs (si l'entreprise est une société par actions)
- Numéro d'importateur ou d'exportateur
- Ministère de l'Agriculteur, des pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ)
- Société des alcools, des courses et des jeux du Québec (RACJ)
- Permis municipaux
- Etc.

D'autres enregistrements sont souhaitables pour la protection de l'entreprise. Le nom de l'entreprise doit être publié au Registre des entreprises du Québec (REQ) afin d'éviter qu'un concurrent puisse l'utiliser. Si vos produits ont un nom distinct de votre entreprise, celui-ci peut être protégé en étant inscrit comme marque de commerce. De nos jours, toute entreprise possède un site internet, l'acquisition d'un nom de domaine est donc une nécessité.

Le financement

L'obtention du financement nécessaire au démarrage d'une entreprise est souvent l'étape la plus difficile. La préparation d'un bon plan d'affaires vous aidera à convaincre votre institution financière de la faisabilité et de la rentabilité de votre projet.

Il existe plusieurs types de sources de financement :

- La mise de fonds de l'entrepreneur. Avoir une certaine somme d'argent disponible au démarrage est toujours un avantage. Cela vous permettra de débiter certaines démarches pendant la période de recherche de financement.
- Les institutions financières proposent des prêts et des ouvertures de crédit aux nouveaux entrepreneurs. Avant de vous présenter à vos institutions, vous devez connaître vos besoins de financement. Avez-vous besoin d'un prêt pour l'achat d'équipements ? Avez-vous besoin d'une marge de crédit pour l'achat de matières premières ou pour les périodes creuses de l'année ?
- Le secteur public, tel que les ministères, offrent des subventions et des garanties de prêt, qui varient selon les secteurs d'activités. Il est conseillé de consulter l'une des ressources d'aide mentionnée ci-après pour connaître les programmes admissibles pour vous.
- La ville de Waterloo a développé des politiques et programmes d'aide financière aux entreprises. Pour en connaître plus sur ces politiques et programmes, communiquez avec Mme Jessica McMaster, directrice du développement économique et touristique au courriel suivant: j.mcmaster@ville.waterloo.qc.ca.

Les ressources d'aide

Dans la région, il existe des organismes destinés à soutenir et favoriser le démarrage d'entreprise. Ceux-ci offrent des formations, de l'accompagnement et des programmes de mentorat. Ils peuvent notamment vous aider à la préparation de votre plan d'affaires. Les services offerts par ces organismes sont le plus souvent gratuits. Vous pouvez, en autres, contacter :

- Entrepreneuriat Haute-Yamaska (www.entrepreneuriathauteyamaska.ca)
- Centre d'aide aux entreprises Haute-Yamaska et région (www.caehyr.com)

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



BESOIN D'AIDE ?

- REVENU QUÉBEC
 - CNEST
 - RETRAITE QUÉBEC
 - SAAQ
 - HYDRO-QUÉBEC
 - RAMQ
 - AIDE SOCIALE
 - SUBVENTIONS
 - 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





À PARTIR DU 12 JANVIER, PAS BESOIN DE FRAPPER!

par : Marie-Hélène Tellier

Au moment d'écrire ces lignes, je planifie ma dernière épicerie dans ses locaux actuels. Je viens de finaliser la dernière commande. Cette dernière est toute

petite, je ne veux pas m'embourber avant de tout transférer.

Soudainement, le souffle me manque. Je pense à tout ce qui doit être fait de l'autre côté : le ménage, remplir les tablettes, transférer les congélateurs... et leur contenu! Tout ça avant le 12 janvier!! Heureusement, je peux compter sur l'appui de ma grande et merveilleuse équipe de bénévoles.

Pensée autour du thème de la communauté, l'épicerie comprend maintenant un coin café et une terrasse extérieure. Quand les règles sanitaires nous le permettront, l'épicerie deviendra un lieu de rassemblement. Comme je le répète souvent, l'épicerie communautaire représente beaucoup plus qu'une simple source d'approvisionnement. Nous y cultivons aussi les valeurs d'échange, de partage et le sentiment d'appartenance à la communauté.

Le cœur en fête je vous annonce donc que dès le 12 janvier, tous les mercredis entre 10 h et 16 h : *Pas besoin de frapper, pour entrer chez moi. Qui que tu sois, pousse la porte. Quand tu voudras, il y a une place pour toi. La-la-la-la-la-la-la-la*

STARTING ON JANUARY 12TH, NO NEED TO KNOCK ! JUST COME ON IN!

As I write these lines, I'm planning my last shopping trip to stock up the current location. I actually just finished my list, and I'm keeping it small, I don't want to have too much stock to move.

All of a sudden, I catch my breath. I think about everything that needs to be done on the other side: cleaning, stocking shelves, moving the freezers... and all of the stuff that's currently in them! All of that before January 12th?! Luckily I'll have the help of my wonderful team of numerous volunteers.

It's been designed around the theme of community, and the new space will have a café and an outdoor terrace. When the public health measures will allow, the grocery store will become a place where people can come together. I feel like I repeat myself, but it's true: the community grocery store is more than just a place to buy items. Here, we also find values of exchange, of sharing, and a feeling of belonging.

I am thrilled to announce that, starting on January 12th, every Wednesday from 10:00 AM to 4:00 PM, ... *No need to knock! Come on in, take the plunge, the water's fine!*



Pharmacie Rodolphe Ferrier et Stéphane Fiset

Pharmaciens-propriétaires

membre affilié à
Proxim



Rodolphe Ferrier

Stéphane Fiset



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

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.

2022

BONNE ANNÉE À TOUS!




WWW.GARAGEJEANPARENT.COM



**GARAGE
JEAN PARENT**
DEPUIS 1985

179, RUE PRINCIPALE
WARDEN QC T 450 539-2608

SUIVEZ-NOUS
SUR FACEBOOK





PROGRAMMATION DES LOISIRS *Hiver 2022*

**Vos activités préférées de retour
dès que possible!**

Inscription : Date à venir

En raison de la situation actuelle le dévoilement de la programmation d'hiver et la date d'inscription ont été repoussés. La tenue des activités sera établie en fonction des recommandations de la Santé publique pour la région de l'Estrie.

WATERLOO
ton beat.



BIENVENUE 2022 !

par : Valérie Martineau

Encore une année de passée! Je laisse derrière moi de beaux souvenirs de 2021 : du temps précieux en famille au chalet de mes parents, un incroyable voyage à Havre-St-Pierre avec mes beaux-parents, une belle journée à la plage de Waterloo avec mon homme et les enfants ainsi que plusieurs baignades dans la piscine de matante Gigi!

La COVID, toujours présente autour de nous, s'est un peu essoufflée grâce à la vaccination et aux mesures sanitaires. Chacun de nous a adopté un nouveau mode de vie et a privilégié le temps passé en famille aux petits tracas de la vie. Nous sortons de nos maisons pour profiter pleinement du grand air, prendre le temps de contempler la nature et de connaître le monde qui nous entoure!

Certains prennent des résolutions à l'arrivée de la nouvelle année : perdre du poids, se trouver un nouveau travail et/ou arrêter de fumer, etc. Je les félicite, car c'est très difficile de tenir une résolution; ça prend de la détermination et du bon vouloir!

Depuis quelques années, je me fixe des résolutions, mais je perds vite la volonté de les réaliser. Perdre du poids, arrêter de manger des poutines et me mettre en forme ont été quelques-unes de mes résolutions, sans succès... j'ai toujours eu une raison pour tout lâcher!

Je ne prends donc plus de résolutions, mais je me fais une liste de souhaits que je lance à l'univers! L'an dernier, mon souhait pour l'année 2021 était d'être capable de gérer mon emploi du temps (travail, enfants, rendez-vous, etc) tout en prenant le temps de me reposer et ce, sans me sentir coupable!

Je me souhaite pour l'année 2022 de me trouver un moyen de me réaliser en tant que femme, sans penser aux enfants. Je les aime beaucoup, mais j'ai récemment remarqué que toute ma vie tourne autour d'eux et que je m'oubliais parfois, même souvent! L'idéal serait de me trouver un projet qui me motive, un nouveau loisir ou une nouvelle vocation. Quelque chose pour moi!

Je crois que 2022 sera une année d'espoir : je souhaite que le mot COVID n'existe plus, qu'une VRAIE solution soit trouvée pour les pénuries d'employés en santé et en éducation, qu'une vie meilleure soit à l'horizon!

De tout mon cœur, j'aimerais vous souhaiter une belle et heureuse année 2022! Comme on dit par chez nous : la santé en priorité, le reste suivra tout seul!

TOUT EST NOUVEAU SOUS LE SOLEIL, VRAIMENT?



Photographie: Sophie d'Ayron

Anny Schneider,

Autrice, conférencière et herboriste, Shefford

L'an neuf se profile à l'horizon proche, et nous trouve à la fois remplis de crainte et d'espoir envers des jours meilleurs à venir.

Comme jamais auparavant, nous souhaitons des changements ou mieux encore, un simple retour à la normale de 2019. Mais qui peut retourner dans le passé? Qui peut ajouter une simple heure à sa vie? Quel pouvoir avons-nous réellement sur les autres, outre nos jeunes enfants, et encore... Ultimement, nous n'avons de réel effet décisionnel que sur notre propre corps et ce que nous en faisons.

"Vanité des vanités, tout n'est que vanité et poursuite du vent" écrivait le roi Salomon, pourtant si riche et puissant. Qu'on l'appelle Dieu, le Tout-Puissant, la providence, la puissance supérieure ou le destin, c'est lui qui décide ultimement de l'essentiel dans nos vies, veut, veut pas. Vous voyez, sinon vous verrez bien!

J'ai connu moi-même moult péripéties dans des situations à risque et je suis très consciente de la fragilité de ma vie sans en connaître l'issue exacte, et c'est tant mieux comme ça.

Comme les moines Bénédictins qui se disaient en se croisant le matin : *"Je te salue mon frère, et je salue le divin en toi, mais n'oublie pas que tu vas mourir"*. Je garde ceci à l'esprit chaque jour de mon existence et je pense souvent à mes chers disparus et suis toujours remuée par les cimetières, où qu'ils soient.

Drôles de vœux de nouvel an, me direz-vous, mais le Panorama m'accorde cette liberté d'expression alors j'en abuse.

En cette nouvelle année encore très imprévisible pour le monde entier, mettez dans votre cœur, vos intentions et vos actions, toute la bonté et la créativité dont vous êtes capables.

N'oubliez pas qu'outre le divin, c'est vous le maître absolu de votre vie!

Qu'elle soit de plus en plus aimante, douce et sereine. Et que vous gardiez la santé et votre lucidité aussi longtemps que possible, parole d'encore jeune aîné!



PARENTS DONT LES ENFANTS ONT QUITTÉ LE NID FAMILIAL : UN RAPPORT SPÉCIAL GRATUIT RÉVÈLE 9 ERREURS COÛTEUSES À ÉVITER LORS DE LA VENTE DE VOTRE MAISON

Êtes-vous un parent dont les enfants ont quitté le nid familial et qui a besoin d'une maison pour les années à venir? Le moment est-il venu d'opter pour une maison plus petite ou de déménager dans une propriété mieux adaptée à vos glorieuses années de retraite?

Comme des milliers d'habitants de votre localité, vous découvrirez peut-être qu'après des années marquées par les allées et venues incessantes des enfants, les jouets qui jonchent le sol, la musique qui résonne dans la maison, vous pouvez soudainement entendre une mouche voler, mis à part le bourdonnement silencieux du réfrigérateur. Vos pièces sont remplies d'images et de souvenirs de cette merveilleuse époque de votre vie, mais il y a maintenant beaucoup de pièces vides dans lesquelles la poussière s'accumule depuis le départ de vos enfants. Les années à venir, pendant lesquelles vous profiterez d'une plus grande liberté s'annoncent palpitantes, et il est temps pour vous aussi de passer à autre chose.

Si vous vous trouvez dans cette situation, vous êtes en bonne compagnie et un éventail d'options s'offrent à vous. Ce que cela signifie, c'est qu'il existe de merveilleuses occasions pour vous de créer ce nouveau chapitre de votre vie... si vous savez ce qu'il faut

faire pour tirer le meilleur parti de la valeur nette réelle de votre maison, que vous avez accumulée au fil des années.

Pour vous aider à comprendre les enjeux d'une telle démarche et à éviter les 9 erreurs les plus courantes et les plus coûteuses que font la plupart des parents dont les enfants ont quitté le nid familial, un nouveau rapport intitulé « Après le départ des enfants : comment vendre son chez soi » a été préparé et celui-ci cible ces enjeux et vous montre comment éviter les erreurs qui pourraient littéralement vous coûter des milliers de dollars.

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 1013. Vous pouvez appeler en tout temps, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

Obtenez votre rapport spécial gratuit MAINTENANT et découvrez comment vous pouvez avoir plus d'argent dans vos poches en tirant parti de ce nid désormais vide.

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



TRANSPORT TAXI BUS



1

SHEFFORD
WARDEN
WATERLOO

DESTINATION GRANBY

(Hôpital, cliniques, Cégep, CRIF, Galeries de Granby, etc.)

Lundi au vendredi : de 7 h à 18 h30

Samedi : de 9 h à 17 h

Dimanche : Fermé

Un départ est effectué selon la disponibilité des véhicules.

Transport en soirée disponible en covoiturage avec le transport adapté.

2

DESTINATION COWANSVILLE

(Hôpital BMP et cliniques médicales)

SHEFFORD
WARDEN
WATERLOO

Lundi au vendredi : Heures de départ : 8 h et 11 h 30

Heures de retour : 12 h 30 et 16 h

Réservations :

3

Les réservations doivent être faites au plus tard à 12 h (midi) la veille de votre transport. Les réservations pour le samedi et le lundi doivent être faites le vendredi avant 12 h (midi) en téléphonant au 450 539-4515.

NOUVEAU

MINIBUS GRANBY-WATERLOO



Transport collectif en Haute-Yamaska

MATINÉE

GRANBY

6 H 35

CÉGEP DE GRANBY (PORTE 13)

WATERLOO

6 H 45

DÉPANNEUR BONISOIR VAL MAHER (ROUTE 112)

7 H

DÉPANNEUR BONISOIR WATERLOO

WATERLOO

7 H 05

PÉTRO-CANADA WATERLOO

7 H 20

DÉPANNEUR BONISOIR VAL MAHER (ROUTE 112)

GRANBY

7 H 35

CÉGEP DE GRANBY (PORTE 13)

7 H 45

PARC INDUSTRIEL DE GRANBY

APRÈS-MIDI

GRANBY

17 H 10

PARC INDUSTRIEL DE GRANBY

17 H 20

CÉGEP DE GRANBY (PORTE 13)

WATERLOO

17 H 35

DÉPANNEUR BONISOIR VAL MAHER (ROUTE 112)

17 H 50

PÉTRO CANADA WATERLOO

WATERLOO

17 H 52

DÉPANNEUR BONISOIR WATERLOO

18 H 05

DÉPANNEUR BONISOIR VAL MAHER (ROUTE 112)

GRANBY

18 H 20

CÉGEP DE GRANBY (PORTE 13)

Réservez votre place !

Transport collectif
450 539-4515

5401, rue Foster, Waterloo (QC) J0E 2N0

Pour toute information complémentaire n'hésitez pas à nous contacter ou à visiter notre site Web : www.haute-yamaska.ca

Tarification au 1^{er} janvier 2022:

Passe mensuelle : 120 \$ / mois

Demi-passe : 68 \$ / 15 jours consécutifs

Étudiant du Cégep : 80 \$ / mois *

Passage : 6.50 \$

Livret de 6 passages : 34.50 \$

* Admissible à un remboursement de 15 \$ de l'Association des étudiants et étudiantes du Cégep de Granby.