

PANORAMA



Photo : Marguerite Tate

À lire en page 8

**Venez cueillir
vos pommes
vous-mêmes**

OUVERTURE 4 SEPT. 2026

7 jours/7 • De 8 h à 18 h

VERGER
JEAN-PIERRE BISSON
Pomiculteur

situé au

1535 route 139

(entre Roxton Pond et Roxton Sud à
3 km du village)

450 777.0903

- Plusieurs variétés de pommes
- Jus de pommes 100% pur
- Tartes • Gelée de pommes
- Miel et autres produits dérivés.

**Également disponibles
pommes à chevreuil**

Vendues en boîte économique de 800 lb

Aussi carottes

vendues en sac de

50 lb



Yanick Beauregard
Courtier immobilier
- de la passion à la profession

ÉVALUATION - VENTE - ACHAT

450-405-3435 Yanick.beauregard@remax-quebec.com

REMAX ACTION
1225 av. Green
Westmount, QC
514-333-6781

Centre de Rénovation



Service de livraison

- MATÉRIAUX
- QUINCAILLERIE
- PLOMBERIE
- ÉLECTRICITÉ
- PEINTURE / CÉRAMIQUE



HEURES D'AFFAIRES :

Lundi au vendredi 8 h à 17 h
Samedi 8 h à 16 h
Dimanche 9 h à 13 h

info@surplusmalouin.com
www.homehardware.ca

450 539-3722

**6400, Foster
Waterloo, Qc JOE 2N0**



Gino B.

On en parle peu, mais au Canada, le taux d'émigration a bondi de 34% depuis 2 ans, ce qui le place parmi les plus élevés dans les pays occidentaux. La Nouvelle-Zélande et l'Allemagne occupent respectivement les deux premiers rangs. Que se passe-t-il avec le plus beau pays du monde?

J'ai grandi dans cet idéal, on se targuait d'avoir un système parfait, de faire l'envie du reste du monde entier. Ce n'était pas juste le rêve Américain ici, c'était la sécurité, la paix, l'assurance d'avoir un bon emploi et de pouvoir s'établir à peu de frais. Oui, ce fût le cas avant, mais aujourd'hui de plus en plus de gens quittent le pays dans l'espoir de mieux vivre ailleurs.

L'émigration nette des citoyens canadiens et des personnes détenant le statut de résident permanent a atteint un sommet historique en 2025, s'établissant à un record d'environ 120 640 départs sur l'année.

- Parmi ces 120 000 émigrants officiels, les données de Statistique Canada révèlent qu'environ un tiers (environ 40 000 personnes) sont des citoyens nés en sol canadien qui choisissent de s'installer à l'étranger.
- Les deux tiers restants de ce groupe sont des immigrants naturalisés ou des résidents permanents récents qui décident de quitter le Canada.

Cela représente un ratio d'environ 1 Canadien de naissance qui s'expatrie pour 4 à 5 résidents temporaires qui quittent le pays.

Les résidents permanents, les citoyens naturalisés ainsi que les Canadiens nés au pays qui choisissent de quitter le Canada

évoquent principalement des raisons économiques et structurelles, bien loin du simple mal du pays.

Les rapports de l'Institut pour la citoyenneté canadienne (ICC) (*The Leaky Bucket*) et les sondages d'Ipsos mettent en lumière les quatre facteurs majeurs de cette fuite du pays :

1. Le coût exorbitant du logement

C'est le motif principal, cité par près de 79% des nouveaux arrivants envisageant de partir.

2. Le manque de reconnaissance des diplômes et la stagnation professionnelle

Un rapport majeur démontre que les immigrants hautement qualifiés (titulaires de doctorats ou de masters) sont deux fois plus susceptibles de quitter le Canada que ceux ayant des diplômes d'études secondaires. Les causes récurrentes sont :

- La sous-classification professionnelle : Des ingénieurs, médecins ou cadres financiers se retrouvent bloqués dans des emplois de niveau inférieur.
- La lenteur de la vitesse de carrière: Les opportunités d'avancement vers des postes de direction sont jugées beaucoup plus lentes au Canada que dans d'autres grandes économies mondiales.

3. Les salaires jugés trop bas face au coût de la vie

Le décalage entre les revenus et l'inflation canadienne pousse 65 % des émigrants à chercher de meilleures opportunités ailleurs.

4. La lourdeur des charges fiscales et administratives

La pression fiscale globale au Canada est souvent jugée trop élevée par rapport aux opportunités d'épargne réelles, en particulier pour la classe moyenne supérieure. Sans compter la lenteur administrative de tout le système.

Si le taux de Canadiens et de résidents permanents qui quittent le pays continue de croître en 2027, le Canada fera face à un péril économique structurel très lourd, résumé par les économistes sous l'expression de « fuite des cerveaux silencieuse »

Une étude majeure de la banque TD Economics parue récemment démontre que le Canada ne se vide pas par le bas, mais il « déborde par le haut ».

Le principal problème de l'économie canadienne n'est pas le manque de travailleurs en général, mais un déficit chronique de productivité. Ces sont les profils hautement qualifiés, les entrepreneurs et les gestionnaires chevronnés qui émigrent massivement. Plus ils partent, plus la capacité d'innovation des entreprises canadiennes s'effondre, condamnant le pays à une stagnation économique à long terme.

Le Canada finance à grands frais des infrastructures universitaires d'élite et subventionne l'éducation de ses citoyens natifs. De la même manière, le pays sélectionne et intègre les immigrants

les plus instruits de la planète grâce au système Points. Si ces personnes continuent de quitter le pays, le Canada ne fera que payer pour former des talents qui partiront s'établir là où le coût de la vie est meilleur et les salaires plus élevés. Ces pays récolteront gratuitement les fruits fiscaux imposés aux autres Canadiens pour le développement de cette expertise.

Le secteur de la santé illustre parfaitement ce risque. Le Canada souffre déjà d'une pénurie criante de médecins de famille et de spécialistes.

Les gens qui émigrent pour des raisons économiques sont généralement des contribuables à hauts revenus. Leur départ prive les gouvernements de recettes fiscales cruciales. Il y a donc une pression fiscale supplémentaire sur la classe moyenne pour le financement des nombreux programmes sociaux. De plus, le pays devient de moins en moins attractif pour les investisseurs s'il y a moins de cerveaux et de talents.

On pourrait en débattre longtemps, mais pour moi, il y a un message clair. La population se sent égoïste, il faut arrêter de ne se fier qu'aux taxes et aux impôts, il faut garder les talents, sinon, on se dirige vers un mur...

**LE JOURNAL
COMMUNAUTAIRE
PANORAMA**
reçoit une
subvention du
ministère de la
Culture et des
communications

Québec

Conseil d'administration

Pierre Brien, Nicole Brunelle, Ginette Choinière, Yvan Cliche, Manon Godard, Susanne Lefebvre, Antoine Marchand, Marguerite Tate, Guylaine Trachy, Barbara Verhoef et Linda Villeneuve.

Présidente : Manon Godard

Vice-Présidente : Barbara Verhoef

Secrétaire et trésorière : Kelly-Ann Ferrigan

Conception et Graphisme : Ginette Choinière

Représentante publicitaire : Nicole Brunelle

Correction : Chantal Levasseur

Comité de production :

Nicole Brunelle, Ginette Choinière

Collaborateurs

Gino B, Sylvie Blais, Yvan Cliche, Kelly-Ann Ferrigan, Anne Francoeur, Antoine Marchand, Nathalie Rivard, Anny Schneider, Angela Talbot, Marguerite Tate, Guylaine Trachy, Emilee Veluz, Barbara Verhoef, Linda Villeneuve, Étudiants de l'école Wilfrid-Léger, Exit MDJ et tous nos précieux collaborateurs du mois.

Distribution

7500 exemplaires distribués par Poste Canada au début de chaque mois.

Couverture géographique

Waterloo, Shefford, St-Joachim, Warden

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

Journal : 450 539-2268

Courriel : panorama@journalpanorama.com

Dépôt légal
Bibliothèque nationale du Canada ISSN 1708 - 4105



DÉBOSSÉLAGE ET PEINTURE
ANDRÉ MAROIS & FILS ENR.

DEPUIS 1976

Spécialité : Peinture vernis
ESTIMATION POUR ASSURANCES

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

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

74, CHEMIN FOSTER
SHEFFORD, Qc

MICHEL MAROIS,
Propriétaire



**Nicole
Brunelle**
Représentante
des ventes

Journal Panorama

Tél. : 450 539-2183

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
cotisation annuelle **GRATUITE**

Nom :

Adresse :

Tél. : Courriel :

Journal Panorama, 650 de la Cour, Waterloo, Qc J0E 2N0 / Tél. : 263 999-0996



LE CLUB PICKLEBALL WATERLOO REDONNE À LA COMMUNAUTÉ!

par : Jacques Charron, président
Club Pickleball Waterloo



Le Club Pickleball Waterloo est fier de souligner le succès de sa toute première édition du Draft Party interclubs 2026, organisée en collaboration avec le Club Pickleball Lac-Brome et le Club Pickleball Bromont.

L'événement a réuni 192 joueurs dans une ambiance festive où plaisir, compétition et camaraderie étaient au rendez-vous. Mais au-delà du sport, cette journée avait également une importante mission communautaire : redonner à notre région.

Grâce à la générosité des participants, des bénévoles, des capitaines et des commanditaires, un montant de 2 264,34 \$ a été

amassé. Cette somme sera partagée entre les banques alimentaires de Waterloo, Lac-Brome et Bromont.

Le Club Pickleball Waterloo remettra 754,78 \$ à la Banque alimentaire de Waterloo, une contribution qui permettra de soutenir directement des personnes et des familles de notre communauté.

Nous remercions sincèrement tous ceux et celles qui ont contribué au succès de cette première édition. Cette journée nous rappelle que le sport est bien plus qu'un jeu : c'est une façon de rassembler, de créer des liens et de redonner à notre communauté.

Le Club Pickleball Waterloo est heureux de poursuivre son implication dans la communauté et donne déjà rendez-vous aux amateurs de pickleball pour la deuxième édition du Draft Party, le 7 août 2027!



Les aventuriers voyageurs
FILMS DE VOYAGE

**PROGRAMMATION 2026---27
AU CINÉMA ÉLYSÉE DE GRANBY
ET EN LIGNE**

Islande à vélo 4 OCT 13h 28 OCT 19h	Inde 14 FÉV 13h 17 FÉV 19h
Rêve d'Afrique 7 OCT 19h 18 OCT 13h	Dave Morissette Châteaux de la Loire 14 MARS 13h 17 MARS 19h 21 MARS 13h 24 MARS 19h
Gino Chouinard Îles de Guadeloupe 15 NOV 13h 18 NOV 19h 22 NOV 13h 25 NOV 19h	Bora Bora et la Polynésie française 11 AVRIL 13h 14 AVRIL 19h
Danemark 3 JANV 13h 6 JANV 19h	Slovénie 2 MAI 13h 5 MAI 19h
Japon 24 JANV 13h 27 JANV 19h	Équateur de l'Amazonie aux Galápagos 16 MAI 13h 19 MAI 19h

LES AVENTURIERS VOYAGEURS.COM
Les films sont présentés également à Cowansville, Magog et 60 cinémas au Québec.

**RÉSERVEZ VOS BILLETS
AU CINÉMA ÉLYSÉE
DE GRANBY**

Isabelle Meunier
Préposée aux bénéficiaires à domicile
418 575-7663 / imeunierpab@gmail.com

SERVICES OFFERTS :

- Aide à l'hygiène et aux soins personnels
- Aide à l'alimentation et mobilisation de la personne
- Répétition proche aidant, présence et écoute
- Soutien, accompagnement, rendez-vous médical, sortie, promenade
- Accompagnement fin de vie / Entretien ménager léger

Avec cœur et douceur pour votre confort au quotidien

Préposée aux bénéficiaires depuis 19 ans
PDSP à jour, RCR à jour / Dessert St-Joachim de Shefford et environs

Et si vous parliez enfin de ce que vous vivez?

Dès octobre - rue de la Meuse, Waterloo

Relation d'aide & hypnose clinique

- Estime de soi
- Deuil, séparation
- Gestion des émotions

☎ 819-347-8782

MÉLISSA CHASSE www.melissachasse.com **ANQ**



CITOYEN PASSIONNÉ

Yannik Morin : mille vies, un même moteur

par : Barbara Verhoef

De culturiste à olympien, d'entrepreneur à professeur, Yannik Morin transforme chaque passion en projet et chaque défi

en occasion de transmettre.

Que peut bien avoir en commun un culturiste, un athlète olympique de bobsleigh, un champion canadien de cyclisme sur piste, un entraîneur, un entrepreneur, un enseignant, un père et un passionné de motocross?

Un seul homme : **Yannik Morin**.

À 51 ans, celui qui a grandi dans un projet intégré de fermes à Roxton Falls semble avoir conservé quelque chose de cette enfance communautaire où le partage, les loisirs, le sport et la vie collective occupaient une place importante. Peut-être est-ce là que se trouve la première pièce du casse-tête qui allait devenir sa vie.

Car Yannik Morin n'a jamais choisi une seule voie. Il les a empruntées presque toutes.

À 15 ans, le déclin

À peine âgé de 15 ans, il se lance dans le culturisme. Il façonne son corps avec la même détermination qu'il mettra plus tard à façonner sa carrière.

Un petit détour par son mini-musée à la Taule pourrait d'ailleurs en surprendre plus d'un. Les photos et les trophées racontent une époque où celui que l'on connaît aujourd'hui avait une apparence physique radicalement différente.

Les efforts portent leurs fruits : médailles, trophées et, en 1998, une victoire à l'INBA – International Natural Bodybuilding Association.

À 20 ans, il passe de l'autre côté du miroir. Il ouvre un studio de transformation physique sur la rue Ste-Catherine, à Montréal, où il accompagne une clientèle issue notamment des milieux artistiques, du mannequinat et de la mode.

Mais Yannik n'a pas encore trouvé son sport ultime.

« Pour la vitesse, l'adrénaline... »

À 23 ans, une visite des installations olympiques de Lake Placid lui fait découvrir le bobsleigh. Coup de foudre.

« Pour la vitesse, l'adrénaline, ça me fait vibrer », résume-t-il.

Il s'entraîne, travaille, sue, recommence. Et le pari improbable devient réalité : il est le seul Québécois à être accepté au camp de recrutement de Calgary. Il gagne ensuite sa place au sein de l'équipe nationale canadienne.

En 2002, son nom se retrouve parmi ceux des athlètes représentant le Canada aux Jeux olympiques d'hiver de Salt Lake City.

Pour beaucoup, ce serait l'apogée d'une carrière.

Pour Yannik, ce n'est qu'un chapitre.

De la piste de glace à la piste cyclable

À son retour, il ressent le besoin de revenir à la campagne. Il vend son commerce montréalais et s'établit à Shefford.

Cette fois, c'est le vélo sur piste à Bromont qui l'attire.

Encore une fois, son potentiel physique fait la différence. Il replonge dans la compétition et accumule les performances : cinq titres de champion canadien en vitesse par équipe, deux participations aux Championnats du monde de cyclisme sur piste et deux médailles panaméricaines en 2006 et 2007.

Puis, comme si cela allait de soi, l'athlète devient entraîneur.

La Taule : quand une ancienne prison devient un lieu de mouvement

En 2010, Yannik cofonde un centre d'entraînement dans l'ancienne prison de Waterloo. Le nom s'impose : **La Taule**.

L'endroit deviendra beaucoup plus qu'un gym.

Il participe également au développement à Waterloo d'une fédération regroupant hommes et femmes forts, une initiative alors unique au Québec, tout en s'intéressant à différents projets liés au mouvement et au développement sportif.

En 2015, La Taule déménage au 95, rue Picken. Le projet continue de grandir et de se transformer.

Avec son organisme **En Mouvement**, Yannik développe notamment, en collaboration avec l'UQAM, « La Cour en mouvement », un environnement destiné à favoriser le développement moteur, la littératie physique et, surtout, le plaisir de bouger.

Le concept rejoint une conviction profonde : bouger ne devrait jamais être une corvée, mais un plaisir qui commence dès l'enfance.

Quand l'expérience devient transmission

La carrière de Yannik prend alors une nouvelle dimension : celle de l'éducation.

Pendant cinq ans, il est chroniqueur au journal régional Panorama. Il termine une maîtrise à l'Université de la Colombie-Britannique et enseigne maintenant la kinésiologie et les sciences de l'activité physique à l'UQAM, à l'Université Bishop's et au CEGEP de Granby.

Il écrit actuellement un livre consacré à **la place de l'entraînement dans nos vies**.

Pour lui, tout cela forme une continuité logique.

Le corps, le sport, l'enseignement, la transmission et la communauté : les pièces du casse-tête finissent par s'emboîter.

Son parcours lui a valu plusieurs distinctions, entre autres la Médaille de l'Assemblée nationale du Québec, des reconnaissances d'entraîneur de l'année de la World Natural Sport Organisation et de l'Association cycliste canadienne, ainsi qu'un prix entrepreneurial dans la catégorie innovation pour La Taule.

Et après?

La question est presque amusante lorsqu'on connaît Yannik.

Après avoir été culturiste, entrepreneur, olympien, cycliste, entraîneur et professeur, que peut-il bien rester?

Beaucoup

En 2025, il relance et développe le bobsleigh-skeleton Québec, avec l'ambition de voir une forte représentation québécoise au sein de la prochaine équipe olympique canadienne.

Et lorsqu'il veut simplement décrocher, il enfourche une motocross. C'est son sport de prédilection pour décompresser.

Sa vie familiale est elle aussi marquée par l'engagement. En 2013, il adopte en Ukraine une fratrie de 3 enfants, dont l'aînée avait alors sept ans. Sa famille s'est depuis agrandie avec un beau-fils de cinq ans et un nouveau-né de huit mois.

À 51 ans, Yannik Morin n'est donc pas près de ralentir.

Sa tête déborde d'idées, ses projets se multiplient et plusieurs livres sont déjà en gestion.

Son parcours pourrait sembler fait de détours.

En réalité, il ressemble davantage à une piste d'athlétisme : on change de direction, on accélère, on recommence, mais on continue toujours d'avancer.

Et si toutes ces vies semblent différentes, elles racontent finalement la même chose : le désir de bouger, de se dépasser, d'apprendre...et surtout de faire bouger les autres.





HALLOWEEN À SHEFFORD FRISONS ET PLAISIR GARANTIS

SOIRÉE FILM D'HORREUR

Préparez-vous à vivre une soirée pleine de frissons lors de la projection d'un film d'horreur au Centre multifonctionnel, le **vendredi 23 octobre**, à 19h.

Du maïs soufflé et des friandises seront offerts gratuitement aux amateurs d'horreur.

Le titre du film sera dévoilé prochainement sur la page Facebook du Canton de Shefford et sur notre site web. Restez à l'affût!

L'événement est offert gratuitement, et sans inscription.

Osez venir... si vous n'avez pas trop peur!



CÉLÉBRATIONS DE L'HALLOWEEN

Sortez vos plus beaux costumes et venez célébrer l'Halloween, le **31 octobre** dès 16h au Centre multifonctionnel!

Petits et grands sont invités à traverser notre corridor spécialement décoré pour l'occasion.

Des friandises seront distribuées à tous ceux qui seront déguisés.

Frissons et plaisir garantis!

L'accès sera offert selon le principe du premier arrivé, premier servi.

L'équipe de la municipalité du Canton de Shefford a bien hâte de découvrir vos déguisements les plus créatifs!



NOUVEAUTÉ MATINS EN FAMILLE À SHEFFORD

Les familles avec des enfants d'âge préscolaire sont invitées à profiter d'un espace ouvert, convivial et gratuit au Centre multifonctionnel de Shefford à l'occasion d'un nouveau rendez-vous mensuel : Matins en famille.

Durant trois heures, les enfants pourront bouger, créer et s'amuser grâce à différentes activités libres, pendant que les parents auront l'occasion de se rencontrer, d'échanger et de socialiser dans une ambiance chaleureuse. La surveillance des enfants est assurée par leurs parents.

Au programme : bricolage, dessin, lecture, parcours d'obstacles, collations et bien plus encore!

Venez en famille et ne manquez pas cette nouvelle activité!



**MATINS EN FAMILLE
9H À MIDI**

**3 octobre
7 novembre
5 décembre**

**ACTIVITÉ OFFERTE GRATUITEMENT
AUCUNE INSCRIPTION REQUISE**

BRAVO À NOS POMPIERS!

La municipalité du Canton de Shefford félicite chaleureusement Eliott Bellegarde, William Grenier et William Falardeau pour leur performance et leur engagement lors du Relais des pompiers, un défi réalisé en mémoire du 11 septembre 2001, au profit de la Fondation des grands brûlés.

En parcourant notre territoire vêtus de leur habit de combat complet et de leur appareil respiratoire, ils ont fait preuve de courage, de détermination et d'une grande solidarité.

Merci d'avoir représenté fièrement le Canton de Shefford et d'avoir contribué à cette cause importante!



Eliott Bellegarde
Parcours 20



William Grenier et William Falardeau
Parcours 21

RETOUR DE LA GRANDE MARCHÉ DE SHEFFORD

L'automne arrive à grands pas... et avec lui, le retour de La Grande Marche de Shefford! Nous avons le plaisir d'inviter la population de Shefford ainsi que les citoyens et citoyennes des villes avoisinantes à participer à cette belle activité rassembleuse.

Date : Samedi 17 octobre 2026

Heure : 13h30

Départ : Centre multifonctionnel (5, rue Laurette-Bellefleur, Shefford)



Image fournie par Joffrey Lemieux

En collaboration avec le Grand Défi Pierre Lavoie et la Fédération des médecins omnipraticiens du Québec, La Grande Marche invite les participants à bouger ensemble et à faire de la prévention une priorité.

La Grande Marche de Shefford est une belle occasion de prendre l'air, de bouger à son rythme et de partager un moment agréable avec la famille, les amis et les membres de notre communauté.

Le parcours de 5 kilomètres est accessible à tous. Que ce soit en poussette, avec une marchette ou simplement pour promener votre chien en laisse, tout le monde est le bienvenu!

L'activité est gratuite et s'adresse à toutes et à tous.

Invitez vos parents, vos amis, vos collègues et vos voisins à se joindre à nous. N'oubliez pas d'apporter votre gourde d'eau et surtout, votre bonne humeur!

Beau temps, mauvais temps, nous serons là!
Au plaisir de marcher avec vous!

Le comité organisateur de La Grande Marche de Shefford



CONTE EN VESTON... OU PLUTÔT EN TOGE, PAROLE DE DRAGON !

par : Manon Godard, Espace Familles de Waterloo et région

« Il paraît que je ne crache plus de feu. C'est embêtant pour un dragon, vous en conviendrez. Heureusement, Lolo a décidé de s'arrêter pour m'aider. Et, pendant qu'il cherchait une solution, devinez qui racontait mon histoire aux enfants de l'Espace Familles de Waterloo ? Un avocat en toge ! »

C'est ainsi que le dragon de *La soupe aux allumettes* pourrait raconter la rencontre du 23 septembre dernier. Pour cette édition de **Conte en veston**, le veston avait effectivement fait place à une tenue moins familière aux tout-petits : la toge de **Me Jocelyn Bélisle**.

L'avocat était venu partager un moment de lecture avec les enfants et leurs familles. Sa visite leur offrait l'occasion de découvrir une profession qu'ils connaissent peut-être de nom, mais qu'ils ont rarement la chance d'approcher d'aussi près. Et la toge, il faut l'avouer, avait de quoi piquer la curiosité. « Est-ce que c'est Batman ? » a demandé un enfant. Me Bélisle leur a demandé : « Est-ce que vous savez ce qu'est un avocat ? » Un enfant a aussitôt répondu, de sa grande voix : « Moi, j'aime ça, les avocats ! » Le fruit ou celui qui porte la toge ? La question a ajouté une touche de sourire à la rencontre !

Le livre choisi pour la rencontre, *La soupe aux allumettes*, est un album jeunesse de Patrice Michaud illustré par Guillaume Perreault. On y suit Lolo, un garçon à l'imagination débordante qui s'est donné une mission plutôt ambitieuse : sauver le monde. En chemin, il rencontre notre dragon, aux prises avec un problème bien sérieux pour quelqu'un de son espèce : il n'arrive plus à cracher de feu.

« J'aurais pu tomber sur quelqu'un qui me dise simplement : "Essaie plus fort !" Mais Lolo, lui, a pris le temps de comprendre ce qui m'arrivait. »

Plutôt que de poursuivre sa route, le jeune garçon s'arrête et cherche comment venir en aide à son nouvel ami. Il réfléchit, essaie des idées et fait appel à sa créativité. Sa petite sœur est aussi là pour lui prêter main-forte. Dans cette aventure pleine de fantaisie, la solution compte, bien sûr, mais l'attention portée au dragon compte tout autant.

C'est ce qui rendait le choix du conte si intéressant en compagnie de Me Bélisle. Un avocat ne reçoit probablement pas de dragons dans son bureau, du moins, nous ne lui avons pas posé la question ! Il rencontre toutefois des personnes qui vivent une situation difficile ou qui ne savent pas comment résoudre un problème. Son travail commence souvent par l'écoute : comprendre ce qui se passe, poser les bonnes questions et accompagner la personne dans la recherche d'une solution.

« Finalement, Lolo et Me Bélisle ont peut-être quelque chose en commun, même si l'un part sauver le monde et que l'autre porte une toge. Ils savent qu'avant d'aider quelqu'un, il faut d'abord l'écouter. »

À travers les sourires, l'imaginaire du conte et la présence de notre invité, les enfants ont pu découvrir une idée toute simple : aider ne veut pas toujours dire avoir immédiatement la bonne réponse. Parfois, cela commence par s'arrêter, être présent et réfléchir ensemble. Voilà une belle façon de retrouver un peu de son « feu » !

C'est aussi l'esprit de Conte en veston. L'activité invite des figures masculines de la communauté à rencontrer les familles autour d'un geste précieux : raconter une histoire aux enfants. Au fil des rencontres, un maire, un médecin, un pilote, un militaire, un pompier, un boxeur et un conteur se sont notamment prêtés au jeu. Avec Me Bélisle, le métier d'avocat s'ajoute à cette galerie de découvertes.

Nous remercions chaleureusement Me Jocelyn Bélisle d'avoir troqué, le temps d'une histoire, son rôle d'avocat pour celui de lecteur auprès de nos tout-petits. Merci également au **Cercle de fermières** pour la collation santé offerte aux familles et aux enfants.

« Quant à moi, je vous laisse : j'ai un feu à retrouver. Mais je retiens une chose de cette journée... après tout, qu'on porte un veston, des écailles ou une toge, lire une histoire à un enfant, c'est aussi lui ouvrir tout un monde de possibilités ! »



Photo : Manon Godard

Dear Jane's Advice That Matters: Rolling With the (Ex)Changes

Only one thing is guaranteed in life: Everything and everyone changes. When I was young, I felt as though change always led to improvement, until I got disillusioned and I started to fear change. Now, in the autumn years of my life, I have come to understand that change means losing something so that it may be replaced with something else and that this is the natural progression of the life cycle, not something to be feared or hated. In fact, this is what makes life interesting, beautiful, and sometimes sad, because nothing lasts forever.

The times I have suffered are when I have tried to hold on to something, or someone, that I needed to let go of. Not everything or everybody is meant to be in our lives forever; in fact, very little is. Yet we are afraid to let go and say good-bye when the time comes, because we don't want to feel sad. As I mentioned in my article about dualities back in April, there is no joy without sadness, no light without darkness, and no summer without winter. Loss is a necessary part of life, otherwise we would stagnate.

However, every loss gets replaced with something new even though we may not be able to see that far ahead, because "nature abhors a vacuum" (Aristotle). But we get so stuck in melancholy and fear, more

so as we age, that we cannot see what is on the horizon and if we cannot see it, then we cannot adapt and make the most of it, can we?

So, as the days get colder and shorter this month reminding us that winter is just around the corner, my message to you, dear readers, is: Use this time to see the beauty and the magic of all the changes around us. We are so blessed to have four distinct seasons because Mother Nature is the greatest teacher of all. I remember how, as a child, I eagerly anticipated the fall colours, the first snow and building my first snowman, and then the first thaw when the grass would magically reappear in the spring. This is how we should look at life always, like a grand adventure of discovering the new every single day. I think we get old when we stop doing this, and that we can stay young by rekindling this appreciation for the cycle of change in our lives, even when it makes us feel sad because we know that we don't have to get stuck there.

Remember that change is really an exchange which requires loss to make room for rebirth, growth, and blossoming for all of us at any age if we can still see the possibilities for ourselves and the ones we love.



SANDRA, UNE FLEUR ÉCLOUSE SOUS LES COMBLES DE LA NEIGE (2 de 4)

par : Barbara Verhoef

Elle avait tout perdu. Il lui restait une chose : elle-même.

Il y a des vies qui ressemblent à des maisons incendiées. On ne sait plus ce qui peut être sauvé. Sandra, elle, avait presque tout perdu. Mais dans les cendres de son existence, quelque chose refusait de mourir : l'espoir.

Avril 2023.

Sandra vient de faire une overdose.

Depuis dix jours, elle ne dort plus. Elle boit jusqu'à une douzaine de bières par jour. Elle consomme de la cocaïne. Elle cherche à anesthésier son corps, sa colère, sa honte, ses souvenirs. Elle se gèle littéralement pour ne plus sentir le froid intérieur.

Puis vient cette nuit où son corps dit : ça suffit.

Elle frôle la mort.

Mais contre toute attente, cette nuit-là devient le commencement d'une autre vie.

Sandra ne meurt pas. Sandra renaît.

Elle n'a plus rien à perdre parce qu'elle a déjà tout perdu : ses enfants, ses biens, son logement, son estime d'elle-même. Elle connaît l'éviction, la rue, la précarité. Elle connaît aussi ce sentiment terrible d'être devenue étrangère à sa propre existence.

Comment remonter lorsqu'on a touché le fond?

Il n'existe pas de bouton « recommencer ». Pas de baguette magique. Pas de miracle instantané.

Il faut recommencer par le commencement.

Réapprendre à vivre.

Issue d'une famille pauvre et dysfonctionnelle, Sandra doit maintenant affronter ce qu'elle avait passé des années à fuir : sa colère, sa honte, ses blessures et ses choix.

Elle entreprend une thérapie au Virage.

Elle comprend peu à peu que la sobriété n'est pas seulement une question de volonté. C'est un combat quotidien. Et surtout, une décision qui doit venir de soi.

Sandra le dit sans détour : on peut offrir de l'aide, des ressources, de l'argent, un logement, de la nourriture. Mais si la personne ne veut pas elle-même sortir du marasme, aucune aide ne pourra faire le travail à sa place.

Elle, cette fois, veut s'en sortir.

Mais vouloir ne signifie pas ne plus avoir peur.

Depuis trois ans, une peur invisible marche à ses côtés : la peur de rechuter.

Elle ne se sent pas encore solide. Peut-être ne le sera-t-elle jamais complètement. Elle sait trop bien à quel point une chute peut être rapide.

Alors elle ne pense plus en années.

Elle pense en journées.

Parfois en heures.

Un jour à la fois.

Il faudra deux années de sobriété avant qu'elle puisse retrouver la garde de son fils.

Deux années pour reconstruire la confiance.

Deux années pour prouver qu'elle peut être là.

Deux années pour redevenir, aux yeux des autres, la mère qu'elle n'avait jamais cessé de vouloir être.

Puis, un autre rêve surgit.

Les études.

Sandra veut devenir adjointe juridique.

La voilà qui débarque aux HLM de Waterloo, dans une ville qu'elle ne connaît pas, avec peu de moyens, mais avec son fils et une idée fixe : avancer.

Son appartement se meuble avec des meubles d'occasion. Rien de luxueux. Mais c'est chez elle.

Un prêt gouvernemental provincial de \$21,000, l'aide alimentaire du CAB aux 4 vents pendant deux ans et un don anonyme de \$500 lui donnent un peu d'oxygène.

Le reste, Sandra le fait elle-même.

Deux ans d'études.

Deux ans de travail.

Deux ans d'obstacles.

Et finalement, un diplôme.

Ce bout de papier représente beaucoup plus qu'une formation. Il est la preuve qu'une femme que la société aurait facilement pu considérer comme « perdue » est capable de reprendre le gouvernail de sa vie.

Mais le passé ne disparaît pas parce qu'on décide de changer.

Les dettes sont toujours là.

Les dettes du gouvernement. Celles accumulées au fil des années. Les conséquences financières d'une vie passée à survivre plutôt qu'à construire.

Sandra travaille maintenant.

Elle rembourse.

Elle avance.

Elle trébuche parfois dans ses souvenirs, dans ses peurs, dans ses incertitudes. Mais elle se relève.

Carpe diem.

Saisir le jour.

Parce qu'elle a compris quelque chose que bien des gens découvrent seulement après une catastrophe : nous ne pouvons pas réécrire hier, mais nous pouvons choisir ce que nous faisons aujourd'hui.

Sandra ne prétend pas être sauvée.

Elle se sauve, un jour après l'autre.

Et peut-être est-ce là que réside la véritable leçon de son histoire.

Une société ne se mesure pas seulement à la façon dont elle célèbre ceux qui réussissent.

Elle se mesure aussi à la façon dont elle regarde ceux qui sont tombés.

Sandra est tombée très bas.

Mais quelqu'un lui a tendu une main.

Elle, surtout, a décidé de la saisir.

Et sous les combles de la neige, là où personne ne croyait plus voir pousser quoi que ce soit, une fleur a commencé à éclore.

À suivre le mois prochain : Sandra aujourd'hui. Son rêve ultime. *La femme qu'elle est devenue, son travail, son quotidien, ses dettes, ses défis et cette peur silencieuse de rechuter qui l'accompagne encore. Parce que renaître ne signifie pas que le combat est terminé.*

Massothérapie E.D.

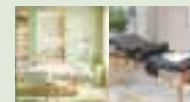
🌟 Nouveau à Shefford 🌟

📍 252, chemin du Golf

📞 Pour prendre rendez-vous : 418 566-9591

🕒 Séance de 60 minutes - 85 \$

Offrez-vous un moment de détente et de bien-être avec un **massage thérapeutique professionnel.**



✓ Reçu disponible pour assurances



RESTAURANT
Le Hollandais
Volant

Apportez Votre Vin!
(Bring Your Own Wine!)

450-777-7555
1064 Chemin Denison Est, Shefford, QC
@restaurantleholldaisvolant



UNE FÊTE DE LA BIÈRE SOUS LE SIGNE DE LA CONVIVIALITÉ

Le 12 septembre dernier, le festival de la bière a attiré une foule joyeuse et enthousiaste. Dès les premières heures, les visiteurs se sont rassemblés dans une ambiance chaleureuse, heureux de découvrir de nouvelles saveurs et de partager un bon moment entre amis.

par : Linda Villeneuve

Entre 2 dégustations, les conversations allaient bon train. Les copains échangeaient des contes, des anecdotes et des histoires amusantes, tandis que les rires résonnaient dans tout le festival. Chacun semblait avoir quelque chose à raconter, contribuant à créer une atmosphère simple et conviviale.

Les arômes sucrés et salés provenant des stands de nourriture se mêlaient aux parfums de malt et de houblon. Les brasseries présentes ont attiré de nombreux visiteurs d'un peu partout curieux de goûter leurs spécialités et d'en apprendre davantage sur la fabrication de leurs bières.

Dans les verres, les couleurs variaient du doré lumineux à l'amburé profond. Certaines bières étaient légères et fraîches, tandis que d'autres offraient des saveurs plus riches et prononcées. Chaque dégustation était une occasion de faire une nouvelle découverte.

Au fil de la journée, les verres se sont levés pour célébrer l'amitié, la bonne humeur et le plaisir d'être ensemble. Plus qu'un événement consacré à la bière, ce festival a été un véritable moment de rencontre pour toute la communauté.

Merci à tous les participants pour cet événement festif. À l'année prochaine pour une nouvelle fête remplie de rires, de découvertes et de convivialité.



Photo : Marguerite Tate

A BEER FESTIVAL FULL OF COMMUNITY SPIRIT

On September 12th, the beer festival attracted a cheerful and enthusiastic crowd. From the very beginning, visitors gathered in a warm and welcoming atmosphere, happy to discover new flavors and share a good time with friends.

Between tastings, conversations flowed freely. Friends exchanged stories, funny anecdotes, and personal memories, while laughter could be heard throughout the festival. Everyone seemed to have something to share, helping to create a friendly and joyful atmosphere.

Sweet and savory aromas drifted from the food stands, blending with the scents of malt and hops. The participating breweries attracted many curious visitors from around who were eager to taste their specialties and learn more about how beers were made.

In the glasses, the colors ranged from bright golden to deep amber. Some beers were light and refreshing, while others offered richer and stronger flavors. Each tasting was an opportunity to discover something new.

As the day went on, glasses were raised to celebrate friendship, good spirits, and the pleasure of being together. More than just an event dedicated to beer, the festival was a wonderful opportunity for the whole community to come together.

Thank you to all the participants for this joyful event. Here's to next year's festival, filled with laughter, discoveries, and community spirit.



Photo : Marguerite Tate



À ne pas manquer ce mois-ci
**COLLECTE DES FEUILLES
ET RÉSIDUS DE JARDIN**

Pour connaître votre date de collecte :
[GENEJETER.COM/CALENDRIER](https://www.genejeter.com/caendrier)



**COMPOSTER
RÉCUPÉRER
RECYCLER**
HAUTE-YAMASKA





LALLÉE, LACASSE & POIRIER
NOTAIRES - NOTARIES

4547 RUE FOSTER, WATERLOO QC J0E 2N0
WWW.LLPNOTAIRES.COM

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





Textes intégraux (Élèves de 5e année, Pavillon St-Bernardin)

L'ÉCOLE ET LA FOUDRE

Dans le village de Waterloo, il y avait monsieur Foster qui avait fait construire une école. Sur cette école, il y avait une horloge. On disait que c'était cette horloge qui contrôlait le temps. Aussi elle était là parce que les élèves étaient toujours en retard.

Un jour, la foudre frappa l'horloge, le temps s'arrêta. La nuit ne tombait plus alors c'était vrai cette horloge contrôlait le temps. Le forgeron voulut réparer l'horloge, alors il l'a touchée et il est mort. Quand le nouveau forgeron est allé se coucher, il a remarqué une clé à terre devant; il l'a prise et l'a mise dans l'horloge. Il est rentré et il a vu le diable avec le vieux forgeron et il allait le tuer. Mais le diable a disparu quand il a ouvert la porte.

Il fallait savoir aussi que le vieux forgeron avait fait un pacte avec le diable. Alors sûrement que le diable avait trahi le forgeron. D'après ce que j'ai entendu, le forgeron ne serait pas mort, il voudrait se venger. Alors le diable avait fait exprès pour que le forgeron meure quand il a touché l'horloge.

Depuis ce jour si tu passes dans le village de Waterloo si tu passes devant l'école anglaise tu peux remarquer une horloge dessus. Un petit conseil: ne la touche pas.

Gabriel Juteau

LA LÉGENDE DE LA FAUCHEUSE DE WATERLOO

Tout commence dans un petit village appelé Waterloo. Les habitants étaient vraiment gentils et ils s'entraidaient. Monsieur Malboeuf et sa femme avaient 15 enfants et une belle terre avec une petite maison. C'était bien calme depuis qu'il avait mis un cadenas sur la clôture de la maison noire qu'il croyait inhabitée.

La maison noire était habitée par une personne âgée qu'il n'avait pas vue depuis qu'il avait mis un cadenas sur le portail de cette maison. Des traces de pas apparaissaient dans le village et les malheurs s'accumulaient. Cette maison était assez grande et un peu cachée par des arbres. Elle était noire comme la nuit et mystérieuse comme l'océan. Son entrée était tellement lugubre qu'on aurait dit la tanière d'un animal. Et tout en haut de celle-ci, ce trouvait une petite fenêtre toute sombre. Avant, ils pouvaient voir une silhouette silencieuse mais sûrement dangereuse.

Le couple aperçut le cadenas sur le sol, la clôture ouverte, la ville en pagaille comme les idées dans la tête d'un enfant qui a mangé trop de bonbons. Certains croyaient que les ténèbres s'étaient abattu sur la ville, d'autres croyaient qu'un monstre était sorti de la maison noire et qu'il avait brisé le cadenas de la clôture.

Lors d'une journée un peu nuageuse, monsieur Malboeuf entre dans la maison et il voit la mort. M. Malboeuf effrayé, le visage lui sortant de la tête, la peau bleue sent un vent frais longé son corps. Elle lui demande de construire un cimetière en échange de la maison. Elle lui dit ton corps si insignifiant il se fait manipuler il dit oui. Des mois plus tard un cimetière a été construit.

Depuis ce temps les gens qui habitent cette maison vivent très vieux s'ils ont entretenu le cimetière. Si vous entrez dans ce cimetière et que vous sentez un vent frais, ce sont les fantômes des descendants qui vivaient dans la maison Malboeuf. Mais un détail ceux qui habitaient la maison Malboeuf c'était la faucheuse de Waterloo. Mais qu'elle était l'identité de la mystérieuse faucheuse? Malheureusement, elle restera anonyme.

Coralie St-Hilaire Larivée

LA LÉGENDE DE LA PETITE BIBLIOTHÈQUE

Tout a commencé quand Foster a décidé de construire une bibliothèque publique. Cette bâtisse était toute proche du bureau de poste. Ils avaient peinturé la bibliothèque en gris et en noir, il y avait une belle petite fenêtre carrée juste en dessous du toit. Les gens appréciaient la bibliothèque et c'était aussi la place où il y avait les plus beaux livres. Foster était content d'avoir construit cette bâtisse qui avait même été le commerce le plus populaire. Alors les personnes du village ont félicité Foster qui avait eu l'idée de faire une bibliothèque. C'est Ivan Dubois, le constructeur qui a construit le commerce. Alors, c'est devenu un très beau village. On avait dit qu'on lavait avec une guenille les fenêtres à chaque jour, tellement c'était propre.

Un beau jour, le Maire sortit de chez lui prendre un thé. Il ressent la chaleur de la tasse. Tout à coup, la foudre arriva et frappa une brique. Puis la brique devient de plus en plus noire. Alors, ils ont demandé à la femme du forgeron d'être bibliothécaire. Cette femme était forte et aimait beaucoup la lecture. Les gens regardent la bibliothèque et voient une brique noire. Ils pensent que la bâtisse est hantée. Alors, pour quelques jours, les villageois ne viennent plus à la bibliothèque. La femme est un peu triste, elle s'ennuie. Mais elle ne savait pas pourquoi les clients ne venaient plus. Ils pensent que ce lieu est hanté comme la maison de Dracula.

La brique tomba pendant la nuit. Ivan Dubois remet la brique et ce fut fait. Mais il faut qu'il la peinture et la brique devient toujours noire. Toutefois, il ne lâche pas. Le monsieur peinture la brique, elle redevient toujours noire. Il n'a pas moyen de la changer de couleur. La cloche de l'église sonna. Le bruit est tellement fort la brique s'égrena. Il y a un trou maintenant. Les clients sont courageux même s'il y avait un trou, ils n'avaient plus peur. Sara, la bibliothécaire était contente que les gens reviennent. Ce n'est pas tout, le diable se faufila dans le trou et régnait dans la bibliothèque. Ça devient un gros problème, car le diable pourrait envoyer Sara en enfer. Le diable est comme les méchants dans les films.

Un jour ensoleillé, le diable est allé voir Sara et lui dit qu'il l'envoie en enfer ou bien il fait un pacte avec elle. La femme avait très peur. Elle décida de faire un pacte avec lui. La jeune fille avait déjà une idée. Elle lui dit qu'ils pourraient mettre un livre hanté. Quand les lecteurs prendront ce livre, leur âme sera aspirée. La femme cache le livre dans une étagère grise dans la ranger quatre. Se sera un gros livre brun poussiéreux, personne ne la prit. Un jour, un monsieur vêtu d'une veste noire et d'un pantalon gris entre dans la bibliothèque. Il s'avance comme un éléphant. Puis, cet homme demanda à la caisse qu'il avait besoin d'un gros livre. Alors Sara lui dit d'aller dans la rangée quatre. Le monsieur prend un livre brun et gros. Il l'ouvre et son âme est tout de suite aspirée. La bibliothécaire sent une odeur apaisante dans ses narines.

Depuis ce jour, il y a encore ce livre sur cette étagère. Mais attention, le mauvais choix de livre pourrait aspirer ton âme. Quand tu vas à la bibliothèque, regarde en haut dans le coin à gauche et tu vas peut-être voir un trou. Attention parce qu'on dit encore aujourd'hui que le diable rôde autour. Il rôde comme un renard rusé qui chasse.

Mathéo Tessier

NATURE DEN
Architecture de Paysage

Mise en valeur de votre propriété | Plan d'implantation de paysage
Projets clés en main | Aménagements biophiles

natureden.ca | 450-539-4114



LE SUD À SHEFFORD

THE SOUTH IN SHEFFORD

Le Hollandais Volant : un petit goût des Caraïbes à Shefford.

par : Barbara Verhoef

The Hollandais Volant : A Taste of the Caribbean in Shefford.

Et si, pour quelques heures, on troquait l'Estrie pour les Caraïbes?

Pas besoin de passeport! Il suffit de pousser les portes du Hollandais Volant, un sympathique boui-boui caribéen qui a jeté l'ancre à Shefford.



Derrière cette aventure gourmande : Vincent et Jacob, deux jeunes de la région qui ont décidé de sortir de leur zone de confort et d'oser. À eux deux, ils cumulent pas moins de 25 ans d'expérience dans le milieu de la restauration. Leur pari? Ouvrir un premier restaurant caribéen de type *apportez votre vin* en Estrie.

Pourquoi à Shefford?

Le choix n'est pas le fruit du hasard. Sur Denison Est, entre Waterloo et Granby, l'offre était inexistante pour les travailleurs, les automobilistes de passage ou les gens du coin à la recherche d'un bon repas du midi, d'un souper intime ou d'un plat à emporter. Le Hollandais Volant est

venu combler ce petit vide...avec beaucoup de saveur!

Mais pourquoi ce nom intrigant?

Vincent, qui possède des origines hollandaises, a toujours été fasciné par la légende du Hollandais volant, ce mythique navire fantôme associé aux mers des Caraïbes. Selon la légende, son capitaine néerlandais aurait bravé une terrible tempête en doublant le cap de Bonne-Espérance avant d'être condamné à voguer éternellement sur les mers. Une histoire de mer, de défi et d'audace qui collait parfaitement au projet des deux restaurateurs.

Une fois le nom choisi, il ne restait plus qu'à créer l'univers qui l'accompagnerait : menu, ambiance et décor.

Une ambiance chaleureuse et dépayssante.

Dès l'entrée, les visiteurs ont presque l'impression de découvrir un petit restaurant des Caraïbes. À la fois simple, intime et coloré, le décor éclectique invite à la détente. Ici, l'accent est mis sur la convivialité, la chaleur humaine et une cuisine généreuse, parfumée et relevée juste ce qu'il faut.

Le menu évolue au fil des saisons et comprend notamment des options sans gluten et sans lactose. Ouvert du mardi au samedi, midi et soir, le restaurant accueille des clients sur place et propose également des plats à emporter.

Le Hollandais Volant peut aussi recevoir des groupes à l'occasion de fêtes privées, de partys de Noël ou de déjeuners de groupe, y compris en dehors des heures régulières d'ouverture, sur réservation.

Pendant que Jacob accueille les clients avec le sourire, Vincent s'affaire derrière les fourneaux. Deux complices, deux passionnés et une même volonté : faire voyager les papilles.

Et ce n'est que le début! Une terrasse au printemps ainsi que des soirées thématiques accompagnées de musique caribéenne figurent déjà parmi leurs projets.

Envie d'une escapade dans le Sud sans quitter l'Estrie?

Venez découvrir le Hollandais Volant : une expérience gourmande authentique, conviviale et riche en saveurs!

FB – Instagram – 450-777-7555

1054 Denison Est, Shefford, QC

What if, for a few hours, you traded the Eastern Townships for the Caribbean? No passport required: simply walk through the doors of the Hollandais Volant, a welcoming Caribbean restaurant in Shefford.

At the heart of this culinary adventure are Vincent and Jacob, two young entrepreneurs from the region who chose to step outside their comfort zones and take on a new challenge. Together, they have more than 25 years of experience in the restaurant industry. Their ambition: to open the Eastern Township's first Caribbean *bring-your-own-wine* restaurant.

Why Shefford?

This choice was no coincidence. On Denison East Street, between Waterloo and Granby, options were limited for workers, passing motorists and residents looking for a good lunch, an intimate dinner or a take-out meal. The Hollandais Volant therefore filled a need in the area with cuisine rich in flavor.

But why this intriguing name?

Vincent, who has Dutch roots, has always been fascinated by the legend of the Flying Dutchman – Hollandais volant in French – the mythical ghost ship associated with the Caribbean seas. According to legend, its Dutch captain braved a terrible storm while rounding the Cape of Good Hope before being condemned to sail the seas eternally. This story of the sea, challenge and daring perfectly reflected the project envisioned by the two restaurateurs.

Once the name had been chosen, all that remained was to create the world that would accompany it: the menu, atmosphere and décor.

A Warm and Inviting Atmosphere.

From the moment they walk in, visitors almost feel as though they have discovered a small Caribbean restaurant. Simple, unpretentious, intimate and colourful, the eclectic décor invites guests to relax. Here, the focus is on friendliness, warmth, and cuisine that is generous, aromatic and seasoned just right.

The menu changes with the seasons and includes gluten-free and lactose-free options. Open from Tuesday to Saturday, the restaurant welcomes lunch and dinner customers and also offers takeout.

The Hollandais Volant can also accommodate groups for private celebrations, Christmas parties or group breakfasts, including outside regular hours, by reservation.

While Jacob welcomes customers with a smile, Vincent stays busy in the kitchen. Two partners, two passionate food lovers and one shared goal: to take diner's taste buds on a journey.

And this is only the beginning! A spring terrace and themed evenings featuring Caribbean music are already among their plans.

Looking for a getaway to the South without leaving the Eastern Townships?

Come discover the Hollandais Volant, aka the Flying Dutchman: an authentic, welcoming culinary experience bursting with flavour!

1054 Denison East, Shefford, QC 450-775-7555



PLUIE



**Barbara
Verhoef**

La pluie, cette méditation offerte par le ciel.

Assise devant ma fenêtre, une tasse chaude entre les mains, je regardais le ciel raconter son histoire. D'abord, quelques gouttes timides sont venues caresser les feuilles, comme si elles demandaient la permission

de se poser. Puis la pluie s'est installée, douce et régulière, avant de devenir plus fouguese, frappant les toits, les fenêtres et les arbres avec une énergie presque sauvage. Enfin, comme toute émotion intense, elle s'est apaisée pour redevenir une fine bruine, légère comme un souffle.

Quel spectacle fascinant que celui de la pluie! En quelques instants, le paysage change de visage. Le lac, si limpide quelques minutes plus tôt, s'est enveloppé d'un voile de brume. Il ressemblait à un monde fantomatique où les contours disparaissaient doucement, laissant libre cours à l'imagination. On aurait cru que des spectres bienveillants dansaient à la surface de l'eau avant de s'effacer dans le silence.

Pourtant, ce silence n'était jamais complet. Au loin, les éclats de rire des enfants résonnaient avec une joie contagieuse. La pluie ne les avait pas fait fuir. Au contraire, ils couraient dans les jeux d'eau, éclaboussant les flasques avec une insouciance que seuls les enfants savent préserver. Leur bonheur semblait défier les nuages et rappeler que la pluie n'est pas un obstacle, mais une invitation à jouer autrement.

Les oiseaux, eux, avaient choisi de se taire pendant l'averse. Comme s'ils respectaient la symphonie des gouttes tombant sur la terre assoiffée. Puis, lorsque la pluie s'est adoucie, ils sont revenus un à un. Leurs chants joyeux semblaient remercier le ciel pour cette eau bienfaisante qui nourrit les arbres, les fleurs et les champs.

En les écoutant, je me suis surprise à respirer plus lentement. Le temps n'avait plus d'importance. Les obligations, les inquiétudes et le bruit du quotidien s'étaient dissipés avec les nuages. La pluie m'offrait une leçon que nous oublions trop souvent : ralentir, observer et accueillir le moment présent sans chercher à le contrôler.

Il existe des instants où la nature devient notre meilleure enseignante. Cette pluie, si apaisante et généreuse, m'a rappelé que la sérénité ne se trouve pas toujours dans le soleil éclatant. Parfois, elle naît simplement du murmure des gouttes contre une fenêtre, du rire des enfants sous un ciel gris et du chant retrouvé des oiseaux. Il suffit de s'arrêter quelques minutes pour comprendre que la pluie n'arrose pas seulement la terre : elle abreuve aussi l'âme.

RAIN

Rain, a Meditation Offered by the Sky.

Sitting by my window, a warm cup in my hands, I watched the sky tell its story. At first, a few timid drops came to caress the leaves, as though asking permission to land. Then the rain settled in, soft and steady, before becoming more intense, beating against the roofs, windows and trees with an almost wild energy. Finally, like every powerful emotion, it calmed down and turned into a gentle drizzle, as light as a breath.

What a fascinating spectacle rain can be! Within minutes, the landscape changes its face. The lake, so clear only moments before, became wrapped in a veil of mist. It looked like a ghostly world where the outlines of things slowly disappeared, leaving room for imagination. One could almost believe that benevolent spirits were dancing across the surface of the water before vanishing into the silence.

And yet, the silence was never complete. In the distance, the joyful laughter of children echoed through the air. The rain had not driven them away. Quite the opposite: they were running through the water features, splashing through puddles with the carefree joy that only children seem to possess. Their happiness appeared to defy the clouds, reminding us that rain is not an obstacle, but simply an invitation to play in a different way.

The birds, meanwhile, had chosen to fall silent during the downpour, as though respectfully allowing the symphony of raindrops to take center stage. Then, as the rain softened, they returned one by one. Their cheerful songs seemed to thank the sky for this life-giving water that nourishes the trees, flowers and fields.

As I listened, I found myself breathing more slowly. Time no longer seemed to matter. The obligations, worries and noise of everyday life had disappeared along with the clouds. The rain was offering me a lesson we so often forget: slow down, observe and embrace the present moment without trying to control it.

There are moments when nature becomes our greatest teacher. This gentle, generous rain reminded me that serenity is not always found beneath a bright, sunny sky. Sometimes, it is born simply from the sound of raindrops against a window, the laughter of children playing beneath gray clouds, and the joyful chirping birds returning after the storm.

All we have to do is stop for a few minutes to realize that rain does more than water the earth. It nourishes the soul.



Travailler en équipe en étant tournées vers l'avenir; la nôtre, celle de notre Cercle et de notre communauté. Ça vous dit?

Nous sommes fières de vous présenter une programmation en cohérence avec ce thème inspirant. Vous trouverez mensuellement dans cette chronique les événements à venir.

Durant l'année, nous soutiendrons des projets intergénérationnels de cuisine avec les jeunes de la Maison Des Jeunes **L'exit** et d'arts textile avec des écoliers plus jeunes. Certaines de nos membres seront aussi de l'équipe du **Goût de L.I.R.E.** qui propose aux jeunes de notre territoire une expérience de mixité tant en cuisine-santé qu'en lecture. Nous offrirons également un soutien au **Comptoir familial** en mettant notre équipement et nos connaissances au service de leurs clients. Ainsi nous espérons montrer à ceux qui le souhaitent comment donner une seconde vie à de beaux vêtements qui ne méritent pas de finir à la poubelle.

La conférence d'octobre aura pour thème **Évitons le gaspillage alimentaire.** Elle aura lieu le **20 octobre de 18h45 à 19h45** au local du Cercle. C'est gratuit

et **ouvert à toutes.** Nous vous attendons en grand nombre!

Plusieurs formations seront aussi offertes à nos membres pour les rendre plus autonomes et plus résilientes dans l'avenir. Vous souhaitez apprendre? Notre Cercle est une mine de talents qui ne demandent qu'à être partagés que ce soient en couture, tricot, broderie, crochet ou peinture tous les lundis au local 101 du centre paroissial, 5005 rue Foster à Waterloo.

Nos services et nos projets vous interpellent? vous partagez nos valeurs d'accueil, d'engagement, de respect, d'entraide et d'audace? Vous aimeriez apprendre ou partager vos connaissances lors de nos ateliers? Pour plus d'information, vous pouvez me contacter par courriel communication.fed17.waterloo@outlook.com, via le site Facebook du Cercle de Fermières Waterloo ou rejoindre la présidente Angèle Arès au 450-522-7773. Il nous fera plaisir de vous donner un rendez-vous au moment qui vous convient. Vous serez jumelée avec une autre membre qui sera votre pilier afin d'intégrer notre Cercle, **vous faire des amies et trouver réponses à vos besoins.**

Au plaisir de faire votre connaissance!

Diane Lavoie
Responsable des communications et du recrutement

OCTOBRE 2026

TA VILLE T'INFORME!

Des questions ? Consulte notre site Web ou appelle-nous!



www.ville.waterloo.qc.ca

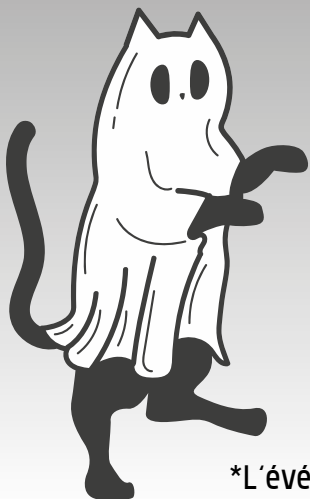


450 539-2282

L'HALLOWEEN À L'HÔTEL DE VILLE

31 OCTOBRE 🕷️ 16 H À 19 H

Bonbons, parcours magique, sandwiches
au fromage fondu et plus encore!



Enfile ton plus beau
costume et viens
nous voir pour un
arrêt **PAYANT!**

*L'événement a lieu, beau temps, mauvais temps!

Proximité
Plein Air

WATERLOO
ton plan.

RENDEZ-VOUS À LA RÉSERVE NATURELLE DE WATERLOO

Le 3 octobre 2026

Consulte la programmation
complète sur notre
site Web.



RENDUE POSSIBLE GRÂCE
Québec



LE SERVICE DE SÉCURITÉ INCENDIE DE WATERLOO VOUS ACCUEILLE!

Viens visiter la caserne
lors de la journée
PORTES OUVERTES!



**17 OCTOBRE · 10 H À 15 H
ENTRÉE LIBRE**



PARCOURS

HISTOIRES DE PEUR

DE RETOUR CETTE ANNÉE!

Laisse-toi de nouveau plonger dans
les histoires macabres de la ville avec
notre conteur local Paul Bradley.



1^{ER} NOVEMBRE 2026 · 10 H OU MIDI*

Départ du Bureau d'information touristique

*Possibilité d'un 3^e départ, selon les inscriptions.

INSCRIS-TOI, C'EST GRATUIT!

» ville.waterloo.qc.ca/histoires-de-peur



SEMAINE DE LA PRÉVENTION INCENDIE

*Les pompiers t'attendent à leur
kiosque pour des conseils de feu !*

 **17** 8 octobre 2026 - 15 h à 19 h
 **Métro Plouffe**

GÉRER SES FEUILLES MORTES

► FEUILLYCLAGE

Laisse tes feuilles mortes sur ton terrain et passe la tondeuse par-dessus. Les feuilles broyées feront un bel engrais pour ton gazon ! La solution la plus simple... et certainement la plus écolo !

► COLLECTE DE SURPLUS DE FEUILLES ET DE RÉSIDUS DE JARDIN

Collecte spéciale de la MRC, consulte le calendrier pour connaître les dates.

► ÉCOCENTRE

Tu n'as pas de tondeuse ? Tu as manqué les collectes ? Sors ton râteau, remplis de feuilles mortes les sacs de papier prévus à cet effet et direction écocentre.

RAPPEL : BRÛLAGE INTERDIT



Le ramassage des feuilles et petites branches ne rime pas avec feu de camp. Il est maintenant interdit de faire du brûlage à Waterloo.

Tu peux toujours faire un feu de plaisance ! Avec un foyer muni d'un pare-étincelle, c'est dans la poche !



L'AVERTISSEUR DE FUMÉE... SAUVE DES VIES !

Les incendies mortels surviennent surtout la nuit. Pour que tout le monde se réveille à temps, **assure-toi d'avoir un avertisseur de fumée fonctionnel !**

LES RÈGLES D'OR

- ✓ Vérifie le bon fonctionnement de ton avertisseur de fumée.
- ✓ Prépare un plan d'évacuation.
- ✓ Exerce-toi à évacuer.



**PROCHAINE SÉANCE
DU CONSEIL
MARDI 13 OCTOBRE - 19 H**





L'UNITÉ PASTORALE VOUS INFORME...

ST-BERNARDIN ET ST-JOACHIM

La grâce du chemin

Cet été, j'ai sillonné à vélo les chemins de notre région, à travers l'Estrée et la Haute-Yamaska. Dieu que c'est beau! Nos champs, nos rivières et nos bois sont magnifiques, et Waterloo fait bien de prétendre au titre de « capitale du vélo ».

Ce qui m'a frappé, en alternant les modes de transport, c'est comment des routes connues, parfois empruntées des dizaines de fois en voiture, semblent si différentes quand on les pédale — comme si elles avaient autre chose à nous raconter.

En voiture, nous regardons au loin — et surtout devant nous! Nous savons où nous allons et nous voulons y arriver. Nous calculons le temps, les kilomètres. Nous remarquons les travaux, la circulation, les détours : tout ce qui risque, en fait, de retarder notre arrivée.

À vélo — et plus encore à pied —, on est ailleurs. Bien sûr, il y a encore la destination : on va bien « quelque part ». Mais très vite, pour qui a le cœur ouvert, le chemin lui-même devient le voyage. On sent l'odeur des foins fraîchement coupés. On découvre la rivière qui chante sous un pont franchi cent fois en voiture. On écoute les appels des oiseaux, le vent dans les arbres, le bruit des ruisseaux. On a le temps de scruter la beauté d'une vieille grange, un rang bordé d'érables, des fleurs sauvages au fossé. On peut s'arrêter. Regarder. Toucher. Respirer. Vivre, en somme...

Tout accueillir aujourd'hui

La fête de l'Action de grâce nous invite à entrer dans ce mouvement : ralentir suffisamment pour reconnaître ce qui nous est donné en chemin. Car *tout* est don.

Nous passons une bonne partie de notre vie à regarder devant nous. Nous attendons la prochaine étape : quand ce problème sera réglé, quand ce projet sera terminé, quand les choses iront mieux... Nous savons, ou croyons savoir, où nous voulons aller. Mais à force de regarder la destination, nous traversons notre propre existence sans voir ce qu'elle nous offre aujourd'hui.

Jésus de Nazareth dit à ses proches : « Je suis le chemin, la vérité et la vie. » Il ne dit pas seulement qu'il nous montre un chemin à suivre pour bien vivre. Il dit : « Je suis le chemin. »

C'est une parole à méditer. Car le Christ nous assure qu'il marche avec nous *aujourd'hui*. Il se laisse rencontrer lui-même dans les chemins de notre vie : un visage, une amitié, un repas partagé, un paysage, un geste reçu, une présence offerte, parfois même au cœur d'une difficulté. Il ne faut pas attendre la fin du voyage pour guetter sa rencontre.

Peut-être faut-il apprendre, comme à vélo sur un chemin de campagne, à lever les yeux, à respirer profondément, à accueillir ce qui nous est donné. À voir...

Laurent Fontaine, diacre
laur.fontaine@gmail.com

Messes du dimanche : église Saint-Bernardin, à 11 h

Baptêmes et catéchèses : 450 539-1888

Messe des Nations : 18 octobre à 17 h, cathédrale de Saint-Hyacinthe



CHEVALIERS DE COLOMB DE WATERLOO - 1919-2019

BRUNCH DOMINICAL et ACTION DE GRÂCE: le prochain brunch dominical aura lieu dimanche le 11 octobre et coïncide à une journée près avec la journée de l'Action de grâce le lendemain. Pourquoi ne pas inviter à ce déjeuner une ou des personnes vivant seules et à qui vous offririez un déjeuner, question de partager avec elles les nourritures terrestres et un moment d'humanité? Lieu: salle communautaire (sous-sol) du centre paroissial St-Bernardin. Heures: de 8 h 30 à 12 h. Le coût demeure le même qu'il était: gratuit pour les enfants jusqu'à 6 ans inclusivement, 6 \$ pour ceux de 7 à 12 ans inclusivement et 12\$ pour tous les autres. Au plaisir de vous y voir.

CAMPAGNE DES OEUVRES: la 50^e Campagne des œuvres des Chevaliers de Colomb du Québec (2026-2027) est lancée. Vous pouvez rejoindre M. Jocelyn Marois au numéro de téléphone 450 204-1432 pour vous procurer des billets. À qui la chance de gagner l'un des 20 prix d'une valeur totale de 210,000 \$...? Un billet: 2 \$, 3 billets: 5 \$, 1 livret de 6 billets: 10 \$.

THÉ D'AUTOMNE

par Les Dames Auxiliaires de
la Filiale 77 de la Légion Royale Canadienne,

14 octobre de 14h à 16h - 15\$

Contactez Rose après le 20 septembre pour réserver:

450 539-2988 ou rose.everett@gmail.com



FADOQ CLUB WATERLOO

(Salle communautaire St-Bernardin (103))

7 octobre - Bingo à 19 h

14 octobre - Baseball-poche & cartes à 19 h

21 octobre - Bingo à 19 h

28 octobre - Pétanque-atout et cartes à 19 h

Participer aux activités de la FADOQ de Waterloo, c'est fuir l'isolement, partager et s'amuser.

Pour info : Louise Wigger : 450 777-3480

DÉJEUNER, SALLE LA LÉGION

DÉJEUNER MENSUEL À LA LÉGION ROYALE CANADIENNE

77 Lewis, Waterloo

Le 18 OCTOBRE 2026 de 8 h 30 à 12 h 30

Pour information, contacter Carol Padner au : 450 539-1253



Centre de femmes Entr'elles

80 rue d'Ottawa à Granby

450 357-4042

info@entrelles.ca

Heures d'ouverture

Lundi à jeudi : 8h30-16h30 / Vendredi : 8h30-16h

RENCONTRES INDIVIDUELLES

Besoin d'aide ? Profitez de rencontres individuelles disponibles durant les heures d'ouverture à **Granby et à Waterloo**.

ATELIERS DE CHEMINEMENT

Charge mentale et rôles féminins

Lundi du 19 octobre au 9 novembre 2026 (13h15 à 16h15) * Inscription requise

Le nouveau départ

Mardi du 20 octobre au 24 novembre 2026 (13h15 à 16h15 ou 18h à 21h) *

Inscription requise

Les moyens d'expression

Jeudi du 20 octobre au 24 novembre 2026 (13h15 à 16h15) * Inscription requise

MOMENTS POUR TOI !

Soutien informatique sur mesure et adapté à votre rythme!

- ☒ Lundis et mardis du 14 septembre au 24 novembre (14h à 15h30)
* Inscription requise
- ☒ **01/10 On est en forme chez Entr'elles** (13h15 à 16h15)
* Inscription requise
- ☒ **07/10 Charge mentale et rôles féminins** (9h à 11h30)
- ☒ **09/10 Cercles de Parole** (10h à 11h30) * Inscription requise
- ☒ **13/10 Atelier de santé : Acupuncture** (13h à 16h) * Inscription requise
- ☒ **14/10 Vivre ici et maintenant** (9h à 11h30)
- ☒ **21/10 L'influence de notre éducation sur nos différents rôles** (9h à 11h30)
- ☒ **23/10 Cercles de Parole** (10h à 11h30) * Inscription requise
- ☒ **28/10 Un vent de changement** (9h à 11h30)
- ☒ **04/11 Ma confiance, ma solidité intérieure** (9h à 11h30)

POINT DE SERVICE À WATERLOO

Horaire : de 9h à 11h30, offert gratuitement et sans inscription

Lieu : CAB aux 4 Vents – 107, rue Lewis Ouest

- ☒ **01/10 Portes ouvertes :** « Une petite jasette avec ça? »
- ☒ **15/10 Muscler notre corps et notre cerveau**
- ☒ **22/10 Les préjugés**
- ☒ **29/10 Le contrôle**
- ☒ **05/11 Mon opinion compte**

HÉBERGEMENT DE CRISE HALTE-CRISE

450 375-0487 | www.entrelles.ca/halte-crise

- ☒ Intervention de crise
- ☒ Écoute et soutien
- ☒ Accompagnement dans les démarches
- ☒ Hébergement court terme
- ☒ Suivi post-séjour

Tu es une femme et tu cherches un espace pour briser l'isolement, mieux comprendre tes droits ou entreprendre une démarche de cheminement personnel? Chez Entr'elles, tu n'es pas seule. Contacte le centre de femmes.

UNE VRAIE P'TITE ABEILLE

par : Anne Francoeur

Ma mère était une femme vaillante; elle est devenue veuve très jeune, a élevé trois enfants seule, a entretenu sa maison seule

pendant 46 ans. Il va sans dire qu'elle était toujours occupée. De plus, couturière de métier, elle nous confectionnait des vêtements originaux à meilleur marché que dans les magasins.

Pendant une certaine période à la fin de sa vie, elle s'est mise à déchirer des revues de façon très méthodique. Elle les taillait minutieusement en bandes de mêmes largeurs, dans une posture et avec une gestuelle très particulières. En la regardant bien, j'y ai reconnu la couturière qui, probablement, préparait ses pièces avant l'assemblage.



Ma mère, femme travaillante, aura donc été occupée jusqu'à la fin : « Une vraie p'tite abeille », comme elle disait si bien...



AÎNÉS ACTIFS + DE SHEFFORD

Le **Club de Marche** continue ses activités tous les vendredis, à **13h30** au Parc J.P. Forand.

Le **Club de Vélo** recommence ses sorties, **les mardis**, au gré de la météo.

Pour **connaître les détails** ou **changements de dernière minute**, visitez notre page facebook <https://www.facebook.com/AinesActifsdeShefford/>

PROCHAINES ACTIVITÉS :

Oct 07	13h30	Après-midi Ludique (jeux de société)
Oct 14	13h30	Conférence – Une pharmacie m'informe
Oct 16	19h30	Film Les Grands Explorateurs – Georgie
Oct 21	08h30	Café-Rencontre
Oct 30	17h00	P'tite Guinguette

Gratuit pour les membres - \$10 pour les non-membres

Pour les détails, visitez notre **site Web** : <https://ainesactifs.com>

ou notre page facebook : <https://www.facebook.com/AinesActifsdeShefford/>

Inscrivez-vous à nos infolettres!

Contacts : aaplushefford.ressources@gmail.com ou 450-539-2258 poste 231

Ma Communauté, je m'y investis!

L'Écho du Chœur chante à Waterloo ? Vous aimeriez le rejoindre ?

Chanter dans une chorale offre de nombreux bienfaits surprenants. Cela améliore l'humeur, favorise les liens avec les autres et peut même améliorer la santé.

De plus, que vous soyez débutant ou chanteur confirmé, il y a toujours quelque chose de nouveau à apprendre.

La chorale n'a aucun critère d'admission si ce n'est qu'il faut être motivé, présent et aimer chanter juste sont nos priorités. Une brève audition sera possiblement nécessaire pour définir votre voix si vous ne la connaissez pas encore. Nous recherchons des voix de ténors ou des voix de basses ainsi que des voix d'altos et sopranos.

C'est une discipline ouverte à tout le monde, sans distinction d'âge ou de genre. Les principaux prérequis sont bien souvent l'assiduité et l'envie de chanter

Les choristes ne s'attendent pas à ce que vous sachiez lire la musique ou que vous ayez une expérience de chant mais c'est une chose qu'on peut apprendre en cours de route.

Il est prouvé scientifiquement que le chant et la musique favorisent une bonne santé physique et psychique

Pratique de chants : les mardis dès 13:30 à l'église St-Bernardin, Waterloo.

Soyez les bienvenus !

Pour plus d'informations ; contacter l'Echo du chœur: yoguimrd@hotmail.com
450 539-3132



Waterloo autrefois

WATERLOO ELEMENTARY SCHOOL (2)



Sylvie
Blais



En 1920, l'école change à nouveau de nom et devint la *Waterloo High School*. Entre les deux guerres mondiales ce sont de belles années, durant lesquelles l'école accueille un peu plus de 175 élèves de tous les niveaux, de la première à la onzième année. À Noël, toutes les classes participent à un spectacle, avec une courte pièce ou une chanson. Après les cours de nombreux sports sont proposés, même s'il n'y a pas de gymnase. L'immense terrain entourant l'établissement permet en effet de pratiquer la course à pied, le soccer ainsi que le hockey. Les autobus scolaires n'existent pas encore, il faut donc se rendre à l'école à pied; si la distance est trop grande il faut se déplacer en traîneaux ou en voitures tirés par des chevaux. Et ceux qui vivent à Warden ont la chance de prendre le train du Canadien Pacifique qui passe alors et s'arrête juste devant l'école.

En 1947, 275 élèves fréquentent l'école. Une fois de plus, un agrandissement est devenu nécessaire. On entreprend des travaux et Charles W. Slack, qui exploite d'importantes serres de fleurs et de légumes sur la rue Allen, offre un don qui permet l'ajout au bâtiment d'un grand gymnase doublé d'un auditorium. C'est à cette époque que deux salles de douches (encore visibles aujourd'hui) auraient été aménagées au sous-sol, rendues nécessaires avec le gymnase.

Dix nouvelles classes sont aussi ajoutées ainsi qu'une bibliothèque. On profite des travaux pour rénover un grand corridor situé au sous-sol. Dans ce passage un peu mystérieux, aménagé en 1908, on trouve les 3 fournaies au bois qui chauffent l'édifice. Remodelé à plusieurs reprises, on raconte que des élèves s'y réfugient lors de cours particulièrement ennuyeux. Et que depuis plus de quarante ans, le « basement » serait hanté par des fantômes...

Le passé est souvent mystérieux, certes, mais quelques vestiges bien tangibles ont été conservés. Encore aujourd'hui, on peut en effet admirer l'arc cintré en granit de l'ancienne entrée principale au fond de la scène de l'auditorium.



On voit bien l'arche en granit qui date de la construction de 1908 et qui est toujours visible derrière la scène actuelle.

Waterloo Academy Publication :

Toronto : Warwick Bro's Rutter, Limited, Printers, [19--?] [34]

Quant à la cloche au-dessus de l'entrée, elle date de l'inauguration de l'agrandissement en 1949. Car pour marquer les progrès de l'école, la vieille cloche actionnée à la main est à ce moment remplacée par une nouvelle, cette fois actionnée grâce à l'électricité, en fonction d'un programme qui annonce l'ouverture de l'école, les récréations, des événements sportifs, etc.



En 1960, les enfants de Shefford et South Stukeley sont intégrés à l'école. Un nouvel agrandissement est donc à nouveau nécessaire et on travaille aux plans durant les deux années suivantes. L'intérieur du magnifique bâtiment de 1907 est au cœur de la nouvelle structure. On y ajoute des classes, des salles de jeux, une cafétéria et un tout nouvel atelier pour les arts ménagers. Le nouveau

bâtiment est inauguré en 26 novembre 1962. À peu de choses près, c'est le bâtiment qui est toujours là, rempli de souvenirs et d'une longue histoire. Il reste une dernière étape cependant : le 11 septembre 1969, la polyvalente Massey-Vanier ouvre ses portes à Cowansville. Les cours y sont donnés en français et en anglais. Les élèves du secondaire à Waterloo y sont donc transférés et la *Waterloo High School* devient la *Waterloo Elementary School* (WES).

Tous nos remerciements à Donald Kerr pour les informations ainsi que les documents fournis et une fascinante visite de l'école. Et que les petits *Westies* profitent du lieu unique qu'est leur école primaire!

In 1920, the school changed its name once again, becoming Waterloo High School. The years between the two World Wars were wonderful ones, during which the school welcomed just over 175 students from all grades, from Grade 1 through Grade 11. At Christmas, all the classes took part in a school performance, presenting a short play or a song. After classes, many sports were offered, even though there was no gymnasium. The vast grounds surrounding the school made it possible to enjoy running, soccer, and hockey. School buses did not yet exist, so students had to walk to school. If the distance was too great, they travelled by sleigh or horse-drawn carriage. Those living in Warden were fortunate enough to take the Canadian Pacific train, which at the time passed by and stopped right in front of the school.

Suite à la page suivante →

Atelier d'aquarelle

Viens fabriquer une banderole
d'Halloween à l'aquarelle avec AnneSea!
SAMEDI 17 OCTOBRE 2026 DE 9H À 12H
à la Bibliothèque de Waterloo

Ouvert aux 10 ans et + Matériel fourni sur place
Apprends les bases de l'aquarelle et repars
avec ta décoration d'Halloween!

Inscription obligatoire à la Bibliothèque de Waterloo:
450 539-2268 ou en
ligne : www.anneseaillustration.art
Les places sont limitées!
3 heures/45 \$ Inscris un 2^e enfant de la même famille pour 35\$!

Tu veux en savoir plus et voir mon travail?
Visite mon site web: www.anneseaillustration.art

By 1947, 275 students were attending the school. Once again, an expansion had become necessary. Construction got underway, and Charles W. Slack, who operated large flower and vegetable greenhouses on Allen Street, made a generous donation that allowed for the addition of a large gymnasium with an auditorium. It was around this time that two shower rooms—still visible today—are believed to have been installed in the basement, as they were needed with the addition of the gymnasium.

Ten new classrooms were also added, along with a library. The renovations also provided an opportunity to refurbish a large corridor located in the basement. In this somewhat mysterious passageway, built in 1908, were the three wood-burning furnaces that heated the building. Remodelled several times over the years, the story goes that students would sometimes take refuge there during particularly boring classes. And for more than forty years, it has been said that the “basement” has been haunted by ghosts...

The past may be mysterious, but a few very tangible remnants have been preserved. Even today, visitors can admire the granite arch of the former main entrance, located at the back of the auditorium stage.

As for the bell above the entrance, it dates back to the inauguration of the 1949 expansion. To mark the school's progress, the old handoperated bell was replaced at that time by a new one, this time electrically operated according to a programmed schedule announcing the opening of the school, recess periods, sporting events, and more.

In 1960, children from SheQord and South Stukely were integrated into the school. Once again, another expansion became necessary, and plans were drawn up over the following two years. The magnificent 1907 building became the heart of the new structure. Classrooms, game rooms, a cafeteria, and a brand-new home economics workshop were added. The new building was inaugurated on November 26, 1962. With only a few changes, this is essentially the building that still stands today, filled with memories and a long history.

There was, however, one final chapter. On September 11, 1969, Massey-Vanier Comprehensive High School opened its doors in Cowansville. Classes were offered in both French and English. Secondary school students from Waterloo were therefore transferred there, and Waterloo High School became Waterloo Elementary School (WES).

Our sincere thanks to Donald Kerr for the information, documents, and fascinating tour of the school. And may all the little Westies enjoy the unique place that is their elementary school!

CRÉER LE GOÛT

par : Guylaine Trachy

Avant de débiter mon article, j'aimerais vous inviter à m'envoyer des sujets qui vous intéressent liés à l'alimentation et que vous

aimeriez me voir développer. Vous pouvez transmettre vos suggestions à l'adresse suivante : panorama@journalpanorama.com

Créer le goût : un savoir-faire méconnu du Québec

On croise les arômes tous les jours sans vraiment s'en rendre compte. Ils se cachent dans nos yogourts, nos boissons, nos biscuits... pourtant, leur fabrication reste un univers mystérieux. Sur les emballages, on lit *arôme naturel*, mais derrière ces mots se trouve tout un travail de véritables « chimistes du goût ».

Un arôme, ce n'est pas une potion magique : c'est un mélange de molécules, pouvant être accompagné d'huiles essentielles ou d'extraits naturels. Rien d'inquiétant là-dedans : nous sommes faits de molécules, et nos aliments aussi. Ce sont elles qui donnent à la fraise son goût de fraise et à la pomme son goût de pomme. Certaines molécules sont tellement typiques qu'elles évoquent un fruit en un instant. L'acétate d'isoamyle sent la banane fraîchement épluchée. Le benzaldéhyde rappelle la cerise avec sa petite touche d'amande. Le cis3hexenol, lui, donne l'impression de croquer dans une pomme verte. Mais un arôme complet est bien plus complexe : il peut contenir des dizaines, parfois des centaines de molécules pour recréer un goût fidèle.

Pourquoi en ajouter dans les aliments? Tout simplement pour redonner du goût. Une purée de fruits chauffée pour fabriquer un yogourt perd une grande partie de sa saveur naturelle. Sans arôme, le yogourt goûterait à peine le fruit. Même chose pour les boissons ou tout produit soumis à la chaleur : les arômes servent à ramener la saveur à la vie.

Naturels ou artificiels? C'est toujours indiqué sur la liste des ingrédients. Un arôme naturel provient de molécules extraites de plantes ou de fruits. Un arôme artificiel, lui, est composé de molécules fabriquées en laboratoire pour imiter un goût. Rien d'alarmant, mais lire l'étiquette permet de choisir ce qu'on préfère.

J'ai eu la chance de travailler dans ce domaine fascinant, ici même au Québec. C'est en Estrie et en Montérégie que l'on retrouve quelques entreprises qui créent des arômes pour l'industrie alimentaire. Devenir aromaticien, c'est un peu comme devenir créateur de goût : il faut de la curiosité, de la patience, une bonne mémoire et une capacité à bien goûter. La formation dure cinq ans. Chaque matin pendant un an, sous la supervision d'un mentor, il faut goûter quelques molécules pour entraîner sa mémoire. Ce travail de mémorisation permet ensuite de créer des saveurs sur mesure : une pêche aux accents floraux, un mélange de petits fruits, une framboise fraîche ou plus confiturée. Chaque projet devient alors un petit défi créatif où l'on cherche à traduire une idée en goût. Les quatre autres années de formation sont une période de développement guidé qui prépare l'apprenti aromaticien à l'évaluation finale, une étape essentielle pour pouvoir rejoindre une association professionnelle telle que la *Flavor Chemist Association*.

L'aromatique, est un domaine où la science rencontre la création. Derrière chaque saveur que nous aimons se cache un savoir-faire patient, précis et souvent bien de chez nous. La prochaine fois que vous verrez *arôme* sur la liste d'ingrédients, vous saurez qu'il y a là un peu de magie, beaucoup de travail et de l'amour.

DON DES CHEVALIERS DE COLOMB DE WATERLOO



Les Chevaliers de Colomb ont fait don de 500.00\$ à l'initiative intergénérationnelle LE GOUT DE LIRE afin d'intéresser les jeunes à lire et écrire. De gauche à droite, Stoffel Moreau, de ce groupe, Stephen Sullivan, Grand Chevalier, Diane Lavoie, de ce groupe et Josée Archambault du Centre d'action bénévole.



Wilfrid-Léger a 50 ans!

Ça se fête... avec vous, anciens élèves et membres du personnel de W-L!

Lieu : École secondaire Wilfrid-Léger

Date : 25 septembre 2026

Heure : de 19h à 23h

Coût d'entrée : 20\$

Vous êtes attendus à l'école Wilfrid-Léger à compter de 19h et l'accueil se fera à la porte principale de l'établissement.

Achat de billets :

- **en ligne :** lafabriqueaprojets.ca

Pour chaque billet acheté avant le 20 septembre, vous recevrez un cadeau souvenir à votre arrivée.

Vous n'aurez qu'à donner votre nom à l'accueil.

- **sur place :** des billets seront disponibles le soir même.

Sur place, des boissons alcoolisées et non alcoolisées et des grignotines seront vendues au profit de l'école (financement de la rénovation du terrain de basketball extérieur).

Que vous soyez un élève actuel, un fier ancien élève, un membre du personnel (passé ou présent) ou un bénévole dévoué... **CETTE SOIRÉE EST POUR VOUS!**

Un demi-siècle d'histoires, de fous rires et de réussites, ça se fête en grand. Venez revivre vos plus beaux souvenirs et reconnecter avec de vieux amis lors de notre grande soirée retrouvailles!

Bienvenue à tous et à toutes!





A QUIET MONDAY IN OCTOBER.. THANKSGIVING

par : Angela Talbot

Thanksgiving in this country was never meant to be complicated. It was meant to mark the harvest and gather the

people you love before winter closed the roads.

Indigenous families gave thanks for the fall bounty long before any European set foot here. That is the oldest part of the story, and the truest. Later, explorers held services after hard voyages. Settlers brought harvest customs from home. After Confederation the government made a holiday of it, first in 1879, then on dates that wandered around the calendar. In 1957 they finally fixed it on the second Monday in October. Winter comes early in Canada. The dinner comes early too.

We keep the day because gratitude still needs a chair at the table. Thanks is not a speech. It is noticing that the cellar, or the fridge, is full. That the children grew another year. That someone still knows how you take your tea. In harder times, thanks meant you had enough to see spring. Now it means you stopped long enough to see the people in front of you.

Family is the rest of it. Not the polished kind. The real kind. The ones who come late. The ones who bring a dish you will eat out of love. The ones who fall asleep in the good chair after the pie. You set the extra place because that is what the day is for.

The old ways still work. Walk after dinner while the maples are burning themselves out. Pick apples if there are any left. Close the garden. Play cards on the kitchen table. Let



the young ones run in the leaves until their cheeks are red. Nobody needs a schedule. The afternoon will fill itself if you stay in the same house.

Say the thanks simply. For the food. For the roof. For whoever made it through another year and sat down beside you. Then do the dishes together. Pack a plate for the one who could not come.

That is the holiday. A harvest remembered, a family assembled, and a Monday that asks nothing more than that you notice both before the snow arrives.

LES PETITS BONHEURS DE L'ACTION DE GRÂCE

par : Linda Villeneuve

Il y a des journées que l'on aimerait pouvoir garder précieusement dans un écrin, pour les revivre encore et encore.

L'Action de Grâce fut une de ces belles journées où la famille s'est retrouvée autour de la table de notre grand-maman. Une maison remplie de voix, de rires, de souvenirs et de cette douce chaleur que seule la famille sait créer.

Toute la journée, petits et grands se sont retrouvés, partageant un bon repas, des histoires d'hier, des éclats de rires et de tendres moments. Et dans les yeux de grand-maman, il y avait peut-être le plus beau des cadeaux, soit voir sa famille réunie autour d'elle.

Ces instants si simples en apparence, deviennent avec le temps nos plus précieux souvenirs. Ils nous rappellent que le bonheur ne se trouve pas toujours dans les grandes choses, mais dans ces petits moments où l'on est simplement ensemble.

En cette Action de Grâce, nous avons beaucoup à remercier: la vie, l'amour, la famille, les amis, et surtout la chance de pouvoir encore nous réunir, partager et créer de nouveaux souvenirs.

Une famille réunie autour d'une même table, c'est un peu comme un morceau de bonheur que l'on emporte avec soi.

Et vous, quel souvenir avez-vous de cette journée, ..comment allez-vous fêter L'Action de Grâce..



299 Denison Est
(route 112)
Granby, Qc J2H 2R4
Tél. : 450 372-0067

CHIROPRATIQUE FAMILIALE



Dr André Paquin
Chiropraticien, D.C.
450 539-4999

566, rue de la Cour
Waterloo, Qc
J0E 2N0

GARAGE BAZINET & FILS inc.

54, rue Nord, Waterloo, Qc J0E 2N0

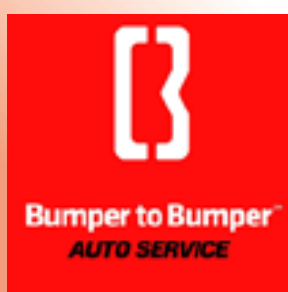
Tél. : 450 539-1144 / www.garagebazinetetfils.com

Air climatisé • Mécanique • Carrosserie • Pneus

Véhicule électrique • Alignement en 3D

PRISE DE RENDEZ-VOUS EN LIGNE
au www.garagebazinetetfils.com

Éric Bazinet,
propriétaire





FROM MOCK'S MILL TO WARDEN: 230 YEARS ON THE YAMASKA

par : Angela Talbot

How a Loyalist grist mill north of Waterloo became a village of 400

Warden, Quebec · La Haute-Yamaska · Founded 1795 · Incorporated 1916

Drive three kilometres north of Waterloo on routes 241 and 243 and the road drops toward the Yamaska Nord. Welcome to Warden: a compact village of about 400 people, almost ringed by Shefford, with Saint-Joachim-de-Shefford as its only other neighbour.

It is a quiet place now. Farms and woods fill most of its five square kilometres. But the streets still tell an older story — mills, two Protestant churches, a former hotel, and houses from the middle of the nineteenth century.

A mill, then a name

The first permanent settler arrived in 1795. Johannes Mock — a United Empire Loyalist. He had served in Jessup's Loyal Rangers in the American Revolutionary War. Britain offered land in the Eastern Townships. Mock took a lot on the Fifth Range of Shefford Township and put a grist mill on the river.

People called the spot Mock's Mill. Mock died in the district in 1815.

Around 1801, Colonel Paul Holland Knowlton bought the mill. The hamlet became Knowlton Falls. A post office opened under that name in 1851. By 1860 about 250 people lived there.

Then the name changed again. About 1858 the post office was renamed Warden, after a local man, Jack Warden. When the village broke away from Shefford Township on March 31, 1916, it kept that name.

Work, worship, and the railway

Water powered the early economy. After the mills came a tannery. In 1872 the Shaw company began making shoe soles in Warden.

Travellers came before the trains. Between 1852 and 1858 an inn known as the American Hotel served stagecoaches on the Granby–Richmond road. In 1864 it became a family house. The big upstairs room doubled as a classroom until the village Academy opened in 1875.

The South Eastern Townships Railway arrived in 1879 and a station went up. Methodists built a church in 1861. Anglicans finished St. John the Divine in 1891–92. Catholic families belonged to the parish of Saint-Bernardin in Waterloo.

A village of its own

Warden was once a strongly English-speaking place. In 1920, six residents in ten were of British origin. That is no longer true. Most households today speak French as a first language. An English-speaking minority remains.

The twentieth century brought rural consolidation rather than factories. Farming, woods, and local services carry the village now. The railway station is gone. A small park marks the site.

Cyclists pass through on Quebec's Route Verte. In spring, the river throws a short run of falls.

For a place this small, a lot of the nineteenth century is still standing: two churches, an inn, a collection of older and new homes, an original school house and the memory of the mill that first drew people to this bend in the Yamaska, over 230 years ago.



Sources: municipal and regional histories; Société d'histoire de la Haute-Yamaska heritage notes; published local accounts of Warden and Shefford Township.

Le Festival Court-circuit revient pour une 2^e édition et fera vibrer les familles de Brome-Missisquoi en novembre



par : Pascale Chassé
Renseignements médias



Après une première édition qui a permis de jeter les bases d'un nouveau rendez-vous culturel destiné aux familles, le Festival Court-circuit revient pour une deuxième édition, avec une programmation bilingue qui se déploiera à Lac-Brome, Sutton, Waterloo et Cowansville, du 8 au 15 novembre 2026.

Initié par le Théâtre de Lac-Brome, Court-circuit poursuit une ambition simple : faire de novembre un mois vivant, actif et stimulant pour les familles de toute la région, tout en créant des liens entre les organismes culturels et communautaires de Brome-Missisquoi.

Pour cette deuxième édition, plusieurs partenaires unissent leurs forces afin de proposer aux enfants et à leurs familles une véritable tournée de découvertes. Théâtre, cirque, conte, littérature, radio, ateliers créatifs, danse, art visuel et activités participatives composent une programmation où les jeunes sont invités à regarder, mais surtout à créer, bouger, imaginer, jouer et participer.

Un festival bilingue à l'image de notre région

Une programmation qui fait circuler les familles dans la région

L'esprit du Festival Court-circuit est dans son nom : inviter les familles à circuler d'une ville à l'autre, d'un lieu culturel à l'autre et d'une expérience à l'autre.

Le 8 novembre : une journée entièrement en anglais

Le dimanche 8 novembre, Court-circuit proposera une journée entièrement consacrée à une programmation en anglais.

À Brome Lake Books, Sheila Quinn fera la lecture de *Dick the Delightful Duck*, de Kaye Umansky. Les enfants pourront ensuite profiter du spectacle *Pekka* suivi de *Fire.Stones. Stories*, *Around the fire, a story comes to life... with you!*, une expérience immersive où les histoires prennent forme au gré des choix du public au Théâtre de Lac-Brome.

Du 12 au 15 novembre : place à la programmation en français

Le Festival Court-circuit se poursuivra ensuite en français avec une série de spectacles et d'activités destinés aux enfants et à leurs familles.

Festival Court-circuit se poursuit dans la région

À Sutton, Cirkaz invitera les jeunes à découvrir ou redécouvrir différentes disciplines du cirque à travers des ateliers de jonglerie guidés par une artiste professionnelle. Et DesPrés propose *La libellule* et *l'urubu*, une présentation de Mériel Lehmann et Charles Sagalane, avec les enfants de l'école de Sutton et les résident-es de la Villa des Monts.

À Cowansville, Sur la scène Davignon présentera *Théo et Alex le lutin*, un conte interactif où l'imaginaire prend vie grâce à la participation des enfants, qui deviennent eux-mêmes créateurs de l'histoire.

À Waterloo, la Maison de la culture accueillera *Gabzy c'est du gâteau*, un spectacle de cirque où jonglerie, équilibre, humour et participation du public se rencontrent dans l'univers complètement déjanté d'un pâtissier pas comme les autres.

Faire de novembre un rendez-vous pour les familles

Avec cette deuxième édition, le Festival Court-circuit souhaite s'ancrer encore davantage dans la région et devenir progressivement un incontournable du mois de novembre pour les familles de Brome-Missisquoi.

Festival Court-circuit – 2^e édition Du 8 au 15 novembre 2026

Lac-Brome • Sutton • Cowansville • Waterloo
Programmation en français et en anglais

Le Théâtre de Lac-Brome tient à remercier chaleureusement le Conseil des arts et des lettres du Québec (CALQ), la Ville de Lac-Brome et Patrimoine Canadien pour son soutien à la réalisation de cette deuxième édition du Festival Court-circuit.

Le Festival tient également à souligner l'engagement et la précieuse collaboration de ses partenaires de programmation : Leporello, Brome Lake Books, Cirkaz, la Maison de la culture de Waterloo, Sur la scène Davignon, CIDI, DesPrés et Hors-Cadre.

Nous remercions les artistes et producteurs présents au Festival Court-circuit : les Productions Josée Allard, Productions Marie-Chevrier, Le Petit Théâtre de Sherbrooke et le Théâtre les petites âmes et Production Les Incomplètes



LE FESTIVAL HARMONIES CELTIQUES DANS LES CANTONS DE L'EST: UNE INVITATION À TOUS

par : Kelly-Ann Ferrigan

Rendre la culture accessible

La rentrée scolaire est faite, les feuilles commencent à changer de couleur, la nature déployant toute sa splendeur et le Festival Harmonies Celtiques sera de retour dans les Cantons de l'Est du 3 au 11 octobre 2026. Les événements de ce festival nous invitent à prendre le temps de découvrir les talents des artistes venus d'ici et de loin et célébrer le meilleur de nos traditions. Avec ses racines dans les pays Celtiques d'Europe (Irlande, Écosse, Bretagne, pays de Galles, Île de Man, Cornouailles, Galice et Asturies), la musique qu'on entend au festival peut être purement traditionnelle mais aussi emprunter les voies contemporaines du jazz, fusion et folk.

Les organisateurs tiennent à faire rayonner les talents des musiciens. Ils organisent des visites scolaires lors du festival, et les jeunes peuvent découvrir les virtuoses de la gigue et du violon. En 2025, le grand public a pu faire un cours de yoga doux accompagné par une harpiste; cette année il y aura encore une activité de méditation avec Cécile Delage, harpiste bretonne. La promotion du bien-être et de la connexion avec le monde naturel est au cœur des valeurs profondes de l'équipe organisatrice.

Partager une expérience unique

Dans une ambiance informelle et décontractée, au restaurant comme au pub, il y aura quatre sessions irlandaises en fin d'après-midi où tous les musiciens qui connaissent le répertoire traditionnel peuvent jouer ensemble. Pour le grand public, il faut savoir que les sessions ne sont pas des concerts – ce sont des moments de rassemblement à vivre et à partager.

Chaque jour du festival voit aussi une belle offre d'ateliers participatifs pour des curieux de tous horizons. Les musiciens partageront au sujet de la composition, des techniques de guitare, de violon et de bodhrán; il y aura des discussions à propos des ressemblances entre la musique traditionnelle d'Irlande et du Québec, mais aussi du Cap Breton et de l'Île-du-Prince-Édouard; des séances de chants et harmonies; une introduction à l'irlandais et même des ateliers de danse bretonnes et québécoises.

Des soirées avec des virtuoses

Les concerts de soir sont des opportunités exceptionnelles de faire la rencontre de musiciens de grand talent. Flûte, guitare, violon, cornemuse irlandaise, violon, accordéon et podorhythmie - il y aura même des danseuses irlandaises sur scène! L'harmonie de ces collaborations a quelque chose d'apaisant. La programmation est toujours pensée pour inspirer les spectateurs dans la fougue et la virtuosité des musiciens avec leurs instruments, les traditions de chants régionaux et des éléments de l'histoire et de la mythologie. À travers les traditions, ensemble, on partage quelque chose dont on se souviendra longtemps.

Fête de clôture à Waterloo

À la fin du festival, les spectateurs de la région sont conviés à notre Maison de la

Culture à Waterloo le dimanche 11 octobre pour le spectacle de clôture, réunissant plus d'une quinzaine d'artistes – (avec la promesse de quelques surprises en plus!) pour célébrer le voyage des traditions musicales à travers mers et océans, tricotant et tissant ensemble des histoires et des mélodies. Je ne peux pas imaginer un plus bel endroit pour accueillir ces artistes venant de l'Irlande, de Suède, de l'Écosse et de l'Île-du-Prince-Édouard, et aussi de partout au Québec. On se retrouve là-bas, le 11 octobre !



*Seamus & Caoimhe, duo de Connemara, Irlande
voix, harpe irlandaise, violon, low whistle et bodhrán*

VOTRE PLUME A UNE HISTOIRE À RACONTER!

Vous aimez écrire, observer, questionner et faire découvrir? Notre journal souhaite accueillir de nouveaux écrivains et journalistes bénévoles afin de diversifier ses contenus et de faire entendre de nouvelles voix. Portraits, chroniques, histoires humaines, culture, arts, découvertes, environnement, bien-être ou sujets insolites : laissez parler votre curiosité et votre imagination!

Pas besoin d'être journaliste professionnel : une bonne plume, des idées et le plaisir de partager suffisent.

Si cela vous intéresse envoyez un courriel à : panorama@journalpanorama.com



Couturière

Carole Ferrer
77 chemin de Fulford
Shefford

Atelier / Boutique
Mercredi, jeudi et vendredi
entre 10h et 16h
ou sur rendez-vous

Carole: 514 718-2342

www.caroleferrer mosaiste.com



SAISON 2026-2027 AVEC UNE ÉQUIPE COMPLÈTE, LES MAROONS VISENT LES SOMMETS

par : Yvan Cliche

La saison de la ligue de hockey sénior élite 2026-2027 s'est ouverte samedi 19 septembre 2026 à l'aréna Jacques-Chagnon, alors que les Maroons de Waterloo accueillent les Rapides de Rivière-Rouge, une nouvelle formation au sein de la ligue.

Le match a tourné au festival offensif. Les Maroons l'ont finalement emporté par la marque de 11-7, notamment grâce à l'apport offensif de Marc-Antoine Benoit, auteur de quatre buts !

Des attentes élevées cette année

La dernière saison 2025-2026 ne s'est pas terminée de la meilleure façon pour les Maroons. L'équipe a été éliminée en quart de finale, dans une série 3 de 5, après avoir pourtant remporté de façon convaincante le premier match.

Cette élimination hâtive a laissé un goût amer, tant chez les joueurs que chez les partisans. Farnham a finalement remporté les grands honneurs de la saison 2025-2026.

À sa première expérience à la barre de l'équipe, l'entraîneur Jean-François Coutu a rapidement constaté l'importance de l'assiduité des joueurs. Dans le hockey sénior, plusieurs doivent parfois déclarer forfait en raison d'obligations professionnelles ou familiales. Ces absences peuvent considérablement compliquer la création d'une véritable cohésion d'équipe et, ultimement, nuire aux performances sur la glace.

L'entraîneur Coutu insiste également sur l'importance d'une communication saine, constante et régulière avec les joueurs, particulièrement avec les vétérans. Un exercice qui demeure perfectible, mais qui n'est pas simple : chaque athlète est différent et ne réagit pas nécessairement de la même façon.

« Cette saison, on a un bon mix de jeunes et de vétérans, et ce sera notre rôle, aux entraîneurs, de créer une bonne chimie. Je suis optimiste : je crois que nous serons très compétitifs et que nous connaîtrons une très bonne saison. Les joueurs sont conscients de jouer à Waterloo, pour une belle concession de hockey sénior. Nous sommes choyés. »

Une formation renforcée

Pour la saison 2026-2027, Jean-François Coutu souligne le bon travail du directeur général Francis Charrette, qui a réussi à bâtir une formation de qualité, tout en obtenant des joueurs un engagement plus ferme à être présents au plus grand nombre de rencontres possible.

Cette présence accrue pourrait s'avérer particulièrement importante cette saison, alors que la compétition s'annonce plus relevée en raison de la diminution du nombre de formations. La ligue est en effet passée de 10 à 8 équipes. Parmi les changements importants, les formations de Bedford et de Cowansville ont fusionné pour rejoindre la Ligue sénior AAA.

Durant la saison morte, plusieurs joueurs des équipes dissoutes ont donc rejoint d'autres formations, dont les Maroons.

L'équipe de Waterloo a notamment fait de Xavier Baillargeon, un marqueur naturel provenant de Bedford, son tout premier choix au repêchage. Baillargeon avait récolté 10 buts et 14 passes en 17 matchs la saison dernière.

Jeremi Janneteau, qui évoluait auparavant avec la formation de Sainte-Martine, a pour sa part été nommé capitaine des Maroons.

L'entraîneur estime que les Maroons disposent cette année d'une formation plus aguerrie, avec plusieurs solides vétérans qui ont véritablement à cœur le succès de l'équipe. Il n'hésite d'ailleurs pas à afficher ses ambitions : voir les Maroons terminer au sommet, ou à tout le moins à proximité de celui-ci, au terme de la saison régulière.

L'objectif est clair : faire partie du top 3 des formations de la ligue.

Les Maroons ont par ailleurs nommé Collin Côté au poste d'entraîneur adjoint. Un choix qui ajoute une touche locale au personnel d'entraîneurs, Côté étant lui-même un ancien joueur des Maroons.

Deux divisions

Autre nouveauté cette saison : la ligue est désormais divisée en deux sections.

Les Maroons évoluent dans la division Sud, en compagnie des formations d'Acton Vale, de Farnham et de Sainte-Martine.

Avant

Après

ENTREPRENEUR SPÉCIALISÉ

Pour tous travaux de rénovation: rallonge, sous-sol, salle de bain, installation portes et fenêtres, bois franc, céramique, plancher flottant, deck de piscine et travaux de finition.

Avant

Après

Rénovation salle de bain

Galerie/Patio/Deck

ESTIMATION GRATUITE GRANBY ET RÉGION

Nous joindre : **450 375-6023**

Courriel : robinduchesne40@gmail.com

Suivez-nous sur



Photo : Yvan Cliche

Ouverture de la saison 2026-2027 des Maroons de Waterloo.



YLC'S Alphabits: Patient Navigator, a New Service to Help English-Speakers Navigate the Healthcare System

By : Emilee Veluz

October is health literacy month. It's a great time to focus on our health and stay updated on how we find the help that we need. Navigating the health and social services system can be challenging. However, there is a new program called, **Patient Navigator** that can support your journey. We asked Isabelle Bazin, the new Patient Navigator, a few questions, so she can explain the program.

Q: What is a Patient Navigator?

A: A Patient Navigator is someone who helps English-speaking residents feel more comfortable and supported when accessing health and social services. Many people find appointments stressful, especially when there is a language barrier or when they are receiving a lot of important information about their health. The Patient Navigator is there to support clients before, during, and after appointments, helping them better understand what is being discussed so they can feel more confident making informed decisions about their own health. The Patient Navigator also acts as a bridge between the client and healthcare professionals, helping ensure communication is clear and that everyone is working together toward the best possible care. Most importantly, the role helps people navigate a healthcare system that can sometimes feel overwhelming and difficult to understand.

Q: Who created the program and why?

A: The Patient Navigation Network was created by the Community Health and Social Services Network (CHSSN) with funding from the Secrétariat aux relations avec les Québécois d'expression anglaise (SRQEA). The goal is to help address some of the challenges English-speaking Quebecers can face when accessing health and social services and to ensure they have support when they need it.

Q: What can a Patient Navigator help with?

A: A Patient Navigator can help clients prepare for medical appointments; to better understand the information they receive from healthcare professionals, complete certain forms, and find community resources that may be helpful to them. They can also accompany clients to appointments and provide support before and after visits. My role is to help people feel more comfortable and confident navigating the system.

Q: Is this program available in English?

A: Yes. The service is designed to support English-speaking Quebecers or those who are more comfortable in English.

Q: Does the Patient Navigator program cost anything?

A: The service is completely free.



September 8, 2026 marked the 60th anniversary of International Literacy Day! This day was proclaimed by UNESCO in 1966 to remind policy-makers, practitioners, and the public of the critical importance of literacy for creating a more literate, just, peaceful, and sustainable society. YLC celebrated over 45 years supporting English-speakers in Brome-Missisquoi and Haute-Yamaska with partners and community members at the Three Pines Café. They also honoured author, Louise Penny for 20 years of unwavering support as honorary patron of YLC.

Q: Is it available in the Haute-Yamaska and Brome-Missisquoi regions? If so, where?

A: Yes! The Patient Navigator program in partnership with Townshippers' Association, provides services to English-speaking residents throughout the Estrie region. If someone lives outside of Estrie, we can still help connect them with a Patient Navigator serving their area.

Q: If someone is interested in getting more information or would like to use the service, who do they contact in Haute-Yamaska and Brome-Missisquoi?

A: Anyone interested in learning more about the service or discussing their needs can contact Isabelle Bazin directly through Townshippers' Association. She would be happy to explain how the service works and discuss how she may be able to help.

Email: patientnavigator@townshippers.org

Telephone: (819) 349-4972

Q: Is there anything else you would like to add?

A: "One thing I'd like people to know is that there is no limit to how often someone can use the service. Health concerns and appointments do not happen just once, and questions often come up along the way. Whether someone needs support for a single appointment or ongoing care, I'm here to help. While I do not provide transportation services, I can connect people with community resources that may be able to assist." -Isabelle

Now that you are familiar with the Patient Navigator, be sure to contact Isabelle Bazin at the Townshippers' Association if you or someone you know may require assistance navigating the social services or health system. You can also visit us at our YLC Waterloo office, 5403 rue Foster or contact us at emileeveluz@yamaskaliteracy.ca or 450 204-2787.

LA CRÉATIVITÉ ET LA PLEINE CONSCIENCE : DE LA PLACE POUR L'APPRENTISSAGE

Par : Kelly Ann Ferrigan, tricoteuse invétérée

Se centrer, se déposer. Apprivoiser le stress et l'anxiété : les travaux d'aiguille sont tout indiqués pour nous rappeler

d'être à 100% présent pour ce qu'on est en train de faire. Le monde extérieur peut être chaotique, et les événements hors de notre contrôle : conflits, nouveaux défis, le prix de l'essence, une chicane avec mon enfant, les brassées de linge qui s'accumulent et les taux d'intérêt à la banque... Les paramètres clairs et les possibilités nous laissent juste assez d'espace pour explorer, en portant notre attention avec intention, et sans juger la méthode ou le résultat, en laissant nos mains pratiquer et construire, une maille à la fois.

Quand j'ai écrit 'sans juger la méthode ou le résultat,' j'ai en tête un nœud bien particulier. La recherche de la perfection est à bannir ! Il faut se poser la question : pourquoi donc on s'impose des soi-disant 'standards,' pourquoi on met la barre si haute quand on embarque dans une nouvelle pratique? On est entouré d'exemples de produits de piètre qualité. Notre mode de consommation nous laisse croulant sous des montagnes de vêtements mal coupés et mal assemblés. Il faut faire preuve de grâce, et s'accorder le temps de débiter et de progresser si l'on veut faire de la couture, du crochet, ou de la broderie. Les premières mailles ne seront jamais symétriques, égales, 'parfaites.' Mais il ne faut pas non plus les juger: ce sont les traces de notre humanité. Et on peut y mesurer nos progrès au fur et à mesure qu'on avance. Et à la fin : pouvoir porter fièrement quelque chose que l'on a fait soi-même? Ça n'a pas de prix.



École du 3^e rang
VIGNOBLE | CIDRERIE

AUTO-CUEILLETTE
POMMES | POIRES | RAISINS | PRUNES

Aussi disponibles :
CIDRE | VIN
LIQUEUR DE POIRE

450 539-5467
511, 3^e rang Est, Saint-Joachim-de-Shefford
Du jeudi au dimanche de 10h à 17h
www.ecoledu3iernerang.com

**Pharmacie R. Ferrier, S. Fiset
et D. Rodriguez**

membre affilié à
Proxim



Rodolphe Ferrier Stéphane Fiset Damien Rodriguez

**SERVICES INFIRMIERS
ET
PRISE DE SANG**

5351, rue Foster, Waterloo | **450 539-1686** | Fax : 450 539-5154

**Pour des soirées
inoubliables...**

Miami Miami!  **Waterloo**   **ON A TOUT CE
QU'IL FAUT!**

L'Exit
La région des Zébrés

visitez notre site web
pour consulter les calendriers!

Mdjexit.ca  

 **Mdj L'Exit de Waterloo**
Email: exitdewaterloo@gmail.com

Saint-Joachim-de-Shefford
567 1^{er} rang ouest
450 539-2222

Waterloo
350 Rue Waterloo
450 539-4578



Halloween



**Vos supers héros, vos princesses et vous,
êtes invités à venir courir l'Halloween chez
Santé Courville**
5305, ave Courville, Waterloo
Le samedi, 31 octobre
De 17h30 à 19h

