

# Le Reflet

du canton de Lingwick

www.lereflet.org

Volume 29 numéro 1 février 2015

**La vie au village, 7**

**Souper perchaudes, 19**

***Plaisirs d'hiver 2015, 10***

**La solidarité lingwickoise, 3**

**Un départ suivi d'une arrivée, 5**

# Sommaire

La solidarité lingwickoise	3
Retour sur notre politique d'information	4
Un départ suivi d'une arrivée	5
25 mars, 19 h 30, assemblée générale annuelle du Reflet	6
La vie au village	7
Lingwick, c'est dynamique. - Erratum	8
L'importance du déjeuner	9
Coup de chapeau - <i>Plaisirs d'hiver 2015</i> - Remerciements	10
Un coup de maître à refaire - Alzheimer et gérer ses biens	11
Paniers de Noël - Les amoureux	12
Monsieur Jean Rousseau - Le Reflet en cadeau et dates de tombée	13
Remerciements à ses bénévoles - Une chorale? - Livre de recettes	14
Calendrier des activités	15
Des boîtes de jardin - Naissance - Le gagnant ou la gagnante est ...	17
Politique familiale et municipalité amie des aînés	18
Souper perchades - Moisson Haut-Saint-François	19
Portes ouvertes à la cité-école Louis-Saint-Laurent	20
Les explorateurs de la cité-école - Pensée	21
<i>Un lunch presque parfait</i>	22
Transport du Bonheur et transport collectif	23
Contexte motivant - Nouveaux services pour les familles du HSF	24
Février 1995	25
Librairie mobile - Développer le langage	26
Observations de Mme météo	27
Activités de Virage Santé mentale et soirée 30 <sup>e</sup> anniversaire	28
Infections transmissibles sexuellement/Sexually transmitted infections	28
Cliniques d'impôt - Income tax Clinics - Rappel de poussettes	29
Journée internationale des femmes et Marche mondiale des femmes	29
Anniversaires - Sites Web de chez nous - Maisons à vendre	30
Centre culturel de Weedon	30
Sympathies - Prompt rétablissement - Le radon/The Radon	31
Campagne de recrutement de membres pour Le Reflet	32
Nos annonceurs : 2, 16, 32, 33, 34, 35, 36	

Page couverture : **Pont couvert McVetty-McKenzie, à Gould**

Photo : **Manon Rouso**

## Le Reflet du canton de Lingwick

72, route 108,  
Lingwick, QC, J0B 2Z0  
Téléphone : 819 877-3560 (boîte vocale.)  
**Courriel: [info@lereflet.org](mailto:info@lereflet.org)**  
**Site Web : [www.lereflet.org](http://www.lereflet.org)**

### Prochaine parution

Tombée : 2 mars 2015  
Parution : 16 mars 2015

Périodicité : 9 fois l'an / 290 exemplaires  
Dépôt des articles : par courriel, par la poste ou dans la boîte du journal au Marché Bernadin.

### Abonnements

Chèque au nom du Reflet, 72, route 108  
Lingwick, QC, J0B 2Z0. 35 \$ pour un an.  
Responsable, Geneviève Lussier 877-2919  
Courriel : [graphalba@gmail.com](mailto:graphalba@gmail.com)  
4 \$ l'unité (commander tôt)  
1 \$ pour devenir membre individuel (pour soutenir)  
Organismes membres : parution de vos articles

### Publicité

Suzanne Paradis 877-5145  
Courriel : [suzanne@infomessely.qc.ca](mailto:suzanne@infomessely.qc.ca)  
122, route 108, Lingwick, QC, J0B 2Z0  
25 ou 50 \$ (carte professionnelle N&B ou couleur)  
5 \$ petite annonce N&B (30 mots maximum)  
10 \$ pour 1/8 de page N&B ou 20 \$ couleur  
20 \$ pour 1/4 de page N&B ou 40 \$ couleur  
35 \$ pour 1/2 page N&B ou 70 \$ couleur  
60 \$ pour 1 page N&B ou 120 \$ couleur  
Vœux des fêtes : 1/2 page, 55 \$; 1/4 page, 30 \$ (N&B)

### Services

Urgence - Ambulance - Incendie 911  
Info-Santé 811  
Sûreté du Québec 310-4141  
Magasin général, bureau de poste 877-2511  
Caisse Desjardins des H-B 1 866 389-1325  
CLSC de Weedon 877-3434  
Canton de Lingwick 560-8422  
Presbytère à Weedon 877-2566

### Conseil d'administration

Daniel Pezat, président 877-2388  
René Rousseau, vice-président 877-5167  
Manon Bolduc, secrétaire 877-3019  
Suzanne Paradis, trésorière 877-5145  
Linda Marcoux, directrice 877-5116  
André Mathieu, directeur 877-2656  
Catherine Bouffard, directrice 877-3891

Suzanne Paradis, journaliste accréditée à l'AMECQ

Dépôt légal 2015 Bibliothèque nationale du Québec

**Réagissez à nos articles : [www.lereflet.org](http://www.lereflet.org)**

Le Reflet reçoit l'appui de  
**Culture  
et Communications**  
**Québec**



**AMECQ**  
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS  
COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC





# La solidarité lingwickoise

Catherine Bouffard

**Quand je repense à la journée du 6 décembre 2014, il se passe quelque chose dans mon cœur, même après plus de deux mois. Et je sais que je ne suis pas la seule à qui ça arrive.**

Dès la première réunion pour nous faire part du projet, l'enthousiasme que les gens présents démontrent ne peut laisser personne indifférent. Il se passe quelque chose, quelque chose de merveilleux. En pensant au Village de Noël à venir, une douce folie m'habite, ça me donne le goût de faire mon sapin dès le début du mois de novembre; ce qui n'est pas habituel pour moi!

Les jours passent, le 6 décembre approche de plus en plus. On est fébrile. Chaque organisme prépare son kiosque, son activité. Les organisateurs nous supportent. On décore le village à coup de fins de semaine, selon notre disponibilité. Chaque rencontre est empreinte de joie, d'échanges, de bonne humeur.

Ce plaisir à se côtoyer pour faire de cette journée une réussite. Ne comptant pas les heures ni les jours. Pour certaines personnes, ça a été un investissement à temps plein durant les dernières semaines. Je vous en remercie.

Le grand jour arrive enfin! Tout le monde est là, les bénévoles comme les visiteurs. Tous ont un grand plaisir à faire partie de la fête. Même le père Noël sent cette fébrilité qui nous habite, cette solidarité qui nous soude les uns aux autres. Le lende-

main matin, à  $-15^{\circ}\text{C}$ , on enlève quelques déco. On termine le tout quelque part en janvier. Encore une fois, dans la bonne humeur et les souvenirs, cette fois. Seul vestige qui reste, notre Nounours, grand et fier de la fête au village.

Cette solidarité, ces gens qui mettent tout leur cœur pour créer une journée mémorable me rappelle l'ambiance qui régnait quand il y avait la grosse fin de semaine des Gais Lurons. Je revoie ma mère et ses coéquipiers planifier, organiser et s'assurer que tout se déroule comme prévu pour recevoir des gens venus de partout.

Ce plaisir  
à se côtoyer  
pour faire  
de cette journée  
une réussite.  
Ne comptant  
pas les heures  
ni les jours.

Cette solidarité, je l'ai constaté au Village de Noël, mais je sais qu'elle existe aussi à plus petite échelle. À l'intérieur de chaque organisme ou de groupes de personnes, d'amis. Je pense à des personnes au grand cœur qui vont visiter des amis malades. Je pense aussi à ceux qui offrent d'aller reconduire quelqu'un parce qu'il ou qu'elle ne possède pas d'auto.

Toutes ces petites attentions qui font du bien au cœur de celui qui reçoit autant qu'à celui qui donne. Je la vois aussi lors de l'organisation des brunchs ou des tournois de base-ball poches pour ne nommer que ceux-là. Cette solidarité qui nous est propre, avec laquelle nous nous nourrissons.

Je ne vous apprend rien en vous disant que nous sommes une petite municipalité de 464 habitants, selon le site Web de la municipalité. De ce nombre, au moins 10 % sont bénévoles dans le canton. Donc au moins 46 personnes. En comparaison avec Sherbrooke qui compte 159 448 habitants, ont-ils 15 945 bénévoles? J'en doute.

Mon travail m'a amené à m'expatrier en dehors du canton pour plus de vingt ans. Par contre, j'avais besoin d'y revenir régulièrement pour me ressourcer, voir les miens. Respirer le bon air de la campagne, en ne sachant pas que j'allais revenir y vivre. La vie en a décidé autrement et j'en suis bien contente. Oui, je suis fière de vivre ici, de m'impliquer dans la vie communautaire de notre beau canton. Un très grand merci à tous ceux et celles qui ont à cœur un canton où il fait bon vivre. Je suis heureuse de vous côtoyer.

Je serai assurément là le 5 décembre 2015 pour répéter l'événement. Et vous, y serez-vous? Pour entretenir la magie, Valentine fait de beaux yeux à tous les passants. R



# Retour sur notre politique d'information

Depuis 1987, votre journal communautaire Le Reflet vous tient au courant, au fil de ses parutions, des nouvelles de chez nous. Avec le temps, et au hasard des événements, des textes nous parviennent de la population. Votre journal les a toujours publiés.

À l'occasion, il y a eu des plaintes concernant les modifications apportées à des compositions. Ces rectifications répondent toujours à des règles reconnues dans l'écriture et l'édition journalistiques : bienséance, politesse, respect des personnes, orthographe, longueur des textes, etc.

Aujourd'hui, Le Reflet, pour favoriser une meilleure compréhension de son fonctionnement, publie de nouveau son code d'éthique, remis à jour le 18 août 2010. Cette démarche n'a qu'un but : favoriser une libre information dans le respect des droits et libertés de chacun.

Au plaisir de vous lire et de vous publier.

*La rédaction*

## **Politique d'information du journal communautaire Le Reflet du canton de Lingwick**

### **-1- Identité**

1.1 Il n'est pas relié à un parti politique, ni à un organisme gouvernemental ou religieux.

### **-2- Contenu et priorités**

2.1 Il privilégie la couverture de l'actualité locale et régionale.

2.2 Il aborde les sujets nationaux et internationaux par le biais de leurs répercussions locales.

2.3 Il favorise l'expression des gens qui ont peu ou pas accès aux médias traditionnels.

2.4 Il est un lieu d'apprentissage et de formation; c'est un médium ouvert aux apports de la collectivité.

2.5 Il analyse la réalité en fonction des intérêts et de l'amélioration de la qualité de vie de la population locale.

2.6 Il fait la promotion des initiatives du milieu.

2.7 Il contribue au développement culturel, économique et social du milieu et est un outil de promotion et de développement.

2.8 Il se réserve le droit de refuser, de reporter la publication d'un article, d'abrégé et de corriger tout texte qui ne respecte pas les critères d'intérêt collectif, de la tombée ou du volume du journal.

2.9 Les textes, une fois déposés au journal, deviennent la propriété du journal.

### **-3- Contenu et rubriques**

3.1 Les textes doivent être signés. Les opinions émises ne doivent cependant pas attenter à la réputation de quiconque.

3.2 Dans tous les textes publiés, pour en faciliter la lecture le masculin sera généralement employé.

3.3 Il se réserve le droit de refuser les articles ou publicités de nature sexiste, raciste, militariste ou tendant à manquer de respect envers les lecteurs du journal.

3.4 Les articles provenant de groupes seront identifiés par le nom de l'auteur et le nom du groupe.

3.5 Les rubriques seront présentées en fonction de leur genre : actualité, reportage, chronique, commentaire, billet, tribune libre, communiqué, dossier, etc.

3.6 Il se réserve le droit de publier les communiqués en fonction de l'intérêt collectif de l'article pour le public cible et de l'espace disponible. La priorité est accordée aux organismes membres du journal communautaire.

3.7 Il publiera dans une rubrique spéciale les différentes activités du milieu.

3.8 Les textes d'opinion envoyés au journal doivent être signés; l'adresse et le numéro de téléphone sont requis pour les dossiers du journal seulement. Le journal se réserve le droit d'abrégé les textes trop longs et de ne pas publier les lettres portant atteinte aux droits et libertés des individus et des collectivités.

### **-4- Éthique publicitaire**

4.1 La publicité devra laisser préséance à l'information, en particulier dans les premières pages du journal. R



# Un départ suivi d'une arrivée

Suzanne Paradis

## Directeur général

**M**. André Martel a annoncé le 15 décembre dernier aux membres du conseil municipal son départ pour relever un autre défi. Une offre d'emploi a été formulée et un comité de sélection a été formé par le maire, le directeur général actuel et quelques conseillers. 25 candidatures ont été reçues et 6 personnes ont été rencontrées. Mme Josée Bolduc sera donc la directrice générale de notre municipalité avec un salaire de 48 000 \$ par année durant la période de probation de 4 mois et 50 000 \$ par année par la suite.

## Indexation des salaires

L'indice des prix à la consommation étant en décembre de 1,1 %, les élus et les employés de la municipalité recevront l'indexation de leurs salaires.

## Budget

La présentation du budget s'est faite le 15 décembre dernier. Sa présentation par *Power Point* a facilité grandement sa clarté et sa compréhension. Vous en avez reçu un exemplaire par média poste.

## Réparations

Une soumission de 1 293 \$ a été acceptée pour la réparation du panneau d'alarme incendie au centre municipal.

## Terrain pour fin commerciale

Des critères ont été élaborés pour l'utilisation du terrain commercial de la route 108. M. Raymond Houle s'est offert gratuitement pour faire

du démarchage, un jour semaine, en vue de trouver des commerces ou des industries désirant s'installer à Lingwick. Ses frais de kilométrages seront défrayés par la municipalité.

## Assurances

La prime des assurances de la Mutuelle des municipalités du Québec (MMQ) pour 2015 sera de 11 433 \$ comparativement à 11 244 \$ en 2014. La mutuelle nous fera parvenir une ristourne de 1 664 \$ en 2015.

## Infotech

Achat d'une banque de 14 heures de formation au coût de 980 \$ plus les taxes.

## Maire suppléant

Mme Caroline Poirier agira comme maire suppléant pour les mois de mars, avril, mai et juin.

## Voirie

- Le Programme d'aide à l'entretien du réseau routier local est de 147 994 \$ par année et cela depuis la remise de la route 257 à la municipalité par le ministère des Transports du Québec (MTQ) en 1993. Aucune augmentation du budget depuis cette date.

- Le coût du balayage des rues sera de 1 525 \$ plus les frais de transport et les taxes; l'achat de sel à déglacer a été de 3 602 \$ plus les taxes.

- Achat et installation de 4 caméras de surveillance au garage municipal au coût de 1 694 \$ plus taxes.

## Incendie et sécurité publique

- Achat d'équipement comprenant

un habit de combat pour le directeur incendie par intérim, un détecteur de CO<sub>2</sub>, des casques blancs et rouges et de sacs pour mettre les équipements au montant de 5 135 \$ plus taxes. Mme Manon Rousseau inscrit sa dissidence en regard de l'achat de l'habit de combat.

- M. Jacques Rousseau démissionne comme pompier volontaire. MM. Richard Gosselin et Casey Sylvester sont embauchés comme pompiers volontaires. Ils recevront les cours de sécurité et prendront part aux pratiques du dimanche. Ils seront en probation pour 6 mois.

- Achat d'une radio portative analogique et numérique au coût de 995 \$ plus taxes.

- Une demande d'entraide automatique des pompiers demandée par Scotstown est acceptée par le conseil. Nos pompiers volontaires iront les assister automatiquement.

- Le directeur général a transmis, aux membres du conseil municipal et au directeur par intérim du service incendie, les heures effectuées par chaque pompier volontaire concernant les pratiques, les interventions, les inspections et l'entretien des équipements.

## Travaux au centre municipal

La phase II des travaux au coût de 9 400 \$ comprendra entre autres l'installation de mains courantes dans les escaliers, de gypse dans la sortie d'urgence au sous-sol et autres travaux afin de rendre le bâtiment conforme aux normes de sécurité. Les travaux devront être faits avant la fin mars et bénéficient d'une subvention de Développement Économique Canada.

Suite page 6

## Avis de convocation

Assemblée générale annuelle des membres du journal communautaire Le Reflet,  
**le mercredi 25 mars 2015, à 19 h 30,**  
à la salle communautaire du centre municipal, 72, route 108, Lingwick.

### Ordre du jour :

- |   |   |
|---|---|
| 0- Ouverture de l'assemblée   | 4- Présentation des états financiers 2014           |
| 1- Lecture et adoption de l'ordre du jour                                       | 5- Période de questions                             |
| 2- Lecture et adoption du procès-verbal de l'assemblée générale du 26 mars 2014 | 6- Varia  |
| 3- Présentation du rapport de la présidence                                     | 7- Élection des membres du conseil d'administration |
|   | 8- Levée de l'assemblée                             |

Tirage de prix de présence et collation.

Veillez noter que seuls les individus et les représentants d'organismes en règle auront le droit de vote à l'assemblée générale annuelle.

Cartes de membres au coût d'un dollar en vente à l'entrée.  
Bienvenue à tous.

*Conseil d'administration du journal communautaire Le Reflet du canton de Lingwick*

## Un départ suivi d'une arrivée, suite de la page 5

### Politique familiale

Pour les nouveaux nés, un cadeau de 200 \$ en bons d'achat auprès des commerçants locaux a été accepté par le conseil et le chèque sera émis au nom de la maman.

### Loisirs

- *Plaisirs d'hiver* aura lieu le 21 février. À cette occasion, il y aura une activité de traîneau à chiens. Les Gais Lurons ont demandé la permission d'avoir un permis de vente d'alcool.

- L'achat de buts de hockey est reporté suite aux recommandations d'un coroner auprès du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS) sur des mesures de sécurité. Le MELS ne s'est pas encore prononcé à ce sujet.

### Monte-personne

Des contacts ont été faits auprès de fournisseurs de monte-personne. Un architecte et un ingénieur civil seront contactés afin de localiser

l'endroit idéal pour son installation pour favoriser l'accès à tous les locaux du centre municipal. Des demandes de subventions suivront. Le processus est en marche, cependant il demandera quelques mois pour sa réalisation.

### Programme de crédits de taxes foncières agricoles

Les entreprises agricoles de notre municipalité profitent d'un crédit de taxes payées par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation (MAPAQ) au montant de 54 749,59 \$.

### Commandite

Le conseil a accordé un montant de 100 \$ à Moisson du Haut-Saint-François pour leur banque alimentaire qui desservira la population de Lingwick. Un montant de 50 \$ est aussi accordé à l'organisme La Passerelle de Weedon pour la Journée internationale des femmes 2015 qui aura lieu le 4 mars.

### Commission scolaire des Hauts-Cantons

Le conseil appuie la proposition soumise par la commission scolaire des Hauts-Cantons voulant que les commissions scolaires des Hauts-Cantons et Des Sommets se fusionnent entre elles sans se joindre à la commission scolaire régionale de Sherbrooke (CSRS).

### Accès aux locaux

Seuls les présidents des organismes, le maire et les conseillers ainsi que les personnes justifiant leur présence fréquente au centre municipal auront la clé de la porte d'entrée en leur possession. Les locaux du directeur général sont fermés à clé et ne sont accessibles qu'à lui ou à son substitut en son absence, car c'est lui qui est la personne responsable de l'accès à l'information et de la garde des documents de la municipalité. R



# La vie au village



Marcel Langlois, maire

## La vie au village

Il faut saluer les réalisations exceptionnelles. Le Village de Noël a été l'un de ces événements merveilleux et porteurs. Quand une cinquantaine de personnes s'épaulent pour faire de leur village un lieu de beauté et que la journée de la fête attire des gens venus d'ailleurs, pour se terminer par un souper et un spectacle, il y a lieu de voir l'avenir avec confiance.

Quand des gens de passage s'arrêtent et se prennent en photo devant notre nounours, il y a là un élément de fierté : pour les personnes qui ont réalisé tout ça, mais pour toute la population aussi. Et bravo pour la décision de lui faire vivre la Saint-Valentin et la fête de Pâques.

## La solidarité

Aucun pays n'a les moyens de se donner tous les services dont sa population a besoin s'il n'y a pas en son sein plusieurs personnes qui donnent généreusement de leur temps pour le bien commun. Aucun pays ne peut vivre sans bénévolat.

Si nous voulons, surtout en régions excentriques et peu peuplées, avoir un avenir meilleur, nous devons impérativement recréer la solidarité de nos pères. Chez nous, plusieurs éléments permettent de croire que c'est possible.

Des personnes engagées organisent un souper à la perchaude, des dîners des bénévoles, des repas communautaires à plusieurs occasions, (même un repas gratuit pour les membres de la fadoq), la journée Marché, Musique et Maïs, un café-rencontre joliment nommé Café

bla-bla, la décoration du village de Sainte-Marguerite, des tournois de base-ball poches qui attirent plus d'une centaine de personnes à chaque fois et qui engendrent des profits versés par la suite à divers organismes (argent venu d'ailleurs et qui améliore le sort de notre monde), le Bal à l'huile, la Fête nationale, l'Halloween avec les pompiers, le comité PFM-MADA, la balle donnée intergénérationnelle, etc... J'en oublie, c'est sûr!

**Aucun pays  
ne peut vivre  
sans bénévolat.**

Votre conseil municipal est très conscient de toute cette richesse. C'est pour ça que, le 17 décembre, il invitait à un buffet festif les employés de la municipalité et toutes les personnes qui font du bénévolat, peu importe dans quels organismes ils donnent de leur cœur. Merci à vous, citoyennes et citoyens engagés qui faites vivre notre communauté.

## Le compte de taxes

À la fin de décembre, le contrat de cueillette et de transport des matières résiduelles et des matières récupérables arrivait à échéance. Avec les municipalités de Chartierville, de La Patrie, de Hampden et de Scotstown, nous avons fait des appels d'offres.

L'augmentation exigée par le seul soumissionnaire a été raisonnable. Et, grâce à l'aide vigilante de notre directeur général, le conseil a réussi à maintenir le taux de taxes au même niveau qu'en 2014.

Et, pour la deuxième année consécutive, nous créons une réserve pour prévoir le remplacement du camion 1992. Plus grande sera la réserve que nous pourrions accumuler, moins grand sera l'emprunt que nous devrons financer lors de l'achat.

## Mauvaise nouvelle

M. André Martel, notre directeur général, nous quitte.

Mauvaise nouvelle pour nous, mais dans un sens, bonne nouvelle pour lui. Il fera le même travail dans une autre municipalité, mais avec un salaire et des avantages nettement supérieurs à ce que nous pouvons offrir.

Je suis triste de perdre celui qui a tellement à cœur les intérêts de la municipalité et qui a choyé le conseil en lui faisant bénéficier de ses connaissances et en étant attentif aux membres, un à un.

Mais je suis heureux de le voir obtenir un poste avec tant d'avantages.

Nos meilleurs vœux t'accompagnent, André. Nous t'aimons.

## Nomination

Souhaitons la bienvenue à Mme Josée Bolduc qui devient notre directrice générale et secrétaire-trésorière, à compter du 16 février. Le bureau demeure ouvert du lundi au jeudi, de 9 h à midi et de 13 h à 16 h.

Nous te souhaitons succès et bonheur dans tes nouvelles fonctions. R



# Lingwick, c'est dynamique.

Manon Bolduc

## Comité des loisirs

- Le yoga prend toujours des inscriptions. De 18 h 30 à 19 h 30, les jeudis, 5 \$ par cours.

Le karaté ne prend plus d'inscriptions. De 18 h 15 à 19 h 15, les jeudis. (Andrée-Maude Courval, 819 877-5376).

- *Plaisirs d'hiver 2015*, le samedi 21 février 2015, voir page 10.

- Badminton : personne n'est officiellement responsable. Les mercredis, de 19 h à 21 h, tous ceux qui désirent y jouer installeront le filet (apporter vos raquettes) puis le désinstalleront à la fin.

- Contacter Corrine Chabot pour toutes les activités sauf celle du karaté. *Corrine Chabot*, 819 877-2749. [corrinechabot@hotmail.com](mailto:corrinechabot@hotmail.com)

## Bibliothèque

- La rotation a eu lieu en décembre dernier et nous avons plusieurs nouveaux livres pour intéresser tout le monde! Voici les livres que nous avons pour les thématiques :

— À chacun son chien.

Qu'il soit brun, blanc, roux ou noir, le chien est toujours le meilleur ami de l'homme. Connaître ses habitudes, son caractère, sa physionomie, voilà ce que réserve cette collection thématique très variée. Apprenez à les apprivoiser pour profiter pleinement de leur compagnie.

— Ainsi va la vie!

Comment aborder avec les enfants, certains événements de la vie qui peuvent être parfois tragiques ou

déliçats. Avec ces volumes, les jeunes trouveront réconfort et solutions pour les aider à traverser les difficultés de leur réalité quotidienne.

- De plus, plusieurs magazines que vous pouvez emprunter pour recettes, enfants, actualités, 50 ans et plus, animaux, etc.

- Nous avons des livres anglais : romans, histoires, biographies, documentaires, autant pour les adultes que pour les jeunes.

- Venez nous voir en grand nombre! Nous sommes situés au 2<sup>e</sup> étage du centre municipal et les heures d'ouverture sont les jeudis soirs de 18 h 30 h à 20 h.

*Régine Ward*, 819 877-3230.

[biblio050@reseaubiblioestrie.qc.ca](mailto:biblio050@reseaubiblioestrie.qc.ca)

## Afeas

- Prochaine rencontre, le mercredi 4 mars, à 13 h 30.

- Les métiers à tisser sont toujours en fonction au local.

- Bienvenue à toutes les nouvelles recrues.

- Site Web à consulter :

[www.afeas.qc.ca](http://www.afeas.qc.ca)

*Dominique Pelchat*, 819 877-2849.

## ViActive

Nous vous attendons tous les lundis et mercredis, à 10 h 30, pour s'amuser en bougeant, au son de belles musiques. Vous pouvez vous joindre à nous à tout moment, au centre municipal.

*Suzanne Paradis*, 819 877-5145.

## Marguerites volantes

- Il y aura un repas communautaire le jeudi 19 février.

- Prochaine réunion le lundi 2 mars. *Gabrielle Dallaire*, 819 877-3367.

## Pastorale

- Le 18 février, Mercredi des Cendres.

- Des billets de tirage pour la fabrique Sainte-Marguerite, au montant de 100 \$, sont en vente auprès des marguilliers.

- Le dimanche, messe à 10 h 45, suivi d'adoration à la chapelle jusqu'à 16 h.

*Marthe Bolduc*, 819 877-3025.

## Fadoq Lingwick

- Il n'y aura pas de rencontre mensuelle en février.

- Le base-ball poches continue les mercredis, à 19 h, au local.

- Les cartes de membres sont en vente au coût de 25 \$. Merci aux membres de demeurer avec nous et bienvenue aux nouveaux.

- Le café blabla se continue au local, du lundi au vendredi, de 8 h à midi. Café gratuit pour toute la population, même aux non-membres. Eau et boissons gazeuses sur place. Jeux disponibles : base-ball poches, cartes, crible, dards et ordinateurs. Entrez par en avant en tout temps.

*Jean Guy Poulin*, trésorier, 819 877-2284.

*Richard Cliche*, président, 819 877-1156. R

## Erratum

Dans Le Reflet du canton de Lingwick de décembre 2014, nous aurions dû lire :

- À la page 18, sous la photo des pompiers, ... *Stéphane Bouffard, officier; Sylvio Bourque, directeur-adjoint; Michel Bourque, officier et Alain Rousseau, pompier.*

- À la page 22, vers la fin du texte, ... *Résultats de la vente de billets comptabilisés par la trésorière de l'organisme, Suzanne Paradis ... la secrétaire étant Linda Marcoux.*



# L'importance du déjeuner

Catherine Bouffard

**I**l m'arrive assez régulièrement de recevoir à mon bureau des personnes qui me disent ne pas déjeuner. Quels sont les effets que cette pratique cause à notre corps?

Tout d'abord, il faut savoir qu'il n'y a aucun effet positif. C'est-à-dire qu'il n'y a aucun bienfait à sauter le déjeuner. Au contraire, cela peut même nuire à notre santé à long terme. Voici donc les raisons favorables de prendre un petit déjeuner.

## Ça donne de l'énergie

Après une nuit de jeûne, pouvant aller à plus de douze heures, manger nous permet de recevoir l'énergie dont notre corps a besoin pour commencer la journée. D'ailleurs, le déjeuner est appelé *breakfast* en anglais : casser le jeûne. Ne pas déjeuner correspond à vouloir faire une grande distance avec notre voiture sans d'abord remplir le réservoir d'essence! On recommande de manger dans la première heure suivant la sortie du lit.

## Attentif, concentré, productif

Que l'on soit à l'école, au travail ou à la maison, le fait de manger avant nos premières activités de la journée permet à notre cerveau de gérer adéquatement ses fonctions. On a plus de facilité à se concentrer. On est plus attentif à ce que l'on fait. Et on est plus productif : mentalement, on pense mieux; physiquement : notre corps et nos organes ont plus d'énergie, nos muscles sont nourris.

## Poids santé

Cela permet de maintenir ou d'atteindre un poids santé. Plusieurs

études démontrent que les personnes qui ne déjeunent pas auront tendance à avoir un surplus de poids. Les personnes qui déjeunent tous les jours ont un poids inférieur à celles qui ne déjeunent pas ou rarement, selon les études de population. En effet, quand on déjeune, on peut être moins affamé lorsque l'heure du midi arrive. C'est aussi un des rôles de la collation en avant-midi. Ne pas déjeuner force le corps à ralentir son métabolisme, donc à utiliser moins d'énergie pour fonctionner. Il se met en mode économie et aura tendance à vouloir faire des réserves sous forme de graisse. À noter que d'autres facteurs comme être inactif physiquement, l'hérédité et la prise de médicaments contribuent à la prise de poids.

Il n'y a  
aucun effet  
positif  
à ne pas  
déjeuner.

## Meilleur profil nutritionnel

Les gens qui déjeunent consomment généralement plus de fibres alimentaires, de calcium, de fer, de potassium, de magnésium et d'acide folique. Ces éléments nutritifs se retrouvent notamment dans les céréales et le pain de grains entiers, les produits laitiers, les boissons de soya enrichies et dans les fruits. Concrètement, on peut aller chercher 25 % de nos besoins quotidiens en fibres dans ce seul repas. Il a été observé que de ne pas déjeuner inciterait les gens à manger des aliments de

moins bonnes valeurs nutritives quand ils ont faim, des aliments riches en sucre et en matières grasses (muffin du commerce, brioche, chocolatine, fritures, etc.).

Voici quelques exemples de déjeuner pour commencer la journée du bon pied. Du plus petit appétit matinal au plus gros :

- 1 verre de 4 oz (½ tasse ou 125 ml) de jus de fruits sans sucre ajouté. Une heure plus tard, le compléter avec un des repas suivants :
- - un petit bol de céréales contenant peu de sucre ajouté ou de gruau avec du lait ou de la boisson de soya enrichie, agrémentées de petits fruits;
- - de 1 à 1½ tasse (250 à 375 ml) de *smoothie* maison (lait, yogourt, fruits frais ou congelés, flocons d'avoine);
- - 2 rôties de pain à grains entiers, beurre d'arachides ou de noix ou cretons maigres et moutarde avec ½ banane;
- - 2 rôties de pain à grains entiers, 1 œuf, une tranche de fromage, 1 verre de 4 on. de jus de fruits sans sucre ajouté.

Ce ne sont ici que quelques exemples. Amusez-vous à en créer tout en vous assurant d'aller chercher des aliments d'au moins trois groupes alimentaires du guide alimentaire canadien. Bon déjeuner! R

Sources : Extenso  
(<http://www.extenso.org/article/l-omission-du-petit-dejeuner-est-liee-au-surplus-de-poids/>)  
(<http://www.extenso.org/article/sauter-le-dejeuner-est-un-bon-moyen-pour-perdre-du-poids/>)



# Coup de chapeau

Daniel Pezat

Le 17 décembre dernier, une soirée reconnaissance a été organisée par la municipalité. Pour remercier les employés et aussi, pour une première fois, les bénévoles du canton de Lingwick. Je dis pour une première fois car à ma connaissance les bénévoles sont trop souvent anonymes et oubliés. Tout le monde trouve normal que les uns se dévouent pour les autres. Par contre, la reconnaissance se fait rare.

Une belle rencontre, un bon souper et de bons mots de M. le maire. Une tape dans le dos qui fait du bien. Au cours de son allocution, il a souligné l'exceptionnelle qualité du travail des organismes de Lingwick. C'est bon de se savoir reconnus. C'est un bel encouragement à continuer. Chez-nous, il y a 17 organismes à but non lucratif (OBNL) qui œuvrent au mieux-être de notre communauté. Ce sont des milliers

d'heures de travail qui sont données généreusement. Il nous faut également reconnaître qu'à Lingwick les organismes sont choyés; des locaux chauffés et éclairés sont depuis des années, gratuitement mis à leurs dispositions.

Le bénévolat est une richesse dont nous n'avons pas les moyens de nous priver. R

## Plaisirs d'hiver 2015

Où? Au chalet de la patinoire de Lingwick  
Quand? Samedi 21 février, de 12 h à 20 h

Activités prévues :

- Sculpture sur neige et fabrication d'un fort. Apportez vos truelles et pelles!
- Décoration de bonhommes de neige.  
Apportez vos vieux chapeaux, foulards, boutons et autres articles!
- Traîneau à chiens de 14 h 30 à 16 h 30.
- Jeux pour les enfants à partir de 13 h 30.
- Tire sur la neige de midi à 13 h.
- Patinage libre avec musique d'ambiance.
- Petit feu de joie et guimauves.
- Hockey, glissade et raquettes (apportez vos raquettes).

Repas léger, vin chaud et autres consommations à l'intérieur.  
Soyez écolos, apportez votre tasse thermos!



Pour info, appelez au 819 877-5376, Andrée-Maude Courval  
ou au 819 877-3836, Suzanne Jutras

Nous vous attendons en grand nombre!

*Remerciements*

Le café bla bla de la fadoq Lingwick remercie Solange et André pour leur apport financier substantiel.





# Un coup de maître à refaire

Daniel Pezat

Le canton a vécu, pour un jour, au rythme du temps des fêtes. La poussière d'étoiles retombe sur le village de Noël. Il reste dans nos cœurs le souvenir d'une belle journée toute en magie et en bonne humeur.

Y aura-t-il une suite? Verrons-nous à nouveau les enfants les yeux pleins d'émerveillement?

Quant à moi, il le faut. C'est un trop bel événement pour qu'il ne soit pas renouvelé. C'était une première, un coup de maître!

C'est inévitable, il y aura des retombées pour Lingwick et si nous voulons faire connaître notre canton, il faut à tout prix recréer l'an prochain le Village de Noël.

Un grand merci à toutes et à tous ceux qui ont de près ou de loin mis la main à la pâte. Vous avez investi temps, courage, énergie, générosité, audace et ingéniosité. Vous pouvez être fiers de ce que vous avez accompli.

Mille fois bravo. J'ai hâte à Sainte-Marguerite, Village de Noël 2015! R

## Table de concertation des personnes âgées du Haut-Saint-François

### L'Alzheimer et les maladies neuro-dégénératives

le jeudi 19 février 2015, à 9 h 30

Conférence gratuite présentée en français  
par Mme Nathalie Auger, conseillère aux familles à la Société Alzheimer de l'Estrie

Au centre communautaire manège militaire  
563, rue Main, à Bury  
Petite collation offerte



Pour information, 819 832-4961 poste1342

### Gérer, utiliser ou donner ses biens?

Thème : En vieillissant, tout le monde veut notre bien, mais quels biens?

Déjeuners-rencontres présentés par  
Mme Heidi Paquette, notaire.

**Bishopton, mardi 3 mars, de 8 h 30 à 10 h, au restaurant Le Cordial.**

au 37, rue Main.

**Saint-Gérard, jeudi 19 mars, de 8 h 30 à 10 h, au restaurant Le Coq du bonheur**

245, rue Principale.

Gratuit et ouvert à tous.

Si vous déjeunez, il y a 1 \$ de rabais sur le coût du déjeuner.

C'est une gracieuseté de la Table de concertation des personnes âgées du Haut-Saint-François.

Pour information, Suzanne Paradis, 819 877-5145



# Paniers de Noël



Jean Guy Poulin

**P**aniers de Noël : le souper de Noël de la fadoq Lingwick a rapporté en contributions volontaires des membres la somme de 355 \$ et des non membres 140 \$; ce dernier montant a été rajouté au premier pour un total de 495 \$.

Colette Rancourt et Jean Boulanger ont fait l'épicerie pour remettre cinq paniers à des gens de notre municipalité.

Johanne Lessard et Donald Rousseau ont donné environ 100 \$ en viande.

Réal Loubier, Réjean Morin et Jean Guy Poulin ont préparé et livré les paniers.

Merci à tous pour votre générosité. R

## Saint-Valentin

# Les amoureux

Daniel Pezat

**L'**amour et les amoureux, voilà des lustres qu'on en parle, qu'on les chante ou l'écrit. Pris dans le tourbillon de nos vies où se bousculent l'horreur des nouvelles, informations manipulées et émissions de télévision souvent insignifiantes. Les télérealités des gens qui veulent avoir l'air riche et heureux nous laissent blasés et peu portés à cultiver la fleur bleue.

« Le très beau nom de mon amour  
Quotidien  
Comme le pain  
Comme la vie quotidienne  
Le très beau nom de mon amour  
Et du tien  
Et du mien  
Et des amours anciennes. »

Aimer pour aimer, pour le plaisir. Offrir une fleur, sans raison, ou pour un sourire. Penser à notre amour quand le soleil se lève sur un horizon sans fin. Le voir dans les éclairs de l'orage et dans ses nuages noirs. Se découvrir amoureux un soir de solitude. Vouloir lui donner une ville, un monde, ou sa vie. Ne rien attendre en retour. Aimer même si on est haï. Attendre une lettre qui ne sera jamais écrite. Guetter un téléphone qui ne sonnera pas. Sentir son coeur battre quand on l'aperçoit au détour d'un chemin. Être sans espoir et espérer encore.

« Rêver un impossible rêve  
Porter le chagrin des départs  
Brûler d'une possible fièvre  
Partir où personne ne part  
Aimer jusqu'à la déchirure  
Aimer même trop, même mal  
Tenter sans force et sans armure,  
D'atteindre l'inaccessible étoile.  
Telle est ma quête. »

L'amour n'est pas fait que de joie et de bonheur. Il est la mélancolie dans les brumes de l'automne, la tristesse des soirs d'hiver, la colère et le désespoir aussi. L'amour, c'est d'avoir le goût de recommencer. Savoir que rien n'est jamais acquis et que l'autre est toujours à conquérir. L'amour, c'est la tendresse d'un regard, d'un geste qui effleure à peine, c'est de savoir l'autre heureux.

« Sur un cheval blanc, je t'emmènerai  
Défiant le soleil et l'immensité  
Dans des marais inconnus des dieux  
Loin de la ville uniquement nous deux  
Pourtant, je sais que ce n'est qu'un rêve  
Pourquoi faut-il que ce ne soit qu'un rêve  
Mais, l'hymne à l'amour je l'entends déjà  
J'entends déjà son alléluia. » R

Citations de : Georges Dor, Jacques Brel et Claude Lévêillée



# Monsieur Jean Rousseau

Monsieur Jean Rousseau  
député de Compton-Stanstead  
Chambre des communes  
Ottawa, Ontario

Monsieur,

dans une lettre ouverte parue récemment, je déplorais que vous n'ayez « pas pris position face à la réorganisation des ressources et services du Centre de santé et des services sociaux du Haut-Saint-François (CSSS du HSF), dans le dossier *Tout sous un même toit* qui prévoit le déménagement du CLSC dans les locaux du CHSLD de Weedon y entraînant la fermeture de 17 lits.

Votre réaction m'indique, hors de tout doute, que vous vous êtes informé sur le dossier avant d'enfin prendre position et de l'écrire en réponse à la mienne. Cette attitude est tout à votre honneur. Cependant, je n'ai pas de félicitations à vous faire quant aux sources où vous êtes allé chercher votre information. Vous vous êtes, de toute évidence, contenté de la version Mario Morand, le directeur général des CSSS des Sources et du Haut-Saint-François. C'est à croire que vous avez forgé votre opinion après avoir ramassé le cahier du « Quoi dire » que Mario Morand élabore depuis un an et qu'il a distribué à tous vents. Vous n'avez pas pris la peine d'écouter ceux qui dénoncent ce projet après l'avoir questionné. Vous avez ainsi adopté une attitude indigne de la fonction que la population vous a confiée.

Pire, vous écrivez : « ...le projet a été longuement étudié par les membres du conseil d'administration (CA), plusieurs rencontres ont été organisées avec les intervenants concernés et avec la population. » Si

vous aviez assisté à une seule de ces rencontres avec la population, vous seriez vite rendu compte que non seulement vos commettants de Weedon et la région n'appuient pas le projet, mais le dénoncent vigoureusement et unanimement. De plus, si vous aviez creusé davantage pour connaître toutes les positions, vous auriez également vite été mis au parfum de tout ce que nous reprochons justement à certains membres de ce CA qui a pris, selon nous, des décisions qui devraient être déclarées nulles et non avenues.

Comme si cela ne suffisait pas, vous ajoutez : « Il n'est pas opportun pour un député au parlement du Canada d'intervenir dans un processus démocratique bien établi, que ce soit au niveau municipal ou régional. » Et si ce processus accuse des failles, est-ce à dire que nous devons laisser faire? Avez-vous oublié ce que le « D » de « NPD », le nom de votre parti, signifie? Dans des cas d'irrégularités constatées dans le processus démocratique, à quoi au juste sert la fonction de député?

Pour couronner le tout, vous affirmez que « la région conservera les mêmes ressources. » Faux! Mario Morand affirme que le nombre de lits restera le même dans la grande région de l'Estrie, ce qui est peut-être exact, mais, pour la région de Weedon et ses environs, le projet d'une ressource intermédiaire à construire par le secteur privé n'en sera pas une de CHSLD ce qui signifie véritablement que Weedon perd 17 lits d'hébergement et de soins de longue durée. Je vous signale ici que le milieu des affaires ne semble pas très chaud à l'idée puisqu'il n'a déposé aucune soumission à l'appel d'offres lancé par le CSSS à cet effet.

Finalement, alors que Mario Morand veut les réduire à 30, que répondez-vous aux fonctionnaires de Statistiques Canada qui prévoient que le CHSLD de Weedon aura besoin de 60 lits en 2026? « Qu'ils se trompent », comme l'a si bien dit Mario Morand? Qu'ils sont incompetents?

J'ai la certitude que vous pourriez changer d'idée sur le projet *Tout sous un même toit* si seulement vous vous donnez la peine d'étudier toutes les avenues qu'ont prises tous les intervenants dans ce dossier, incluant ses opposants. Évidemment, nous nous tenons à votre disposition pour vous informer davantage lors d'une rencontre à l'endroit, au jour et à l'heure qui vous conviendront.

Je vous prie d'agréer, Monsieur, l'expression de mes sentiments les meilleurs. R

Claude-Gilles Gagné,  
comité de citoyens  
pour la survie  
du CSLC et du  
CHSLD de Weedon

**Le Reflet**  
du canton de Lingwick

en  
abonnement  
cadeau?



Toutes les coordonnées  
en page 2.

**Dates de tombée 2015**

2 mars, 6 avril,  
4 mai, 1<sup>er</sup> juin,  
7 septembre, 5 octobre,  
2 novembre et 7 décembre.



# Remerciements à ses bénévoles

André Hince, président du Comité des amis de la culture de Lingwick

Lors de la journée du Village de Noël, le Comité des amis de la culture a organisé un souper qui a regroupé plus de 150 participants. Tout ce beau monde a été servi en moins de deux heures grâce à l'implication de plusieurs bénévoles : Manon Bolduc, René Rousseau, Suzanne Blais, Pauline Leroux, Louise et Clermont Rousseau.

Nous avons accueilli plus de 120 personnes à la soirée festive au cours de laquelle le chansonnier Jocelyn Simard (Cayou) nous a offert une prestation de 3 h 30 sans interruption, ce qui est tout à fait exceptionnel. Merci Jocelyn pour ta disponibilité et ta générosité.

Nous avons eu l'aide des responsables du Marché de Noël pour aménager la salle communautaire en fonction de la soirée et ce dans un temps record. Mentionnons la participation de Carole et Guy Lapointe, Caroline Poirier, Églantine Vignon, Daniel Audet, Jonatan Audet, Charlotte et Jean-Robert Turcotte et plusieurs autres.

Le bar a été opéré conjointement par la fadoq et le Comité des amis de la culture de 11 h du matin à 1 h 30 le lendemain. Le rhum chaud et le shooter de Noël ont été particulièrement appréciés tout au cours de la journée.

Mentionnons l'implication de plusieurs autres bénévoles : Lisette Bolduc, Denis Doyon, Suzanne Beaudoin, Richard Cliche, Martin Loubier, Pauline Leroux et André Hince. Un Merci tout spécial à Thérèse Fortier et Paul-Henri Rousseau pour l'accueil des participants à l'entrée.

Bref, nous avons vécu une journée mémorable au cours de laquelle nous avons rencontré des gens heureux d'être à Lingwick avec lesquels nous avons partagé une joie de vivre communicative. R

## Une chorale?

### Une chorale à la journée du Village de Noël 2015.

Le Comité des amis de la culture offre d'assumer le coût d'une chorale pour la journée du Village de Noël 2015.

L'activité de la journée du Village de Noël a permis d'accueillir plus de

150 personnes au souper et plus de 120 personnes à la soirée.

Le bar, opéré conjointement avec la fadoq Lingwick, a rapporté la somme de 1 072 \$ qui a été divisée à parts égales soit : 536 \$ pour la fadoq et 536 \$ pour le Comité des amis de la culture.

La participation a dépassé nos attentes et a permis au Comité des amis de la culture de réaliser un bénéfice total de 2 125 \$. De ce montant, nous réservons la somme de 2 000 \$ afin de payer une chorale qui viendra ajouter du merveilleux à la journée féérique du Village de Noël 2015. R



**Les Artisans de Lingwick**  
80, route 257  
Lingwick, QC, J0B 2Z0



Votre coop Les Artisans a toujours des livres de recettes des gens de Lingwick à vendre au prix de 20 \$.

Mariette Langlois, 819 877-5009.

**Livres de recettes**  
**Recipe books**  
*Cuisinons avec amour*  
*des festins de tous les jours*



**406 recettes**      **406 recipes**

Your coop Les Artisans still has recipe books of the people of Lingwick for sale at the price of \$20.

Call Mariette Langlois, 819 877-5009.

# Calendrier des activités

FÉVRIER 2015 Contacter Catherine au 819 877-3891

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<p>15 Messe 10h45 Adoration 11 h à 16 h</p> <p><b>Brunh St-Valentin 11h</b></p> 	<p>16 Café bla bla 8h à midi</p> <p>ViActive 10h30</p> <p>Parution du Reflet</p>	<p>17 Café bla bla 8h à midi</p>	<p>18 Café bla bla 8h à midi</p> <p>Inspect. municipal 8h30 à 16h30</p> <p>ViActive 10h30</p> <p>Bébé 13h30 à 16h</p> <p>Badminton 19h à 21h</p> <p>B.-ball poches19h</p>	<p>19 Café bla bla 8h à midi</p> <p>9h30 Alzheimer Bury</p> <p><b>Marguerites volantes - Diner</b></p> <p>Karaté 18h15</p> <p>Yoga 18h30 à 19h30</p> <p>Bibliothèque 18h30 à 20 h</p>	<p>20 Café bla bla 8h à midi</p> <p>19 février Moisson HSF Weedon 13h30 à 15h30</p>	<p>21 <i>Plaisirs d'hiver</i></p>  <p>Midi à 20h</p>
<p>22 Messe 10h45 Adoration 11 h à 16 h</p> <p>10 à 12h Vente de billets souper perchaudes du 28 mars</p>	<p>23 Café bla bla 8h à midi</p> <p>ViActive 10h30</p>	<p>24 Café bla bla 8h à midi</p>	<p>25 Café bla bla 8h à midi</p> <p>ViActive 10h30</p> <p>Badminton 19h à 21h</p> <p>B.-ball poches19h</p>	<p>26 Café bla bla 8h à midi</p> <p>Karaté 18h15</p> <p>Yoga 18h30 à 19h30</p> <p>Bibliothèque 18h30 à 20 h</p>	<p>27 Café bla bla 8h à midi</p>	<p>28</p>

## MARS 2015

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<p>1 Messe 10h45 Adoration 11 h à 16 h</p>	<p>2 Café bla bla 8h à midi</p> <p>ViActive 10h30</p> <p>Marguerites Volantes 13h30</p> <p>Conseil municipal 19h</p> <p><b>Tombée des articles Reflet</b></p>	<p>3 Café bla bla 8h à midi</p> <p><b>Déjeuner notaire 8h30 Bishopton</b></p>	<p>4 Café bla bla 8h à midi</p> <p>ViActive 10h30</p> <p>Afeas 13h30</p> <p>Bébé 13h30 à 16h</p> <p><b>Passerelle Weedon 17h30</b></p> <p>Badminton 19h à 21h</p> <p>B.-ball poches19h</p>	<p>5 Café bla bla 8h à midi</p> <p>Karaté 18h15</p> <p>Yoga 18h30 à 19h30</p> <p>Bibliothèque 18h30 à 20 h</p>	<p>6 Café bla bla 8h à midi</p>	<p>7</p>
<p>8 Messe 10h45 Adoration 11 h à 16 h</p>	<p>9 Café bla bla 8h à midi</p> <p>ViActive 10h30</p>	<p>10 Café bla bla 8h à midi</p> <p>Bébé 18h45 à 21h CLSC East Angus</p>	<p>11 Café bla bla 8h à midi</p> <p>ViActive 10h30</p> <p>Badminton 19h à 21h</p> <p>B.-ball poches19h</p>	<p>12 Café bla bla 8h à midi</p> <p>Karaté 18h15</p> <p>Yoga 18h30 à 19h30</p> <p>Bibliothèque 18h30 à 20 h</p>	<p>13 Café bla bla 8h à midi</p>	<p>14</p>
<p>15 Messe 10h45 Adoration 11 h à 16 h</p>	<p>16 Café bla bla 8h à midi</p> <p>ViActive 10h30</p> <p>Parution du Reflet</p>	<p>17 Café bla bla 8h à midi</p>	<p>18 Café bla bla 8h à midi</p> <p>Inspect. municipal 8h30 à 16h30</p> <p>ViActive 10h30</p> <p>Fadoq 13h30</p> <p>Bébé 13h30 à 16h</p> <p>Badminton 19h à 21h</p> <p>B.-ball poches19h</p>	<p>19 Café bla bla 8h à midi</p> <p><b>Déjeuner notaire 8h30 St-Gérard</b></p> <p>Karaté 18h15</p> <p>Yoga 18h30 à 19h30</p> <p>Bibliothèque 18h30 à 20 h</p>	<p>20 Café bla bla 8h à midi</p>	<p>21</p>



**L'évolution de l'agriculture est arrivée!  
Venez découvrir nos nouvelles séries Deutz-Fahr et  
nos tracteurs LS. Des prix extrêmement compétitifs  
et une fiabilité hors du commun!**



**Centre  
Agricole  
Expert**  
Inc.

17, ch. North Hill, Gould, Lingwick, QC, JOB 2Z0

**819 877-2400**





# Le gagnant ou la gagnante est ...

Daniel Audet

À la fin de l'été 2014, le centre culturel Oscar-Dhu a décidé de lancer une campagne de financement par la mise en place d'un tirage : un congélateur de 5,5 pieds cube rempli de bonnes choses sorties de la cuisine de la Ruée vers Gould.

La campagne de financement a été un succès. Un gros merci aux gens de Lingwick qui ont participé au succès de cette levée de fond.



16 décembre 2014. Daniel Audet, Manon Houle et Jonatan Audet.  
Photo : conjoint de Mme Houle

Un gros merci aux touristes qui ont contribué à la réussite de ce financement qui soutiendra des projets pour notre communauté.

Félicitations à notre gagnante, Mme Manon Houle, de Bécancour, qui participait à un voyage de l'automne 2014. Elle a reçu son prix le 16 décembre dernier, des mains de Jonatan Audet et de Daniel Audet. R

## Truc

# Des boîtes de jardin

Daniel Pezat



Photo : Daniel Pezat

2013.  
Boîte à légumes,  
à fines herbes...

Il y a quelques années, je faisais encore un potager qui nous fournissait des légumes pour presque une année. Les enfants sont partis, le temps a passé et nos besoins ont grandement diminué. Pourtant, nous apprécions toujours autant les légumes frais. Une salade d'été où tous les ingrédients sont

fraîchement récoltés, un plaisir! Me mettre à genoux ou me plier en deux pour travailler la terre me fatigue et il faut le dire, à la longue me fait mal. Aussi, j'ai opté pour ce que j'appelle des boîtes de jardin. J'en ai construit onze; elles nous fournissent amplement en légumes durant la belle saison.

Elles mesurent 48" de long par 36" de large et ont 16" de haut. Le fond est à 12" du sol. Elles sont faites de planches de 1" avec une traverse en 2x6 au centre pour les renforcer. Le fond est en cèdre de 2" d'épaisseur avec un espace entre chaque morceau.

Le plus long est de les remplir de terre; ajoutez un peu de compost et vous voici prêts pour planter laitue, radis et autres délices.

Bon jardinage. R



Mia Rousseau est née le 26 décembre 2014; elle pesait 6 livres et 8 onces.

Ses parents sont : Isabelle Jacques et Mathieu Rousseau. Ses grands-parents sont : Manon et Michel Rousseau. Ses arrière-grands-parents sont : Monique Rousseau, Thérèse Fortier et Paul-Henri Rousseau. Sa marraine est Maude Rousseau.

Nous sommes tous très heureux de ce grand événement. R

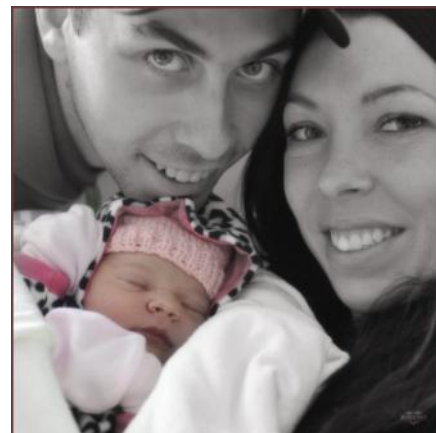


Photo : Manon Rousso

27 décembre 2014.  
Mia dans les bras d'Isabelle et Mathieu.



# Politique familiale et municipalité amie des aînés



Guy Lapointe, conseiller

Je suis très fier de vous présenter le travail de notre comité qui a doté la municipalité d'une politique familiale et des aînés et a établi aussi un plan d'action.

J'ai tracé un bref historique de notre démarche pour nous rappeler tout le travail accompli.

Cela commence en février 2012. Une soirée d'information a été tenue par M. André Langevin, bénévole de Carrefour municipal et famille. Deux thèmes marquaient cette soirée d'information : une politique municipalité amie des aînés et une politique familiale municipale.

Suite à cette rencontre, le conseil municipal a fait une première résolution, soit, le 6 février 2012, pour s'inscrire à la démarche.

En avril 2012, en accord avec le conseil, Mme Caroline Poirier,

conseillère, a fait la demande pour le soutien financier. En octobre 2012, le ministre Réjean Hébert nous accorde une aide financière pour la politique Municipalité amie des aînés. La demande pour la politique municipale familiale n'ayant pas été accordée, la municipalité décida quand même d'aller de l'avant dans ce dossier.

Au mois d'avril 2013, le conseil entérina l'embauche de Mme Danielle Lamontagne comme chargée de projet et la formation du comité formé à l'origine de Marcel Langlois, Louise Pigeon, François Roy, André Hince, Suzanne Paradis, Peggy Thompson, Caroline Poirier, Manon Rousso, Carole Lapointe et moi-même. Nous avons été assistés par Danielle Lamontagne comme chargée de projet et par André Langevin comme soutien du Carrefour action municipale.

La première réunion du comité fut tenue en mai 2013. En mai 2014, soit un an après, une consultation publique a été tenue auprès de la population pour aider à l'élaboration d'une politique M A D A et P F M.

Après un an et demi de travail, Mme Lamontagne et le comité ont remis les travaux pour les deux politiques au conseil; elles furent adoptées au mois de décembre 2014. Le 17 décembre, avaient lieu le lancement et la présentation de la brochure.

Je voudrais aussi souligner l'excellent travail de Geneviève Lussier pour la conception graphique et exprimer un merci spécial à Serge LaRoche pour la traduction anglaise.

Merci à tous ceux qui ont contribué à faire de ce lancement une réussite. R

Photo : Manon Rousseau



17 décembre 2014. Souper des fêtes regroupant : personnel, élus et bénévoles du canton.

(De gauche à droite). Table 1, en avant : Sylvio Bourque et Jean-Guy Tanguay du service incendie. À l'arrière : Daniel Audet, Josée Bolduc et André Martel. Table 2, en avant : Casey Sylvester, Gabrielle Dallaire, Marcel Loiselle et Raymond Houle.

À l'arrière sur le banc, René Rousseau puis Marthe Bolduc et Ghislaine Houle. Table 3, en avant : Colette Rancourt, Louise Rousseau, Clermont Rousseau, Diane Boucher et Richard Gosselin. À l'arrière : Jean Boulanger, Lisette Bolduc, Denis Doyon et Jean Guy Poulin. Table 4, en avant : Catherine Bouffard, Ghislaine Pezat, Stéphane Bouffard et Serge LaRoche.

À l'arrière : Carole Grenier, Mariette Langlois, Jean-Louis Grenier et Daniel Pezat. Table 5, en avant : Marcelle Fortin, François Roy, Geneviève Lussier et Louise Lapointe. À l'arrière : Danielle Lamontagne, Martin Loubier et Marianne Paré. Debout : Guy Lapointe. Table 6, à gauche : Louise Pigeon et Jonatan Audet accompagnés de leurs trois filles, Laurelou, Mali et Marguerite; Robert Gilbert, Suzanne Blais (non visible), Paul-Henri Rousseau et Thérèse Fortier.



# Souper perchaudes

Céline Gagné, secrétaire

## Samedi 28 mars, souper

Le Comité des amis de la culture de Lingwick est heureux de mettre en vente des billets pour participer à notre délicieux souper perchaudes qui aura lieu le samedi 28 mars 2015, au centre municipal.

Le souper et le service sont assurés par les membres du comité avec l'aide d'amis bénévoles.

Pour bien vous accueillir et vous offrir un service que nous souhaitons impeccable, il nous faut limiter le nombre à 56 participants.

Le prix du billet est de 28 \$ par personne.

## Dimanche 22 février, vente de billets

Afin d'offrir à tous les résidents de Lingwick des chances égales de participer, des billets seront mis en vente pour le souper perchaudes le dimanche 22 février, à la salle municipale, de 10h à 12h.

Critères appliqués lors de l'achat de billets : 2 billets par personne ou 2 billets par couple. Ils sont offerts aux résidents de Lingwick seulement. Premier arrivé, premier servi.

Quelques billets seront réservés pour être vendus aux membres du comité organisateur, aux bénévoles et à nos commanditaires.

## Pas de service de bar

Il n'y aura pas de service de bar offert donc chaque participant apporte sa boisson.

Tout comme l'an passé, nous aménagerons la salle communautaire du centre municipal afin que les goûteurs ne soient pas à l'étroit; nous nous appliquerons à créer une ambiance chaleureuse par la décoration et l'éclairage.

Au plaisir de vous y rencontrer comme participants. R

Photo : Céline Gagné

## Moisson Haut-Saint-François



La banque alimentaire Moisson Haut-Saint-François (HSF) a officiellement commencé à distribuer des denrées, la deuxième semaine de janvier. Présentement, nous alternons à une ou deux municipalités par semaine.

Les différents points de distribution sont les suivants : Weedon (209, rue des Érables, local des Cuisines collectives, porte de côté), East Angus, Saint-Isidore, Scotstown et Cookshire. L'horaire est déjà établi et nous distribuons aux locaux des Cuisines Collectives du Haut-Saint-François.

Nous demandons aux organismes du HSF et municipalités de remplir notre formulaire avec les demandeurs et nous les faire parvenir au plus tard, le vendredi précédent la

distribution la plus près du lieu de résidence du demandeur.

Une première demande donne droit (si elle est acceptée) à deux dépannages. Ensuite, les demandeurs pourront effectuer du bénévolat au sein de l'entreprise afin de pouvoir bénéficier de davantage de paniers de denrées.



## Campagne de financement

Nous sommes présentement en campagne de financement. Nous recherchons activement des fonds et nous avons obtenu notre statut d'organisme de bienfaisance; nous pourrions ainsi émettre des reçus de charité à tous nouveaux donateurs. Nous vendons des bonbonnières, depuis une semaine, au coût de 5 \$. Si la population veut nos bonbonnières, nous pourrions livrer à Lingwick et canton!

Source : Katia Palardy,  
Coordonnatrice de Moisson HSF,  
209, rue des Érables,  
bureau 311, Weedon.  
819 943-2781  
MoissonHsf@gmail.com  
Suivez nous sur: [https://  
www.facebook.com/moissonhsf](https://www.facebook.com/moissonhsf)



## Portes ouvertes à la cité-école!



Zachary Godbout, ministre des communications (parlement étudiant)

Le 1<sup>er</sup> novembre 2014, avaient lieu les portes ouvertes à la cité-école Louis-Saint-Laurent. Plus de 70 personnes étaient au rendez-vous. Elles ont pu explorer diverses activités durant cette demi-journée organisée par la directrice adjointe, Mme Catherine Blanchet, afin de promouvoir notre école et lui assurer un futur rempli de nouveaux citoyens et citoyennes.

Dès leur arrivée, les visiteurs ont été accueillis par des élèves de la cité-école. Déjà, ils ont pu découvrir différentes activités grâce à des kiosques d'information qui se trouvaient dans le parc de la cité. Entre autres, ils ont pu voir les voyages qui sont accessibles à la cité-école : Costa Rica, Boston, New York, etc., découvrir le parlement au secondaire ainsi que les différentes

implications citoyennes possibles grâce à l'école et constater le grand nombre d'activités sportives et artistiques disponibles.

Après quelques minutes, Mme Blanchet a souhaité la bienvenue à tous les invités et la visite a débuté guidée par deux beaux jeunes animateurs, Louis-Philippe Tanguay et Zachary Godbout. Ils ont réalisé une excellente visite! Leur tâche était de faire découvrir les différents locaux de l'école et leurs utilisations. Ils ont pu voir la classe musée, la salle d'exposition Jacqueline-Loiselle, la salle Serge-Poirier (auditorium), le planétarium et plusieurs autres. Les visiteurs ont eu droit aussi à une présentation de handball avec Mme Dany Boily et Alexandra Monfette et quelques sportifs.

Après la visite, ils ont pu participer à trois ateliers : les sciences avec Mme Jenny Boutin, les arts avec des élèves et la musique avec des musiciens de la cité. À chaque atelier, ils ont reçu un coupon qui donnait la chance de gagner un mini Ipad. Ce tirage avait lieu à la fin de cette demi-journée. Mais avant, M. Michel Descheneaux a expliqué comment faire décoller une fusée artisanale, son mode de construction, etc. Après le décompte approprié, la fusée a décollé très rapidement. Cela a été un franc succès. L'avant-midi s'est terminé par le tirage de la tablette électronique; félicitations à Camille Houde, d'East Angus.

Nous remercions tous les enseignants et élèves qui ont contribué au succès de cette belle activité. R



Photo : Renée-Claude Leroux

1<sup>er</sup> novembre 2014. Portes ouvertes à la cité-école de la polyvalente Louis-Saint-Laurent



# Les explorateurs de la cité-école

Collaboration de l'équipe du site Internet de la cité-école

Comme à chaque année, les élèves des écoles primaires de la Commission scolaire des Hauts-Cantons sont invités à passer une journée à la cité-école. Durant cette journée, des activités sont préparées en leur honneur afin que ces jeunes visiteurs découvrent les secrets de la cité. Ils se sont donc transformés en explorateurs. Voici quelques-unes de leurs découvertes...

## Visite des jeunes de Weedon

Voici une photo de la classe de 6<sup>e</sup> année de l'école Notre-Dame-du-Sacré-Cœur de Weedon lors de leur visite à la cité, le 27 novembre 2014. Des visiteurs provenant des municipalités de Lingwick et de Weedon.



## La musique

Les jeunes visiteurs ont eu la chance de tester leur oreille musicale. Ils se sont joints aux élèves de la classe de Mme Maryse Allard, le temps d'une prestation musicale. Ceux qui l'ont choisie ont pu poursuivre leur exploration sur l'heure du dîner.



## Et plus encore...

Les élèves ont eu l'occasion de mettre leur créativité à profit lors d'ateliers d'arts. Ils ont eu l'occasion de faire du sport, de l'improvisation avec Alexis Dalpé et ils se sont promenés dans les différents corridors de la cité. Ils ont eu à utiliser leur sens de l'observation pour réaliser un *cherche et trouve* parmi les fresques qui ornent les murs de la cité.

Félicitations à Alex-Anne Poirier qui a gagné une clé USB. R

## La classe musée

Les premières recherches de nos visiteurs ont été dans la classe musée. Avec l'aide de l'enseignant Francis Lord, ils ont découvert des vestiges de notre passé.



## Les sciences

C'est avec Mme Jenny Boutin que les jeunes visiteurs ont exploré le merveilleux monde des sciences!



Les six photos : Renée-Claude Leroux

## Pensée

André Gide

Il est bien des choses qui paraissent impossibles tant qu'on ne les a pas tentées.



# Un lunch presque parfait



Marie-Claude Labbé, technicienne en loisirs à la cité-école Louis-Saint-Laurent

La grande finale d'un *lunch presque parfait* a enflammé la cité-école Louis-Saint-Laurent. Ce sont plus de 50 personnes, parents, enseignants et membres de la communauté qui ont assisté à la finale de cette compétition culinaire haute en couleurs. Les participants tentaient de décrocher le titre du lunch... presque parfait.

## À vos chaudrons

Le 1<sup>er</sup> octobre 2014, 20 élèves du 2<sup>e</sup> cycle du secondaire s'engageaient dans le projet *Un lunch presque parfait* avec la ferme intention de présenter le lunch presque parfait. Chacun d'entre eux devait participer à tous les ateliers obligatoires pour avoir le plaisir de présenter son menu lors de la finale.

Plusieurs objectifs étaient au cœur de ce projet. Le comité organisateur souhaitait mettre de l'avant, entre autres, la saine alimentation, l'esprit d'entreprendre et le sentiment d'appartenance. Apprendre à cuisiner dans un esprit de camaraderie a été pour eux plus que bénéfique.

## Brigade, vous êtes prête? Oui chef!

Au menu, un chef dynamique pour leur transmettre connaissances, compétences et passion. M. Jean-Patrice Fournier, chef propriétaire du Service traiteur Le Poivron Rouge et ancien élève de la polyvalente, est devenu, le temps de 5 ateliers, le chef de cette jeune brigade. Les participants ont expérimenté plusieurs techniques culinaires afin de développer leur capacité à créer de nouvelles recettes et devenir autonome en cuisine.

Ils ont visité l'épicerie IGA Cookshire en compagnie de M. Pierre Genest-

Denis, où ils ont exploré les différents départements puisqu'ils feront leurs achats à cet endroit. À partir de ce moment, les équipes devaient prendre en main la création de leur menu et planifier les différentes tâches pour la compétition. M. Gilles Denis, propriétaire du IGA Cookshire, a apprécié voir les équipes choisir leurs ingrédients avec soin.

Sur l'heure du dîner, ils disposaient de 30 minutes pour faire leur mise en place. L'ambiance était survoltée dans la classe-cuisine à la cité-école et plusieurs des élèves se disaient prêts mais fébriles.

23 janvier. La compétition s'est tenue aujourd'hui et a débuté à 10 h pour les participants qui devaient faire vérifier leurs achats afin que chacun respecte le budget alloué. Le coup de feu a été donné à 10 h 30. Les apprentis cuisiniers ignoraient que le chef et le comité organisateur leur réservaient quelques surprises : découper un poivron selon la bonne technique et inclure une épice dans leur plat parmi celles présentées lors d'un atelier. Par contre, le chef accordait à chacune des équipes cinq minutes afin de les aider en cours de compétition. Toutes les équipes se sont évidemment prévaluées de ce coup de main!

Les plats ont été évalués par un jury composé de Mme Christine Cragg, directrice de la cité-école Louis-Saint-Laurent, M. Robert Roy, maire d'East Angus, M. François Bergeron, nutritionniste du CSSS du Haut-Saint-François, M. Pierre Genest-Denis, propriétaire du IGA Cookshire, Louis-Philippe Tanguay, premier ministre du parlement au secondaire et le chef de la brigade des apprentis cuisiniers, M. Jean-Patrice Fournier.

## Fières gagnantes

L'équipe gagnante a été dévoilée vers 13 h 20 à la cafétéria où les spectateurs attendaient la brigade et les juges. C'est avec fierté que les organisateurs ont annoncé que le lunch presque parfait a été élaboré et préparé par l'équipe des roses dont les membres sont Andrée Beaulieu, Brunante Robert, Coralie Ouellette et Sarah Gauthier. Les coéquipières étaient fières du travail accompli. L'équipe était confiante dès le départ. Elle avait testé ses recettes à plusieurs reprises auprès de divers cobayes.



23 janvier 2014. Brunante Robert, Coralie Ouellette, Jean-Patrice Fournier Sarah Gauthier et Andrée Beaulieu

La cafétéria de l'école ajoutera à son menu celui concocté par l'équipe gagnante. De plus, les Cuisines collectives du Haut-Saint-François offriront, en formule pour emporter pour un midi seulement, le lunch presque parfait. À noter que tous les participants ont reçu une trousse de cuisine comprenant de nombreux outils. Chacun d'entre eux recevra dans les jours à venir toutes les recettes de la compétition ainsi que celles qu'ils ont expérimentées avec Jean-Patrice.

Photo : Renée-Claude Leroux

## Un lunch presque parfait

### Souriez, tout est filmé

Question de mettre un peu de piquant dans cette compétition, toutes les activités liées à ce projet ont été filmées afin d'en faire une émission. En plus des apprentis cuisiniers, 4 jeunes ont eu la chance de vivre l'expérience du dépôt de projet, de la captation vidéo et de la scénarisation de l'aventure. MATv Sherbrooke s'est assuré de guider et former les quatre apprentis caméramans. Le soutien reçu dans les différentes étapes du projet télévisuel et la visite des studios ont permis aux jeunes de mieux comprendre leur rôle.

La production d'une série de trois émissions a aussi été assurée par MATv et sera présentée sur leurs ondes du 26 janvier au 23 mars : les lundis, 17 h; les mardis, 11 h 30 et 21 h; les dimanches, 22 h 30. De

plus, afin d'offrir la possibilité à tous les résidents du Haut-Saint-François d'écouter l'émission, Câble Axion diffusera aussi cette série sur ses ondes du 26 janvier au 23 mars : les lundis, 13 h; les mardis, 17 h 30; les mercredis, 17 h; les jeudis, 12 h 30; les vendredis, 16 h 30; les samedis, 17 h et 20 h; les dimanches, 12 h 30 et 14 h.

Mentionnons également que la musique d'introduction de l'émission est entièrement composée et jouée par des musiciens et musiciennes de la Cité-école Louis-Saint-Laurent.

Pour conclure cette belle aventure, *Un lunch presque parfait* s'étant donné le mandat de contribuer à valoriser la réalisation des jeunes par leur dépassement, leur persévérance et surtout leur goût d'apprendre, a

pleinement atteint cette année ses objectifs.

Ces jeunes ont tous relevé avec brio le défi de s'impliquer et de collaborer, le tout dans un contexte des plus intimidants, c'est-à-dire, performer devant des caméras.

Un merci tout particulier à tous ces jeunes chefs, caméramans, musiciens et tous les autres impliqués dans le processus de réalisation de ce beau projet. Tous se sont investis dans cette première édition d'*Un lunch presque parfait* qui n'aurait pu avoir lieu sans cette implication.

Alors, à l'an prochain! R

Source :  
Zachary Godbout,  
ministre des communications,  
parlement étudiant  
cité-école Louis-Saint-Laurent

### Horaire du Transport du Bonheur pour Lingwick

Si vous avez des questions pour savoir comment être admissible, il faut téléphoner au Transport du Bonheur, au 819 832-2711.

Départ / arrivée Centre municipal		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Tarif
De Lingwick vers Weedon *1/2	Départ			8 h 30			3 \$
De Weedon vers Lingwick *1/2	Retour			14 h 15			3 \$
De Lingwick vers East Angus	Départ		Vers 8 h		Vers 8 h		3,75 \$
De East Angus vers Lingwick	Retour		14 h 45		14 h 45		3,75 \$
Vers les hôpitaux de Sherbrooke	Départ	Vers 5 h		Vers 5 h		Vers 5 h	11 \$ Aller et retour
*1/2 = 1 semaine sur 2	Retour	11 h 30 11 h 45		11 h 30 11 h 45		11 h 30 11 h 45	

À noter qu'il y a aussi le transport collectif du Haut-Saint-François disponible pour Lingwick  
Information : 819 832-1717 ou [www.mrchsf.com/transport.html](http://www.mrchsf.com/transport.html)



# Contexte motivant

Carole Lapointe et le conseil d'administration du Marché

## Marché de Noël de la petite école

**A**u mois de décembre, comme depuis cinq ans, le marché de Noël s'est tenu au centre municipal.

Nous avons connu encore cette année beaucoup de succès. J'ai eu à travailler dans un contexte motivant car c'est tout le village qui était impliqué et il y avait une

atmosphère de camaraderie extraordinaire. Entre comités, nous nous sommes aidés. Nous avons décoré et participé à l'activité tout en s'amusant, ceci dû à la motivation de Manon Rouso, Serge LaRoche et Josée Bolduc ainsi qu'à leur équipe de joyeux lutins.

Cette année, l'équipe du marché de Noël a été très fière d'accueillir

beaucoup d'artisans d'un peu partout en région mais aussi plusieurs de notre village. Nous espérons les revoir encore en décembre prochain.

Pour cette année, avec vos suggestions, nous allons continuer à nous améliorer et à vous offrir un autre marché de Noël qui, nous l'espérons, sera supérieur à celui de l'an passé. R

## Nouveaux services pour les familles du Haut-Saint-François

Centre de santé et de services sociaux du Haut-Saint-François

### Avant l'arrivée de bébé

#### Atelier *Accueillir bébé*

**V**enez échanger avec une infirmière sur l'accueil du nouveau-né, les débuts de l'allaitement et toutes les questions entourant la venue de bébé. Pour qui? Pour les futurs parents d'un 1<sup>er</sup>, 2<sup>e</sup> enfant ou plus. Quand? Le 2<sup>e</sup> mardi de chaque mois, de 18 h 45 à 21 h. Où? Au CLSC d'East Angus, 149, rue Kennedy, E A.

#### Inscription obligatoire

au plus tard le vendredi précédant l'atelier.

### Après l'arrivée de bébé

#### Ateliers *Bébé trucs*

**V**enez consulter une infirmière concernant la santé et le développement global de votre enfant. Information sur les services locaux et régionaux. Croissance, sommeil, alimentation. Échanges avec d'autres parents. Support à l'allaitement. Pour qui? Les nouveaux parents d'un 1<sup>er</sup>, 2<sup>e</sup> enfant ou plus. Quand? Les 1<sup>ers</sup> et 3<sup>es</sup> mercredis de chaque mois, de 13 h 30 à 16 h. Où? Au bureau coordonnateur du HSF, 161, rue Angus Sud, East Angus.

#### Aucune inscription requise

### Besoin de transport?

Contactez le Transport collectif du Haut-Saint-François au : 819 832-1717  
Pour informations et inscriptions à l'atelier *Accueillir bébé*, contactez :  
l'accueil du CLSC d'East Angus, au 819 832-4961, poste 0.

**CSSS du Haut-Saint-François 24 h/24, 7 jours/7 819 821-4000**

Services pour la population de la MRC du Haut-Saint-François dans le but de supporter les familles en difficulté.

Si vous vivez des difficultés avec votre ou vos jeunes, appelez votre CSSS du HSF, 24/24, 7/7.

Source : Douglas Buchanan, coordonnateur régional



# Février 1995

Le furet

Dans l'éditorial, Daniel Pezat fait un portrait des journaux communautaires et de leurs associations régionales et provinciale. Il souligne l'importance de leur travail et tout particulièrement pour Le Reflet : à l'image des autres journaux, il informe, amuse, conscientise et finalement œuvre à l'amélioration de la qualité de vie de son milieu.

*Chanceux les gens du village!* C'est sous ce titre que Carmelle Guillemette nous raconte les mésaventures qu'elle a avec sa boîte à malle. Elle trouve que les gens du village sont bien chanceux d'avoir une boîte à malle bien à l'abri des camions de déneigement, qui l'hiver ont, selon ses dires, la fâcheuse habitude de renverser la sienne au bord de la route 108. Devant le peu de cas de la plainte faite auprès du maire d'alors, elle prévient qu'aux prochaines élections, elle s'en souviendra!

Les Pelchat sont à l'honneur dans la rubrique *Vous souvenez-vous de nous?* Onésime Pelchat est né le 9 février 1900 et Annette Lapointe le 1<sup>er</sup> février 1902. Ils se sont rencontrés sur les chantiers d'Elzéar Lapointe où elle était cuisinière et lui bûcheron. Ils se sont mariés le 5 septembre 1920, à l'église Sainte-Marguerite. De leur union sont nés 10 enfants : Renaud, le 1<sup>er</sup> décembre 1922; Renée-Paule, le 15 mars 1924; Hermance, le 24 août 1925; Raymonde, le 1<sup>er</sup> avril 1927; Laurent, le 9 août 1928; Armel, le 22 décembre 1929; Simone le 12 mai 1931; Normand, le 10 août 1932; Kenny, le 12 octobre 1933 et Romée, le 5 janvier 1935. Annette a quitté ce monde en 1972 et Onésime

est allé la rejoindre en 1975. De là-haut, ils voient évoluer leurs 30 petits-enfants et leurs 49 arrière-petits-enfants.

Claudette Cloutier, pour la municipalité, nous informe du Transport du Bonheur qui est en fonction à Lingwick depuis janvier 1995. Elle précise entre autre chose : « Ainsi, une personne sera admissible au transport adapté non pas seulement à cause d'un type de déficience, mais d'abord et avant tout en fonction des limitations fonctionnelles qui résultent de sa déficience ».

Des nouvelles de la fabrique Sainte-Marguerite par Annette Loubier. Elle présente les vœux de la fabrique et publie les résultats de la contribution volontaire annuelle (CVA). Au 30 novembre 1995, 10 034 \$ ont été amassés. Le 8 décembre dernier, il y a eu des élections pour les postes de marguilliers : Lucille Pelchat et Héléna Lalonde remplaceront Annette Loubier et Jeannette Bolduc. Elle remercie chaleureusement les femmes sortantes.

Dans le cadre du prochain Grand prix de boîtes à savon de Lingwick, édition 1995, des règlements sont mis en place pour assurer une plus grande sécurité des participants.

Adrienne Guillemette, sous le titre *Gare aux boîtes à malle* se plaint du manque de professionnalisme des chauffeurs des camions de déneigement. « Il y a 50 ans que je vis sur la route 108 et c'est seulement depuis l'an passé qu'il y a des problèmes avec les chauffeurs qui roulent trop vite et renversent les boîtes à malle ».

Daniel Audet et Jacques Cloutier nous racontent comment en février 1987 ils sont venus s'installer à Gould. C'est par hasard, alors qu'ils cherchaient une maison à vendre, qu'ils sont tombés en amour avec la maison du 26 de la route 257, (aujourd'hui le 250). Au mois de mars 1987, ils en deviennent les onzièmes propriétaires. La construction de la maison remonte au printemps 1913. On sait que John A. McIver en a été un des premiers propriétaires.

Éric Bourquin nous donne son opinion et nous fait part de ses inquiétudes face à la disparition du chemin de fer et à l'augmentation du transport lourd routier. Ce qui le préoccupe le plus est l'aspect sécuritaire de ce nouvel essor du transport des marchandises par camions.

Le courrier d'Hortense. Question : il faut oser en parler sans honte ni malice. J'approche les 73 ans et même si ce n'est pas aussi fréquent, le désir flamboyant m'habite encore. Mon compagnon plus jeune de 4 ans n'est pas étranger à l'accord charnel... Jusqu'à la petite mort ou la grande. Est-ce normal Hortense? Faut-il en parler à confesse? Julie Belanvol. Réponse : chère Julie, vous me semblez une femme joyeusement vivante. Oui oui! C'est normal et même délicieusement normal. Il n'y a pas d'âge pour les plaisirs de la chair. Pour ce qui est de la confession, cela vous regarde, mais à mon avis, le curé n'a rien à voir dans votre chambre à coucher. C'est quoi votre secret? HB

Suite page 26



# Librairie mobile

Ghislaine Pezat

**M**ichel Vézina, co-fondateur à Lingwick du théâtre ambulant Le Cochon SouRiant, innove en ouvrant une librairie qui sillonnera la région. Elle se veut un endroit de rencontres et d'échanges.

Vendre des livres en développant la passion de la lecture, voilà son but. Il vendra de la littérature.

Il s'installe dans le Haut-Saint-François, trois jours par semaine, du lundi au mercredi, dès le printemps 2015.

Monter un club de lecture? Monter un atelier d'écriture? Poètes et écrivains êtes bienvenus à bord de son camion.

Vous pouvez le suivre sur sa page facebook Le Buvard. R

Source :  
journal *La Tribune*,  
6 février 2015

## HSF fou de ses enfants

# Développer le langage



### S'habiller, une occasion de développer le langage des tout-petits

**P**our le plus grand plaisir des petits et de certains grands, la neige est enfin arrivée! Savez-vous que vous pouvez aider votre enfant à développer son langage tout en l'aidant à s'habiller? Vous pouvez entre autres :

- Nommer pour lui les vêtements que vous lui mettez et les parties du

corps où vous les mettez. « *Tu mets ton pantalon? Super! Après, on pourra mettre tes bottes dans tes pieds.* »

- Nommer les couleurs des vêtements. « *Voici ta tuque rouge et tes mitaines vertes pour te garder bien au chaud.* »

- Le faire rire et réagir en faisant volontairement des erreurs. « *Bon, on va mettre ta tuque dans tes pieds. Non? Ah, est-ce qu'on la met à Fido le chien alors?* »

- Attendre que votre enfant vous demande de l'aide à sa manière, par des gestes, des mots, en pointant, etc. Laissez-lui la chance de vous le demander plutôt que de l'aider sans qu'il n'ait à le demander. R

Source :  
*Mélissa Dawson*,  
orthophoniste

## Février 1995, suite de la page 25

Laurienne Rousseau-Vachon donne des nouvelles du club de l'Âge d'Or de Lingwick. Peu de personnes sont aux rendez-vous hebdomadaires. L'assemblée générale annuelle s'est tenue le 19 janvier. Il y aura un tournoi de *fouine* dimanche en après-midi, le 12 février, à l'occasion du brunch de l'afeas. Elle souhaite une bonne fête à Marthe Bolduc, Évariste Gagné, et Raynald Lapointe.

Yvette Gagné nous entretient de la solitude. Elle nous partage ses valeurs comme l'empathie et la

cordialité. Pour les personnes qui vivent la solitude, elle invite à : *Apprendre à vivre avec sérénité un jour à la fois.*

Sous le pseudonyme de Soda, les ados de chez-nous sont invités à écrire pour le journal. Leurs textes sont les bienvenus et Le Reflet se fera un plaisir de les publier.

C'est sous le titre *Cueillette sélective, changement dans l'air* que Nathalie Gaulin nous partage sa vision de l'avenir et plus particulièrement

celui de la récupération de nos matières recyclables. Elle s'étonne qu'à l'image d'autres pays le Québec ne récupère pas plus.

Les secrets mal gardés de Tourlou. Jacqueline Bouffard qui oublie sa commande d'épicerie à Sherbrooke, Bernadette Bolduc qui promène la laisse de son chien mais sans le pitou. Paul Bolduc toujours à la course pour finir une partie de *fouine* prend son auto et part en catastrophe, en oubliant qu'elle était branchée. R



# Observations de Mme météo

Jacqueline P.-Bouffard

Décembre	2014	2013	2012	2011	2010	2009
Pluie	48,6 mm	28,7 mm	59,4 mm	58,5 mm	17 mm	39,44 mm
Neige	42,6 cm	97 cm	89,5 cm	41,7 cm	95 cm	76 cm
T° maximale	le 1 <sup>er</sup> , 7 °C le 25, 10 °C	le 3, 3,5 °C le 5, 7,5 °C le 6, 9 °C	le 4, 10,5 °C le 5, 11,5 °C	le 4, 10 °C le 5, 8 °C	le 1 <sup>er</sup> , 9,5 °C le 2, 9 °C le 13, 10,5 °C	le 3, 8,5 °C le 11, 7 °C
T° minimale	les 5, 20, 21, -20 °C les 8, 31, -21 °C	le 17, -35 °C le 14, -32 °C	le 1 <sup>er</sup> , -25 °C le 25, -21,5 °C	le 24, -21 °C les 25, 30, -24 °C	le 10, -24 °C le 18, -19,5 °C le 20, -20 °C	le 17, -24 °C le 19, -30 °C le 30, -22,5 °C
Brume	10 jours	11 jours	5 jours	8 jours	le 19	9 jours
Verglas	les 10,14,17	les 21, 22, 23, 28	le 10	les 21, 22, 31	les 5, 14	—
* Vents violents	le 4	—	le 21	—	les 1 <sup>er</sup> , 2	les 9,11, 12
Autres phénomènes	poudrierie les 4, 10, 31	poudrierie pendant 9 jours	poudrierie les 5, 22, 23, 24, 27, 28, 30	—	poudrierie les 6, 7, 8, 9, 22, 23, 27, 28	
Giboulée	10 jours	les 21, 23, 29	les 8, 18, 19, 20, 21	les 7, 8, 9, 23, 28	les 2, 4, 22	les 10, 28

Notes : \* Vents violents signifie toujours : plus de 62 km/h.

Le 8 décembre 2011, tempête traditionnelle avec de la pluie, de la giboulée et de la poudrierie.

Janvier	2015	2014	2013	2012	2011	2010
Pluie	30,4 mm	56,4 mm	26,4 mm	26,8 mm	7,4 mm	11,2 mm
Neige	89,9 cm	36 cm	61,4 cm	44,7 cm	88,4 cm	85,4 cm
T° maximale	le 4, 5 °C le 18, 6 °C le 19, 3 °C	les 6, 13, 8 °C les 11 et 12, 10 °C	les 13, 14, 8 °C les 30, 31, 12 °C	le 2, 3 °C le 23, 4 °C le 24, 5 °C	le 1 <sup>er</sup> , 5 °C le 2, 5 °C	le 15, 10 °C le 25, 11 °C le 26, 10 °C
T° minimale	le 8, -30 °C le 14, -32 °C les 17, 26, 29, -29 °C	le 4, -32 °C le 22, -35 °C	les 3, 24, -30 °C le 18, -31 °C	le 15, -27 °C le 16, -29 °C le 22, -27 °C	le 18, -27 °C le 24, -36 °C le 25, -28,5 °C	le 10, -30 °C le 13, -26,5 °C le 31, -27,5 °C
Brume	les 4, 19	9 jours	les 23, 25, 31	5 jours	le 1 <sup>er</sup>	9 jours
Verglas	les 4, 5, 19	les 5, 11	le 30, traces	les 7, 13, 27, 28	—	les 4, 5, 6, 15, 17
* Vents violents		le 12	les 20, 31	le 18	—	le 25
Autres phénomènes	poudrierie pendant 18 jours	poudrierie pendant 11 jours	poudrierie pendant 15 jours	poudrierie pendant 13 jours	poudrierie pendant 7 jours, smog le 26	
Giboulée, grésil	3 jours	les 6, 12	les 9, 10, 20	les 13, 17, 18, 28	—	les 16, 17

- Le 23 janvier 2013, un bel arc-en-ciel à l'est (soleil levant), alors qu'il faisait -29 °C, fait assez rare.

Décembre et janvier 2014, température très instable. Le verglas a causé des pannes électriques; beaucoup d'arbres cassés; les entrées et les stationnements très glacés.

- Le 13 janvier 2015, il y a eu un parhélie au lever du soleil. C'est un phénomène optique (tache colorée) dû à la réflexion de la lumière solaire sur un nuage de petits cristaux de glace en suspension.

## Virage Santé mentale

**Le jeudi 19 février, à 13 h**

Notre enfant intérieur animé par Francis Manseau, intervenant social. Nous avons tous un enfant intérieur qui vit en nous. Par ce que nous avons vécu dans notre vie, cet enfant peut avoir subi des blessures ou des épreuves qui ont ralenti son évolution. Dans cet atelier, vous serez guidé à retrouver et soigner cet enfant intérieur par différents exercices.

**Le jeudi 5 mars, à 13 h,  
à East Angus et  
le jeudi 5 mars, à 18 h 30,  
au 209, rue des Érables,  
local 202, à Weedon**

Problème avec le jeu? Aide et entraide pour les proches des joueurs compulsifs. Virage offre des services d'écoute, de conseil, de support individuel ou de groupe et des références. Services confidentiels et gratuits.

Les rencontres d'information sur le jeu pathologique, animées par Francis Manseau, intervenant social, permettent de comprendre les comportements de jeu, propose des stratégies pour s'en sortir et donne des conseils pour les proches de joueurs compulsifs.

**Le mardi 17 mars, à 13 h**

La communication animé par Matthieu Perron, éducateur spécialisé. Cet atelier vous permettra



de développer des stratégies et d'acquérir des techniques pour améliorer votre communication et la transmission de message tout en restant neutre et en évitant certains pièges.

**Le mardi 17 mars, à 18 h 30**

Cheminement du deuil suite à un décès animé par Pauline Beaudry, intervenante sociale et formatrice agréée par Emploi Québec et Matthieu Perron, éducateur spécialisé. Démarche qui vise à donner du support à toute personne vivant un deuil suite au décès d'une personne. La démarche se déroule sur 13 rencontres avec un nombre limité de participants et de participantes. Dès que le groupe est constitué, personne d'autre ne peut s'ajouter. Début d'un groupe le mardi le 17 mars. Les inscriptions doivent se faire à l'avance, au 819 877-2674.

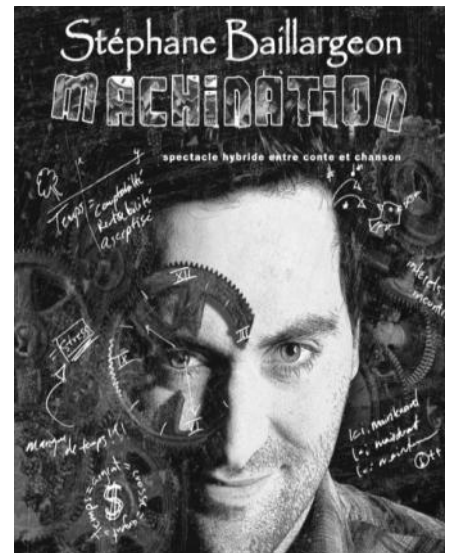
**Le jeudi 19 mars, à 13 h**

Le mensonge. Tout le monde ment, en moyenne même 2 fois par jour. Dans cet atelier, animé par Francis Manseau, nous parlerons de ce qui nous pousse à mentir, des types de menteurs, de trucs pour détecter les mensonges.

**Inscription à l'avance,  
au 819 877-2674.**

**Les rencontres ont lieu à  
East Angus,  
au 37, rue Angus Nord**

**Le lundi 9 mars, à 19 h,  
au Centre culturel d'East Angus,  
288, rue Maple.  
Les billets sont à 20 \$.**



Virage vous invite au spectacle *Machination* de Stéphane Baillargeon dans le cadre du 30<sup>e</sup> anniversaire de fondation. Chanteur, conteur, Stéphane Baillargeon est un artiste multidisciplinaire, originaire de Sherbrooke.

Machination est un spectacle hybride entre le conte et la chanson. Divertissement rafraîchissant, réflexion nécessaire, source de fous rires et de solutions simples et sensées, il ne laissera personne indifférent. Une découverte assurée.

**Réservation et information,  
819 877-2674.**

## Santé Canada

Syphilis, chlamydie, herpès génital, gonorrhée, VIH/sida... En connaissez-vous vraiment la définition? Les infections transmissibles sexuellement (ITS) sont nombreuses et demeurent une préoccupation de santé importante. Obtenez des renseignements sur la prévention, la prise en charge et le traitement de ces infections en consultant l'adresse suivante : <http://www.canadiensensante.gc.ca/healthy-living-vie-saine/sexual-sexuelle/index-fra.php>

## Health Canada

Syphilis. Chlamydia, Genital herpes, Gonorrhea, HIV/AIDs... Do you really know their meaning? Sexually transmitted infections (STIs) continue to be significant, and remain an important health concern. For more information on preventing, managing and treating STIs at the following address: <http://www.healthycanadians.gc.ca/healthy-living-vie-saine/sexual-sexuelle/index-eng.php>

**Sans rendez-vous**



**No rendez-vous**

**Cliniques d'impôt,  
offertes gratuitement par le  
Centre d'action bénévole du HSF.  
Informations 819 560-8540.**

**Les critères d'admissibilité :**

- une personne seule, 25 000 \$;
- un couple, 30 000 \$ et 2000 \$ pour chaque enfant à charge;
- un adulte avec enfants, 30 000 \$ et chaque personne à charge supplémentaire, 2000 \$;
- maximum de 1 000 \$ d'intérêts;
- aucun revenu de location ou de travailleur autonome ne sera accepté.

**Weedon :** les mercredis : 4, 11, 18 et 25 mars  
**Horaires :** 9 h à 12 h et 13 h à 16 h  
**Lieu :** Centre d'action bénévole du HSF  
209, rue des Érables, local 314

**Income tax Clinics  
Offered free of charge by the  
Centre d'action bénévole du HSF  
(Volunteer Action Centre).  
Informations 819 560-8540.**

**The eligibility criteria:**

- A single person, \$25 000;
- A couple, \$30 000 plus \$2000 for each dependent child;
- An adult with children, \$30 000 plus \$2 000 for each dependent person;
- Maximum \$1 000 in interest;
- No income from rental or from self-employment.

**Weedon :** Wednesdays: March, 4, 11, 18 & 25  
**Schedule :** From 9 a.m. to 12 & 1 p.m. to 4 p.m.  
**Location :** Centre d'action bénévole du HSF  
209, des Érables street, local 314

**La Journée internationale des femmes et  
le grand lancement de la Marche mondiale des femmes 2015**

**La Passerelle**

Le mercredi 4 mars, dès 17 h 30, au centre communautaire de Weedon, 209, rue des Érables.  
Grande invitation 2015. Animation, souper et danse.

Bonjour Mesdames! Le comité organisateur et La Passerelle, centre de femmes de la MRC du HSF, vous invitent chaleureusement à venir célébrer ensemble.

Une grande rencontre de solidarité. En cette période d'austérité, ce sera un moment privilégié pour rappeler et réaffirmer notre droit à l'égalité. Chaque année, plus d'une centaine de filles et de femmes se rencontrent pour souligner le chemin parcouru au fil du temps.

Pour 2015, les festivités se dérouleront sous le thème de :

« **FEMMES EN MARCHÉ POUR L'ÉGALITÉ, SOLIDAIRES CONTRE L'AUSTÉRITÉ!** »

Les billets (10 \$) seront disponibles dès le vendredi 13 février 2015 à :

**WEEDON : LA PASSERELLE, 819 877-3423 ET HOME HARDWARE, 819 877-2959**

**POUR INFORMATION : La Passerelle 819 877-3423 ou sans frais 1 877 447-3423.**

\*Vous pouvez apporter vos consommations alcoolisées.

\*À noter qu'il est possible de réserver une table pour un groupe de 8 femmes et plus.

## **Santé Canada**

Il y a eu un rappel visant huit modèles de poussettes et de système de voyage Graco.

La charnière de pliage des poussettes présente un risque de lacération ou d'amputation des doigts.

Pour en savoir plus : <http://www.healthycanadians.gc.ca/recall-alert-rappel-avis/hc-sc/2014/42149r-fra.php>

### Janvier 2015

Claude Blais  
Camille Drapeau  
Thérèse Fortier  
Danielle Grégoire  
Pauline Leroux  
Ann McFarland  
Solange Rioux  
Denis Rousseau

### Février

Manon Bolduc  
Marthe Bolduc  
Richard Cliche  
Denis Cloutier  
Robert Ferland  
Johanne Fillion  
Évariste Gagné  
Rachel Gosselin  
Raynald Lapointe  
André Mathieu  
Réal Quirion  
François Rousseau

## Sites Web de chez nous

### Bureau Pompes et traitements d'Eau :

[www.eau-bureau.com](http://www.eau-bureau.com)

### Canton de Lingwick :

[www.cantondelingwick.com](http://www.cantondelingwick.com)

### Centre Agricole Expert inc. :

[www.caexpert.com](http://www.caexpert.com)

### Cochon SouRiant :

[www.geocities.com/cochonsouriant/](http://www.geocities.com/cochonsouriant/)

### Domaine Sévigny, golf, camping :

[www.domainesevigny.com](http://www.domainesevigny.com)

### Ferme Croque-Saisons :

[www.croque-saisons.com](http://www.croque-saisons.com)

### GraphAlba :

[www.graphalba.com](http://www.graphalba.com)

### John Ward, artiste-peintre :

[www.graphalba.com/jward/](http://www.graphalba.com/jward/)

### Journal Le Reflet :

[www.lereflet.org](http://www.lereflet.org)

### La Ruée vers Gould :

[www.rueegouldrush.net](http://www.rueegouldrush.net)

### Manon Rouso, photographe :

[www.manonrousophotographe.com](http://www.manonrousophotographe.com)

### Ô Jardins d'Églantine :

[www.ojardinsdeglantine.com](http://www.ojardinsdeglantine.com)

Nous invitons les entreprises qui ont un site Web à nous le signaler.

Nous le publierons gratuitement. R

**AMECQ**  
ASSOCIATION DES MÉDIAS ÉCRITS  
COMMUNAUTAIRES DU QUÉBEC

*Une force  
communautaire!*

## CENTRE CULTUREL DE WEEDON

[culture@ccweedon.com](mailto:culture@ccweedon.com)

[www.ccweedon.com/culture](http://www.ccweedon.com/culture)

819 560-8555, poste 4.

Les Siffleurs de nuit, le vendredi 27 février 2015,  
série "Trad", à 20 h : prix régulier 22\$, prix membre 20\$.



Les Siffleurs de nuit

### Rubrique gratuite (bien vouloir nous aviser dès que c'est vendu)

#### Maisons, chalets à vendre, à Lingwick.

Nous faire connaître seulement :  
votre nom, adresse,  
téléphone, courriel.

Le Reflet : 819 877-3560,  
boîte vocale ou [info@lereflet.org](mailto:info@lereflet.org)

#### Maison (ferme) à vendre

49, chemin Galson.  
Maurice Rancourt, 819 875-3993.  
Monique Rancourt, 819 823-9048.

#### Maison à vendre

70, route 108.  
Jean Guy Poulin, 819 877-2284.

#### Maison à vendre

83, route 108.  
Marthe Bolduc, 819 877-3025.

## Sympathies

### Monsieur Yvon Gagné

Le 16 décembre 2014, au CHUS Hôtel-Dieu, à Sherbrooke, à l'âge de 63 ans, est décédé M. Yvon Gagné. Il était natif de Lingwick.

Outre sa mère, Yvette Rancourt et son père Évariste Gagné, il laisse dans le deuil ses frères et sœurs : Céline (feu Renaud Blais), Robert (Lucie Cécyre), Maurice (Nicole Hamel), Clémence, Renaud (Marie-Andrée L'Heureux), Eugène (Joan Desjardins), Ève-Reine (Éric Deland), Micheline (Jean-Yves Castonguay) et Brigitte (Louis Routhier).

Les condoléances ont été reçues le samedi 20 décembre dernier. Une cérémonie d'adieu a été célébrée à la chapelle. Les cendres seront mises en terre au cimetière de Sainte-Marguerite de Lingwick, à une date ultérieure.

### Monsieur Daniel Rodrigue

À la Cité de la Santé, ville de Laval, le 28 décembre 2014, à l'âge de 58 ans, est décédé M. Daniel Rodrigue, époux de Joanne Rondeau. Il était natif de Lingwick.

Outre son épouse, il laisse dans le deuil sa fille Louise (Stéphane Goyette) et son petit-fils Félix Goyette, son fils Benoît (Kim Lebrun), sa mère Monique Pelchat (feu Gilles Rodrigue), ses frères et sœurs Julie (Pierre-Paul Boulanger), Jocelyn (Lise Cloutier), Sylvie (Jacques Auger), Carole, et Louis; ses oncles et tantes dont Jacqueline Pelchat (feu Noël Bouffard); ses cousins et cousines dont Catherine Bouffard (Serge LaRochelle), Isabelle Bouffard, Stéphane Bouffard, Jean Bouffard (Corinne Burnand), Marc-André Bouffard (Sandra Charbonneau) et Pierre Dallaire. Il laisse aussi plusieurs autres parents et amis.

Les funérailles se sont déroulées en l'église Sainte-Marguerite de Lingwick, le 3 janvier 2015. Le service funèbre a été célébré par Mgr Donald Lapointe. Les servants de messe étaient Corinne Burnand et Catherine Bouffard. Les lectures ont été faites par Caroline Paradis et Francis Boulanger. Les cierges étaient portés par Jean Bouffard et Marc-André Bouffard. La croix était portée par Stéphane Bouffard. L'urne était portée par Isabelle Bouffard et la photo par Johanne

Rondeau. Les cendres seront déposées au cimetière de Sainte-Marguerite de Lingwick à une date ultérieure.

### Dame Béatrice Cournoyer

Le 4 janvier 2015, au CHUS Hôtel-Dieu, à Sherbrooke, à l'âge de 87 ans, est décédée dame Béatrice Cournoyer, épouse de feu Bertrand Grégoire, demeurant à Sherbrooke.

Elle laisse dans le deuil sa fille Danielle (Michel Bourque) et ses petits-enfants David et Carol-Anne Bourque de notre paroisse.

Les funérailles ont eu lieu en l'église Saint-Janvier de Weedon, le samedi 10 janvier.

## Prompt rétablissement

Si nous voulions essayer de remplacer nos pensées les plus accablantes par des bonnes et même de très bonnes, le plus souvent possible, cela pourrait nous rapprocher d'une meilleure santé.

## Santé Canada

RADON : le radon est un gaz radioactif qui émane naturellement du sol et qui peut pénétrer dans votre maison sans être détecté. Il est incolore, inodore et sans goût. L'exposition au radon est la deuxième cause de mortalité par cancer du poumon après le tabagisme et la première chez les non-fumeurs. Deux façons simples d'analyser les concentrations de radon dans votre maison. Vous pouvez le faire vous-même à l'aide d'une trousse d'analyse, disponible en quincaillerie ou en ligne, ou embaucher un professionnel. Santé Canada recommande une période de mesure d'au moins trois mois, de préférence entre septembre et avril, lorsque les portes et les fenêtres sont le plus souvent fermées. Visitez : <http://www.canadiensensante.gc.ca/environnement-environnement/home-maison/radon-fra.php>

## Health Canada

RADON: Radon is a radioactive gas found naturally in the environment that can get into your home undetected. It can't be seen, smelled or tasted. Exposure to radon is the second leading cause of death from lung cancer after smoking and the first leading cause for non-smokers. Two simple ways of testing radon in your home. You can either use a do-it-yourself test kit, available at hardware stores or online, or hire a certified radon professional. Health Canada recommends that houses be tested for a minimum of 3 months, ideally between September and April when windows and doors are typically kept closed. Visit: <http://www.healthycanadians.gc.ca/environnement-environnement/home-maison/radon-eng.php>

## Campagne de recrutement

**Le Reflet**  
du canton de Lingwick

**Le mercredi 25 mars 2015, se tiendra l'assemblée générale annuelle (AGA) du Reflet.**

Le Reflet reçoit une subvention du ministère de la Culture et des Communications du gouvernement du Québec, par le biais du Programme d'aide au financement (PAF).

Comme par les années passées, le ministère exige que les journaux communautaires tiennent une campagne de recrutement et qu'ils aient des membres individuels en règle : c'est-à-dire que chaque personne qui voudra voter à l'assemblée générale annuelle devra avoir une carte de membre et avoir acquitté une cotisation.

Des cartes de membre sont actuellement en vente au montant de un dollar. Vous pourrez aussi vous en procurer une lors de l'AGA; elles seront valides pour une période d'un an, à compter du 1<sup>er</sup> mars 2015.

En plus de démontrer votre intérêt pour lui et d'encourager les bénévoles qui donnent leur énergie pour vous offrir un journal de qualité, être membre de votre journal communautaire vous permet de prendre part à sa gestion.

*Conseil d'administration du journal communautaire  
Le Reflet du canton de Lingwick*

télécommunications  
**Xittel** *Allez plus loin*

➤ À partir de **49,99\$** par mois  
*Forfait affaires aussi disponibles*

**Avec Xittel, allez plus loin**

*Internet haute vitesse  
Forfait téléphonie disponible*

Pour plus d'information :  
**1 866 853-3232** ou consultez : **www.xittel.net**  
*Notre service haute vitesse est même présent dans les collectivités les plus éloignées.*

*D'ailleurs, c'est notre spécialité !*

MRC  
de Haut-Saint-François  
*engagé vers l'avant*

## Impôts pour les particuliers



**Réjean Rousseau**

Rapide, efficace et confidentiel.

Cueillette et livraison à domicile.

**819 345-0990**

**perousseau@hotmail.com**

## Ghislain Bolduc

**Député de Mégantic**

- Adjoint parlementaire du ministre des Transports (volet matières dangereuses)

- Adjoint parlementaire du ministre responsable de la région de l'Estrie (volet relance de Mégantic)

220, rue Principale Est,  
2<sup>e</sup> étage,  
bureau 228 N,  
Cookshire-Eaton, QC, J0B 1M0  
Tél. : 819 875-5410  
Sans frais : 1 800 567-3523  
Télé. : 819 875-3475  
gbolduc-mega@assnat.qc.ca



Bureau de circonscription  
5142, boul. Bourque, Sherbrooke, QC, J1N 2K7  
Télé. : 819 347-3583  
jean.rousseau@parl.gc.ca

*Jean Rousseau, député de Compton-Stanstead*

819 347-2598 | [www.jeanrousseau.npd.ca](http://www.jeanrousseau.npd.ca)

RÉSIDENTIEL | COMMERCIAL | INDUSTRIEL  
**isolationsc@hotmail.com**  
**ISOLATION SUPRÊME**  
*Coates*  
**WEEDON et région**  
ESTIMATION GRATUITE | **819-674-5449**  
INSONORISATION  
URÉTHANE GICLÉE, LAINE ET CELLULOSE SOUFFLÉES

**Espaces simples ou doubles, en hauteur ou en largeur,  
N&B ou couleur, à votre disposition.**

**Espace simple : largeur, 2,36 po. et hauteur, 1,29 po.**

**Faible coût (voir en page 2).**

**Reçus émis.**

**819 877-3560.**

**info@lereflet.org**

**À Lingwick**  
**cours de danse country**

avec le professeur  
Jean-Mary Trouillet

**jmtrouillet@sfr.fr**

**819 943-4517**



**luc.gagnon@xplornet.ca**  
**FRUITS DE MER EN GROS**

Produits congelés et  
autres produits sur demande.  
Pour tous, livrés sur commande.

Ex. : crevettes roses crues  
cat. 16/20, 22,50 \$ pour 908g.

**819 877-2031, boîte vocale**

**EDMOND YERGEAU**

NOTAIRE, CONSEILLER JURIDIQUE

165, rue Bonaventure  
Trois-Rivières  
QC, G9A 2A9

**LINGWICK**

**819 877-3446**

819 373-1077

**MASSO**  
**ORTHO** *thérapie*

**819 574-3830**

*Jean-René Rompré Lingwick*

**RAMONAGE MALEX Ent.**  

 Ramonage,  
 réparation de cheminées,  
 installation de gaines  
 et de préfabriquées.

**MEMBRE**  
  
 RBO # : 8291-1900-11

Éric Pelletier, prop.  
**Tél. : 819 657-4578**  
**Cell. : 819 582-9206**

785, ch. du Cimetière,  
 Milan, QC, GOY 1E0

494, 2<sup>e</sup> Avenue, Weedon, QC, J0B 3J0

**PLOMBERIE  
 GILLES PHANEUF**

Vente et réparation de pompes à eau. Traitement d'eau.  
 Système de chauffage à air pulsé et à eau chaude.  
 Système de chauffage radiant dans les planchers.

**819 877-2483** Téléc. : 819 877-5446

**Salon de bronzage**  
 Lesa-Marie Morrison  
 444, route 161 N., Stornoway  
**819 652-1185**  
 du lundi au vendredi  
 de 10 h à 20 h  
 Sur rendez-vous seulement

Vente de bijoux artisanaux

**J.N. Denis**  
**SOUDEURE GÉNÉRALE ET MÉCANIQUE**  
 Machinerie lourde, forestière  
 Suspension de camions et remorques  
 Fabrication de boyaux hydrauliques  
 Système d'air climatisé  
 Réparation de véhicules récréatifs

**Tél. : 819 877-2433**

169, 2<sup>e</sup> Avenue (rte 112), Weedon

**BOIS DE CONSTRUCTION  
 ET  
 MINI EXCAVATION**

**DENIS ROUSSEAU**  
 Lingwick, QC  
**819 877-2849**

**BOUTIQUE NEW FASHION** 651, route 108, Stornoway  
**Tél. : 819 652-2191**  
**Cell. : 819 570-8425**

Vêtements mode Dame et enfant

**CLASSIQUE** Habillons jusqu'à 3X  
 Vêtements toutes occasions  
 Robes de bal - Robes médiévales

**Brunet**  
 Stéphan Ouellet  
 Marylène Roy  
**Pharmaciens**

**819 877-3355**  
 404, 2<sup>e</sup> Avenue, Weedon  
 brunetweedon@infopharm.ca

**418 449-3436**  
 240, St-Joseph Est, Disraeli  
 brunetdisraeli@infopharm.ca

**Auto PLACE**  
 MAÎTRE MÉCANICIEN

**Garage Luc Béliveau**  
 520, route 108  
 Stornoway, QC  
 G0Y 1N0

819 652-2126 Téléc. : 866 279-9122  
**1 800 819-2175**

**819 652-2626 Soudure et usinage général**

**Atelier R. N. S.E.N.C.**  
 516, route 108, C. P. 128  
 Stornoway, QC, G0Y 1N0

Réalisons vos projets sur mesure

Depuis 1996

*Auberge l'Orchidée*

**Traiteur**  
 Buffets froids ou chauds.  
 Brunch. Méchoui.

Plats cuisinés maison, sous vide.  
 Pâtés au poulet, aux fruits de mer, au saumon. Tourtières. Bœuf braisé.  
 Poulet farci, poulet à la portugaise.  
 Coquilles aux fruits de mer.

**Sur réservation**

661, route 108, Bury  
 819 872-3873 ou sans frais  
**1 866 663-3873**  
 www.aubergelorchidee.com

**Sans frais 1 800 363-4228**

**819 877-2378** Pompes à béton

Béton préparé et coffrage  
 Déménagement de maisons  
 Excavation

**Léo Barolet & Cies**

Léo Barolet, président  
 250, 2<sup>e</sup> Av., Weedon

Grue 22 tonnes  
 Terre et gravier


*Dr Benoit Giard*  
 Dentiste

200, 2<sup>e</sup> Avenue, Weedon, QC, J0B 3J0  
**Tél. : 819 877-5400**  
 Téléc. : 819 877-2168

**Baldwin récupération**  
 Achat et vente de bois antique, Bury  
 Marie-Claude Vézina, prop.

**1 819 872-3897** Sur facebook

Bois de grange ou de vieilles maisons,  
 madriers, poutres, planches diverses,  
 planchers, perches de cèdre, etc.

**Excavation**  
  
 417, route 108  
 Stornoway

Clément : 819 652-1064  
 Cell. : **819 820-9215**  
 YVES : 829 652-9989  
 Cell. : **819 820-9216**  
 Téléc. : 819 652-1001  
**Bureau : 819 652-2451**

Camionnage  
 gravier - terre  
 excavatrice  
 drainage forestier  
 fosses septiques

**Restaurant Rita Staniscia**  
 chef propriétaire  
**819 877-2090**

*Da Rita*

Gastronomie italienne  
 Midi : sur réservation

Table d'hôte Apportez vin et bière  
 353, rue St-Janvier, Weedon, QC, J0B 3J0  
 Notre entreprise encourage les produits locaux.

**Centre Funéraire Préarrangements**  
**Jacques & Fils inc.** Crématorium

Depuis 1946 330, 2<sup>e</sup> Av., WEEDON

50, rue Victoria, SCOTSTOWN  
 44, rue Garneau, LA PATRIE  
 3800, rue du Québec-Central,  
 LAC-MÉGANTIC

Jean-Pierre & François Jacques  
**1 800 267-0757**  
 www.jacquesetfils.com

**CLD MAUT-SAINT-FRANÇOIS**  
 Centre local de développement

**LE SOUTIEN NÉCESSAIRE POUR RÉALISER VOS PROJETS D'ENTREPRISES OU COLLECTIFS**

Tél.: **819 560-8500**  
 61, rue Laurier  
 East Angus (Qc)  
 J0B 1R0

**www.cldhsf.com**

**Centre mécanique Windsor**  
 Propriétaire : André Blanchette  
 Prix compétitifs

Pneus / mécanique de tous genres  
 29, rue Vertu, Windsor, QC, J1S 1N4  
**Tél. : 819 845-2174**  
 Cell. : 819 345-9414  
 andreblanchette@hotmail.ca

**Tél. : 819 877-2929**  
 tra08737weedon@sobeys.com

**TRADITION**

**SAQ**

**Marché Lagassé**  
 285, 2<sup>e</sup> Avenue  
 (route 112) Weedon,  
 QC, J0B 3J0


**fritou**

**François Fontaine, comptable**  
 - Impôts  
 - Tenue de livres  
 - États financiers



Weedon : cell. 418 957-8222  
 Beauce : rés. 418 226-4055  
 ffontaine comptable@hotmail.com

**Ferme bovine Michel Rousseau**



34, route 108  
 Gould, Lingwick  
**819 877-3495**

**Services Internet**  
 Services aux entreprises  
 Conception de sites Web  
 Formation  
**Veetam Lachance**  
 1679, ch. Coates  
 Weedon, QC, JOB 3J0  
**819 877-5990**

**Trans-Formation**  
 www.transformation.ca  
 info@transformation.ca

**Alternateurs Démarreurs Weedon enr.**



Vente et recyclage de toutes marques

Ghyslain Filion 121, rue Biron, C.P. 23  
 Propriétaire Weedon, QC, JOB 3J0  
**819 877-3283**

**ALUMI - PRO V.R. INC.** www.alumiprovr.com  
**418 423-5858**  
 ventes@alumiprovr.com

Entretien et réparation de roulottes  
 Fabrication et vente d'aluminium  
 Pièces et accessoires

**Michel Bourque**, 6, ch. de Vimy, loc. 400  
 St-Joseph-de-Coleraine, QC, G0N 1B0

**Herbaristerie**  
 Produits de soins corporels naturels

**Jardins d'Églantine**  
 Églantine Vignon  
 tél. : 819 877-5505  
 www.ojardinsdeglantine.com  
 22, chemin North Hill, Lingwick, QC

**Garde en milieu familial**  
 7 \$ par jour, de 0 à 5 ans  
**Ouvert depuis 1999**  
 Bury  
 Réservation : Micheline Brochu  
**819 872-3292**

**Lina Fréchette, d.d.**  
 Denturologiste

Fabrication et réparation de prothèses dentaires

**Consultation gratuite**  
 Pour le plus beau sourire

**Catherine Bouffard, Dt.P.**  
 Diététiste-nutritionniste (B.Sc.)  
 Membre de l'OPDQ

**Approche personnalisée ou en groupe**

Tél. : 819.877.3891  
 Courriel : cbouffard.nutrition@hotmail.com

Consultante pour Entrainement Cap Santé

**Remorquage Gilles Gendron**

Survoltage  
 Transport en tous genres  
 Courte et longue distance  
 Ramassage de carcasses  
 Limite : 6500 kg/15 tonnes  
 g3gendron@sympatico.ca




850, route 108, Bury, QC, J0B 1J0  
**819 872-3292 Cell. : 819 570-3651**

**Weedon**  
 190, 2<sup>e</sup> Avenue, QC, JOB 3J0  
**Tél. : 819 877-3132**

**Thetford Mines**  
 63, boul. Smith Sud, QC, G6G 1M9  
**Tél. : 418 335-3168**

www.rueegouldrush.net  
 19, rte 108, Gould, Lingwick  
**819 877-3446**

Tables et Relais du Terroir<sup>MD</sup> certifiés  
 brunch du dimanche  
 produits maison  
 hébergement

**North Hill Farms**  
 COMMERCIAL BEEF PRODUCTION  
 FEEDERS FOR SALE  
 The Beatons  
 Howard  
 Gould, Lingwick, QC, J0B 2Z0  
**819 877-2562**

**GraphAlba** Geneviève Lussier

Un service au cachet humain  
 Design graphique  
 Retouche de photo  
 Sites web

A service with a human touch  
 Graphic Design  
 Photo touch-up  
 Websites


EN PLUS DE  
 Transfert VHS à DVD et montage

AND ALSO  
 VHS Transfer to DVD & editing

www.graphalba.com  
 16, ch. Fontainebleau, Lingwick  
 819 877-2919 - graphalba@gmail.com

**CHRISTIAN BOLDOC AUTO INC.**

Christian Bolduc, président  
**Tél. : 819 877-3847 Cell. : 819 572-3099**  
 www.presqueneuf.ca  
 129, 2<sup>e</sup> Avenue, Weedon, QC, JOB 3J0



**Unimat** Centre de rénovation Location d'outils  
**Sonic** Station-service Dépanneur

260, 7<sup>e</sup> Av. et 495, 2<sup>e</sup> Av. (rte 112)  
**La Coop** Weedon **819-877-2733**

**EN PLUS DE**  
 Transfert VHS à DVD et montage

**AND ALSO**  
 VHS Transfer to DVD & editing

www.graphalba.com  
 16, ch. Fontainebleau, Lingwick  
 819 877-2919 - graphalba@gmail.com



**Soudure service Mobile**  
**Aluminium-stainless-acier-alliages**

Stéphane Boutin 1092, route 108  
**819 877-2655** Bury Qc JOB 1J0  
 stephanesouduremobile@hotmail.ca

**GARAGE MARTIN LOUBIER**  
 Prop. Martin Loubier  
 maître technicien certifié  
 spécialisé Ford et diesel  
 25 ans d'expérience



22, ch. Montagne-Rouge, Lingwick, JOB 2Z0  
 Gar. : 819 877-2594 Cell. : 819 432-3002  
 garage-martin-loubier@outlook.com

**Ferme Alain Rousseau**



120, rang des Pointes, Lingwick, QC, JOB 2Z0  
**819 877-2496**

**FERME GILBERT & FILS INC.**  
 Production laitière Holstein  
 Produits d'érable

1, route 108, Lingwick, QC  
**819 877-2167**



**MARCHÉ BERNADIN** **649**  
 Épicerie - Quincaillerie - Club vidéo  
 Bureau de poste - Permis de chasse et pêche  
 Propane, achat/échange - Essence 

Accessoires, produits et vêtements forestiers **Ouvert 7 jours**

71, route 108, Lingwick, QC, J0B 2Z0  
**Tél. : 819 877-2511**  
 Téléc. : 819 877-2858

 **LE PIONNIER**  
 Produits maison  
 Pâtés au poulet et mexicains,  
 tourtières, sauce à spaghettis

**DÉJEUNERS**  
 Pizza, poulet frit, sous-marins

**BRANDSOURCE** 295, route 112 (2<sup>e</sup> Av.),  
 Weedon,  
**819 877-2897**

**AMEUBLEMENT**  
*Séigny*

**DECOR SURFACES** 1250, rue Champlain  
 Disraeli  
 Meubles, décorations,  
 couvre-planchers. **418 449-4333**

**R & L Coates Plantations**  
**Christmas Trees**

Richard & Lynda Coates   
 19, North Hill Rd.  
 Lingwick, QC, J0B 2Z0  
**Tel. : 819 877-5344**

**PISCICULTURE GILBERT**

 **Truite**  
**d'ensemencement** 

3B, route 108 Brigitte Martel - Serge Gilbert  
 Lingwick, QC, **Tél. : 819 877-2676**  
 J0B 2Z0 pisciculture.gilbert@hotmail.com

**Ferme agro-forestière**  
**Gagné de Lingwick inc.**  
*Produits d'érable purs*  
 SIROP - TIRE - BEURRE - SUCRE  
 Sainte-Marguerite-de-Lingwick  
**819 877-2334**

 **ABATTOIR ROUSSEAU inc.**  
 SPÉCIALITÉ : COUPE DE PORC  
 vente en gros - bœuf pour congélateur  
 saucisse - jambon

SOUS INSPECTION PROVINCIALE  
 30, route 108, Gould, comté de Compton, QC, J0B 2Z0

**Donald Rousseau, 819 877-2644**  
 propriétaire **Rés. : 819 877-3055**

**RÉAL LOUBIER & FILS INC.**  
**TRANSPORT DE LAIT — Lingwick**  
**819 877-2595**



**POMPES ET TRAITEMENTS D'EAU**  
**Bureau**  
 Tommy Bureau, prop. #RBQ 5669-1439-01

**www.eau-bureau.com** Installation  
**819.674.0311** nettoyage et  
 réparation  
 de puits

 *Manon Rousseau*  
 Maître Photographe Émérite

- Photos de famille et scolaire
- Cours de photographie


819 877-3495  
 www.manonroussophotographe.com

 **Maréchal-ferrant**  
**Mathieu Boulanger**  
 Diplômé de l'ITA  
 Chevaux légers et lourds  
 6, ch. Fontainebleau,  
 Lingwick

**Tél. : 819 877-3715 Cell. : 819 582-1173**

**Domaine Séigny**  
**Golf - Camping**  
 Salle pour activités sociales et familiales,  
 hébergement avec déjeuner.  
 20, route 257, entre Gould et Weedon  
**819 877-3005**  
**www.domaineseigny.com**

**PISCICULTURE ANDRÉ GAULIN**

 **TRUITE MOUCHETÉE**  
 de 1 à 12 pouces  
**POUR ENSEMENCEMENT**  
 Possibilité de transport

119, route 108, Lingwick, QC  
**819 877-3497**

Service de Garde  
**Little Critter**  
 Home Daycare Service



Peggy Thompson  
 Gould • Endroit Rural/Rural Setting  
 (819) 877-5083 • Programme Éducatif  
 Educational Program

**Mécanique générale**

**Garage**  
**Claude**  
**Morin** 

53, route 108  
 Lingwick, QC  
**Tél. : 819 877-5731**  
 Cell. : 819 823-2971

 **Ferme**  
**Croque-Saisons**  
 Caroline et Sébastien  
**819 877-5254**  
 111, route 108, Lingwick  
**www.croque-saisons.com**  
 Légumes biologiques, agneaux de pré, œufs

**LS TRACTOR**  

Concessionnaire LS et Deutz-Fahr  
**Centre Agricole Expert inc.**

Frédéric Ward, prés. **819 877-2400**  
 17, ch. North Hill www.caexpert.com  
 Lingwick, QC, J0B 2Z0 info@caexpert.com

 Pièces d'automobiles **pronto** 

**Quincaillerie N. S. Girard inc.**  
 259, 2<sup>e</sup> Avenue, (route 112) Weedon, QC, J0B 3J0  
 Nathalie Blanchette et André Daigneault, props.  
**819 877-2959** Téléc. : 819 877-5460  
 www.homehardware.ca

 **Weedon Auto**  
 La clé de la confiance

Vente  
 neuf, usagé.  
 Pièces - Service  
 Carrosserie

**Tél. : 819 877-2833**  
 www.weedonauto.com  
 info@weedonauto.com

Sirop et produits  
 d'érable  
 disponibles  
 à l'année.

 **ferme MACK**

Props : famille Duquette

**819 877-3163** **124, route 108,**  
 micduq@gmail.com Lingwick, QC, J0B 2Z0

**CORDONNERIE**

**Gislain Rousseau**  **Réparations**  
 34, ch. du Belvédère **de tous genres**  
 Gould, Lingwick

**Réparation**  
 d'attelages

Heures d'ouverture  
 Mardi au vendredi, de 9 h à 17 h  
 Samedi sur appel

**819 877-2408** **Fabrication**