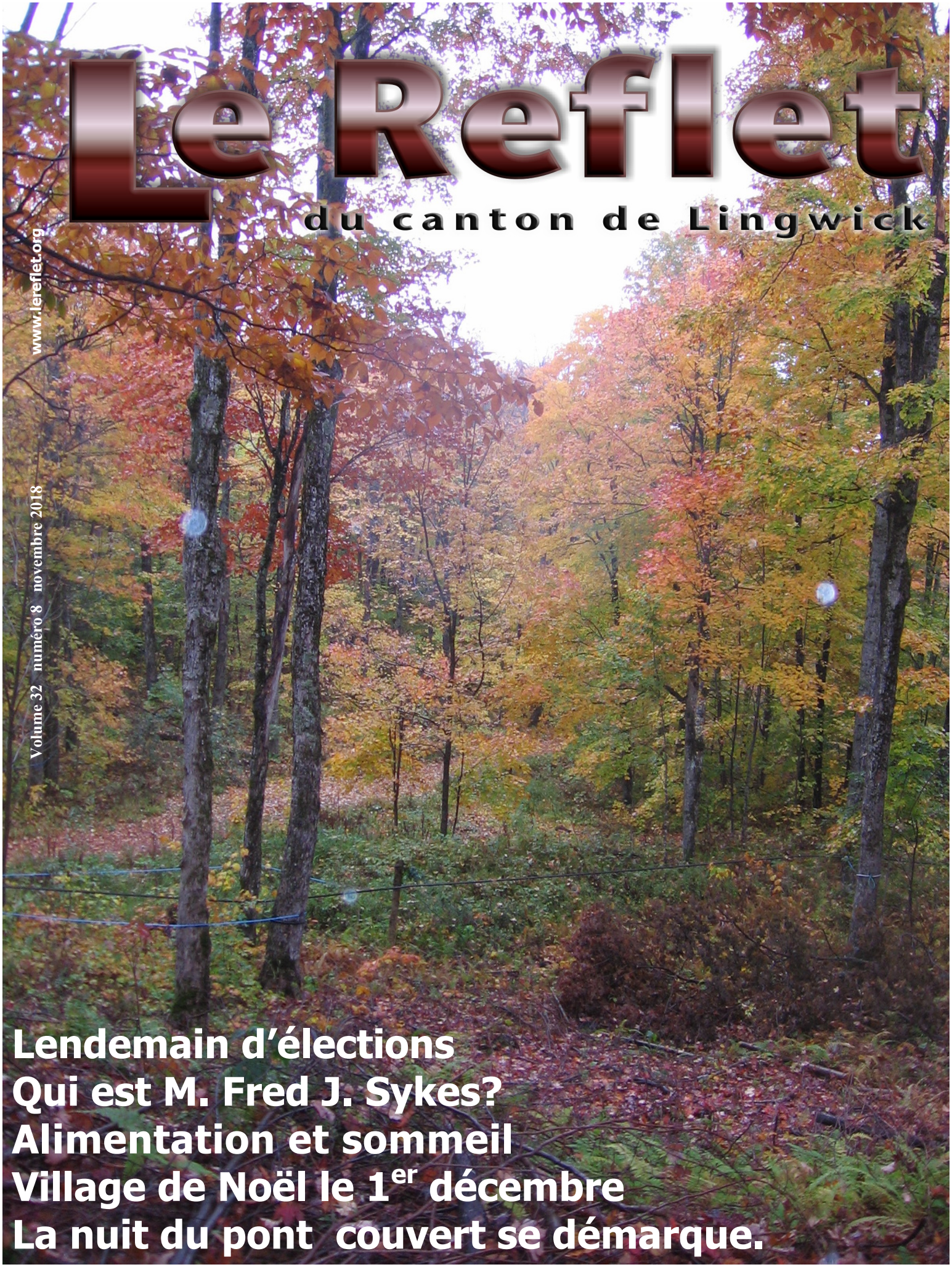
Le Reflet

du canton de Lingwick

www.lereflet.org

Volume 32 numéro 8 novembre 2018



Lendemain d'élections
Qui est M. Fred J. Sykes?
Alimentation et sommeil
Village de Noël le 1er décembre
La nuit du pont couvert se démarque.

Sommaire

Lendemain d'élections - Clin d'œil à nos annonceurs	3
Lingwick, c'est dynamique. - Opération cadeaux de Noël	4
L'hiver est à nos portes.	5
Coup de pied	6
Deux avis publics	7
C'est fait! - Done!	8
Alimentation et sommeil	9
Procuration - Offre d'emploi au journal Le Reflet	10
Calendrier des activités	11
S'amuser et partager. - Saison admirable	12
Baseball poches - Paniers de Noël	13
Faites notre page couverture en couleur.	13
Village de Noël et le marché de Noël le 1er décembre	14
La nuit du pont couvert se démarque.	15
Village de Noël	15
Village de Noël	16
Célébrons la réussite!	17
Parlement jeunesse	18
Toujours au rendez-vous	19
Qui est M. Fred J. Sykes?	20
Anniversaires - Village de Noël et exposition de crèches	21
Programme Pair	21
Centre culturel de Weedon	22
Souper de la fadoq Lingwick le 8 décembre	22
Novembre 1998	23
Le Reflet en abonnement cadeau	23
Produits de Noël au profit de Moisson Haut-Saint-François	24
Observations de Mme météo - Guide de la proche *aidance*	25
Programme communautaire des bénévoles en matière d'impôt	26
Activités de La Passerelle	26
Sympathies - Prompt rétablissement	27
Activités de Virage Santé mentale	28
Sites Web de chez nous - Maison et terrain à vendre	29
Nos annonceurs : 28, 29, 30, 31, 32	

Page couverture : Automne 2008

Photo : Daniel Pezat

Le Reflet du canton de Lingwick

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

Prochaine parution : Tombée : 3 décembre 2018
Parution : 17 décembre 2018

Périodicité : 9 fois l'an / 300 exemplaires
Dépôt des articles : par courriel, par la poste, dans la boîte du journal au Magasin général Morin ou sous la porte du local.

Abonnements :
Chèque au nom du Reflet, 72, route 108, Lingwick, QC, J0B 2Z0. **35** $ pour un an.
Responsable, Geneviève Lussier 819 877-2919
Courriel : graphalba@gmail.com
5 $ l'unité (commander tôt)
1 $ pour devenir membre individuel (pour soutenir)
Organismes membres : parution de vos articles

Publicité :
Suzanne Paradis 819 877-5145
Courriel : suzanne@informessely.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)
20 $ pour ¼ de page N&B ou **40** $ couleur
35 $ pour ½ page N&B ou **70** $ couleur
60 $ pour 1 page N&B ou **120** $ couleur
Vœux des fêtes : ½ page, **55** $; ¼ page, **30** $ (N&B)
(en couleur, doublez le coût)

Services

Urgence - Ambulance - Incendie	9-1-1
Info-Santé (infirmières)	8-1-1
Sûreté du Québec	*310-4141
Magasin général, comptoir postal	819 877-2511
Caisse Desjardins des H-B	1 866 389-1325
CLSC de Weedon	819 821-4000
Canton de Lingwick	819 560-8422
Presbytère à l'église Weedon, bur. :	819 877-2566

Conseil d'administration

Catherine Bouffard, présidente	819 877-3891
André Mathieu, vice-président	819 877-2656
Manon Bolduc, secrétaire	819 877-3019
Suzanne Paradis, trésorière	819 877-5145
Danielle Leclerc, administratrice	819 877-2159
Marcel Langlois, administrateur	819 877-5009
Monique Théoret, administratrice	873 823-8070

Suzanne Paradis, journaliste accréditée à l'AMECQ.
Dépôt légal 2018 :
Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Réagissez à nos articles : www.lereflet.org

AMECQ Association des médias écrits communautaires du Québec — Tirage certifié AMECQ
Centre d'Action Bénévole du Haut-Saint-François
Le Reflet du canton de Lingwick — Québec

Éditorial

Lendemain d'élections

André Mathieu

Surprises et miracles, selon les résultats de l'élection du mois dernier. Désagrément pour les libéraux et les péquistes, avec les pires performances depuis bien longtemps. Le chef du PQ (Parti Québécois) perd son comté au profit de Québec Solidaire (QS). Pour le PQ, c'est la suite de l'agonie depuis la défaite de Mme Marois et de M. Boisclair.

C'est la meilleure performance à vie pour Québec Solidaire, en nombre de députés élus et en pourcentage des votes. Les citoyens désabusés et insatisfaits des libéraux et des péquistes ont manifesté et voté autre chose. Un vent de sympathie pour ce parti de Mme Massé qui devient une adversaire majeure à l'Assemblée nationale.

Le quasi-miracle, c'est la majorité écrasante de la CAQ (Coalition Avenir Québec). Est-ce que le règne libéral ou péquiste est terminé? L'avenir nous le dira. M. Legault a trouvé la recette pour devenir premier ministre en un temps record, à partir de député et ministre sous la bannière péquiste il y a quelques années. Il est à noter que l'Action Démocratique du Québec (ADQ) de Mario Dumont a précédé la CAQ comme premier parti d'opposition. Certains députés *caquistes* proviennent en effet des rangs de l'ADQ.

Parlons des promesses électorales qui ont fait élire le gouvernement : il y a absence de promesses en environnement avant l'élection, mais promesse de remettre de l'argent dans le portefeuille des payeurs de taxes. Qu'est-ce qui aidera les plus désavantagés non payeurs de taxes? Revoir l'entente avec les médecins spécialistes, cette promesse est déjà douteuse quant à son application. Les programmes pour les immigrants sont flous et, au débat des chefs, M. Legault n'a rassuré personne. Les signes religieux, on peut douter du résultat. L'école maternelle pour les enfants de quatre ans serait *une façon d'améliorer le plein potentiel de réussite* de nos jeunes. En plus, le ministre de l'éducation nous parle *d'améliorer la formation du personnel enseignant*, comme si les problèmes venaient de ces enseignants qui donnent tout ce qu'ils peuvent. Mauvais départ pour un ministre, cette accusation. Ces voeux pieux seront difficiles à réaliser, compte tenu des budgets requis, des locaux à trouver ou construire et du personnel enseignant à engager, alors que les spécialistes doutent de la pertinence de cette maternelle quatre ans.

M. Legault nous dit que l'économie québécoise se porte bien; M. Couillard nous affirme que les finances sont saines, et aucun politicien ne contredit cela. Nous lisons dans les journaux qu'il y aurait un surplus budgétaire, est-ce bien vrai? Si surplus il y a, les libéraux doivent en être responsables, les coupures de services en santé et en éducation en début de mandat nous le rappellent, malgré une tentative des mêmes libéraux de nous les faire oublier en vue du dernier scrutin.

Enfin, les québécois se souviennent des temps d'austérité, et c'est maintenant que M. Legault pourra en faire ce qu'il voudra, sa majorité écrasante lui permettant une grande latitude. M. Legault, qui vient d'arriver, n'est pas responsable des finances actuelles ni des surplus, ni de l'économie bien portante du Québec.

Nous lui souhaitons de consulter et d'écouter la population qui l'a élu, même si la tentation de sa forte majorité peut le rendre sourd jusqu'à la prochaine élection. R

Lingwick, c'est dynamique.

Manon Bolduc

ViActive

Venez bouger avec nous tout en vous amusant au son de belles musiques, les lundis à compter de 10 h. Vous pouvez vous joindre au groupe en tout temps.
Suzanne Paradis, 819 877-5145.

Marguerites volantes

- Lors de notre repas communautaire du 17 octobre dernier, nous avons accueilli une trentaine de personnes.
- Notre dernière réunion a été le 5 novembre
Gabrielle Dallaire, 819 877-3367.

Fadoq Lingwick

- Veuillez noter qu'il n'y a plus de base-ball poches les mercredis soirs. De retour en janvier s'il y a assez de gens.
- Assemblée mensuelle le 3e mercredi du mois à 13 h 30.
- Le café Bla Bla est ouvert du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 11 h 30.
- Les cartes d'adhésion annuelle fadoq sont en vente au coût de 25 $.
- Bienvenue à tous les nouveaux membres.
Jacqueline P. Bouffard,
819 877-2743.

Loisirs

À la salle communautaire du centre municipal, 72, route 108.
- Cours de karaté ShinKyokushin, affilié à l'école de karaté France Carrier, les jeudis.
Débutants : enfants, adolescents et adultes, de 18 h 30 à 19 h 30. Élèves avancés, de 18 h 30 à 20 h. (Mise en forme, discipline et confiance en soi.) Information : Martin Groulx, 819 888-2534.
- Cours de cardio fitness les mercredis, de 19 h à 20 h. Exercices différents à chaque semaine. (Utilise ton corps pour t'entraîner. Pas de machines. Pas de poids. Pas d'excuses.) Pour tous les âges et toutes les conditions physiques. Information : Martin Groulx, 819 888-2534 ou http://www.cle1917.wixsite.com/cardio
www.kyokushinsherbrooke.com
Andrée-Maude Courval,
819 877-5376.

Bibliothèque

- Le tirage du concours d'octobre aura lieu le 15 novembre 2018.
- Visitez votre bibliothèque. Venez en grand nombre. Nous sommes ouverts tous les jeudis, de 18 h 30 à 20 h, au local situé au 2e étage du centre municipal, 72, route 108, à Lingwick.
Régine Ward, 819 877-3230.

Afeas

- Comme l'an passé, l'afeas aura une table d'artisanat lors du marché de Noël du 1er décembre; des billets seront en vente pour une superbe catalogne.
- Réunion mensuelle le 1er mercredi du mois à 13 h.
- Cinq membres ont participé en tant que bénévoles au Salon des artisans, le 11 novembre, à Sherbrooke.
- Les métiers à tisser sont toujours en fonction au local même.
- Bienvenue aux nouvelles recrues.
- Site Web : www.afeas.qc.ca
Céline Gagné, 819 877-2300.

La fabrique

- Nous avons tenu notre réunion le 18 novembre dernier.
- Messe à 10 h 45 tous les dimanches.
Lise Roy, 819 877-2489. R

Opération cadeaux de Noël

Carrefour jeunesse-emploi du Haut-Saint-François

(0-12 ans, jouets seulement, pas de vêtements)

La collecte prendra fin le vendredi 30 novembre.

Au Carrefour jeunesse-emploi (CJE) du Haut-Saint-François,
Véronick Beaumont travaille à un projet de récupération et de valorisation de jouets qui sont récoltés, nettoyés, réparés et redistribués aux familles du Haut-Saint-François.

Vous pouvez apporter les jouets au centre communautaire de Weedon, 209, rue des Érables.
Pour les enfants de 0 à 12 ans : jeux de société, livres, casse-têtes,
LEGO et autres blocs de construction, consoles de jeux vidéo, jeux d'éveil pour bébés, etc.

Pour recevoir des jouets

Si vous avez des enfants de 0 à 12 ans et que vous habitez le Haut-Saint-François,
vous pouvez contacter Véronick Beaumont, au 819 832-1513 ou à défi@cjehsf.qc.ca

L'hiver est à nos portes.

Suzanne Paradis

L'hiver est à nos portes…
On s'y prépare.

Résumé de la séance du conseil du 5 novembre 2018.

Suivi des dossiers

- Dans le dossier de la rétrocession du 81, chemin du Belvédère, les propriétaires ont été rejoints et collaborent à remettre le terrain à la municipalité.
- Augmentation de 1,9 % du rôle triennal de l'évaluation totale dans la municipalité.
- Le 11 octobre a eu lieu la distribution des bourses aux finissants de notre municipalité.
- Il y a eu signature du contrat de vente du terrain industriel sis sur la route 108.

Le conseiller Jonatan Audet nous parle d'une plateforme pour relier l'ensemble des personnes qui s'activent pour transformer la société : https://www.tiess.ca/passerelles

Sentier des écossais

Le conseiller Daniel Audet nous informe de l'obtention d'une subvention de 33 000 $ pour l'organisation du 125e anniversaire du décès de Donald Morrison. Les municipalités de Lingwick, Scotstown, Milan, Hampden et Stornoway participent à ce projet.

Déclarations des intérêts pécuniaires

Comme à chaque année, les élus municipaux doivent faire cette déclaration qui sera déposée au MAMOT (ministère des Affaires municipales et de l'Occupation du territoire).

Règlement taxation 2019

Assemblée extraordinaire du budget le lundi 17 décembre, à 19h.

Horaire des fêtes

Le bureau municipal sera fermé du 24 décembre 2018 au 3 janvier 2019, inclusivement.

Calendrier 2019 des séances du conseil

Les membres du conseil ont adopté le calendrier des séances qui se dérouleront le premier lundi de chaque mois, à l'exception des mois de janvier, juillet et septembre.

Vérificateurs des états financiers

La firme Raymond, Chabot, Grant, Thornton, de Thetford Mines, a été retenue au coût de 10 800 $, plus les taxes.

Vœux dans Le Reflet

Les vœux de Noël du conseil à la population seront publiés dans le journal Le Reflet de décembre au coût de 110 $ pour une demie en page couleur.

Service Web

Le conseil a renouvelé son entente avec GraphAlba, du 1er janvier au 31 décembre 2019. Le service comprend la refonte du site Web de la municipalité et sa mise à jour régulière au coût de 1 250 $, sans taxes.

Journalier/concierge

- Un poste permanent a été offert à Alexandre Latulippe, suite à sa période de probation. Son contrat sera du 5 novembre au 31 décembre 2018 et sera renouvelé en même temps que les autres employés, en janvier 2019.
- Un montant de 125 $ lui est accordé pour l'achat de vêtements et de chaussures.

Politique en matière de drogues, alcool, médicaments en milieu de travail

Le conseil adopte la politique proposée par la FQM (Fédération québécoise des municipalités) pour les employés. Les employés de la municipalité seront avisés du contenu de cette politique à tolérance zéro.

Travaux au centre municipal

- Après examen des drains, le conseil autorise la compagnie Transport Excavation Thompson Inc. d'East Angus à enlever et changer les drains sur la façade et les deux côtés du centre municipal.
- Le coût des travaux s'élève à 13 500 $, plus les taxes et ils devront être terminés au 30 novembre 2018. Cette somme sera prise sur le surplus accumulé.

Incendie et sécurité civile

- Afin que le centre de coordination soit fonctionnel, la municipalité fait une demande de subvention, volet 2, auprès de l'agence 911 Québec. L'agence 911 est l'agence municipale de financement et de développement des centres d'urgence 9-1-1, du Québec.
- Cette demande de subvention de 10 000 $ est dans le but d'acheter et d'installer une génératrice afin de faire fonctionner le bureau municipal.

Suite page 6

Coup de pied

Daniel Pezat

Lingwick vient de perdre un monument important de sa petite histoire. Le 12 avril 1889, le juge Calixte-Aimé Dugas rencontrait Donald Morrison pour conclure une trêve dans la cavale de ce dernier. La rencontre a eu lieu dans l'école du chemin Galson.

Au cours des années 1970, au moment de la mise à niveau de la route 108, l'école a été déplacée sur le terrain de M. Émile Plante. Cette propriété appartient aujourd'hui à M. Renaud Gagné.

La petite école a été démolie. Elle était depuis des années laissée à l'abandon et ne suscitait guère d'intérêt pour les passants. Pourtant, au début des années 2000, le Comité de Développement touristique, patrimonial et culturel du canton de Lingwick (qui gérait alors le Festival des traditions écossaises) avait tenté soit de l'acquérir soit de la recevoir en don. Elle aurait été restaurée et serait devenue un autre attrait touristique. La démarche n'avait pas abouti. Aujourd'hui, il n'en reste rien, si ce n'est peut-être quelques rares photos.

J'en ai de la peine, notre patrimoine bâti fout le camp. Pourtant, la municipalité fait des efforts pour le protéger : le pont couvert, l'église Chalmers et le site du belvédère en sont de beaux exemples.

La conservation de notre capital historique est une richesse dont Lingwick ne peut se passer. Qu'un bien patrimonial soit sur une propriété privée ou publique ne change rien. Il doit être préservé! R

L'hiver est à nos portes. suite de la page 5

Les mesures d'urgence pourront s'y installer et nécessiteront chauffage, eau, toilettes afin d'y accueillir des gens en cas de sinistre.

- Le budget 2019 pour la Régie d'incendie des rivières (Dudswell-Lingwick-Weedon) s'élève à 547 284 $. La cote part pour notre municipalité est de 49 872 $. L'option premier-répondant est quant à elle de 1 935 $. Ces sommes sont calculées en fonction du nombre d'habitants de la municipalité et de l'évaluation foncière.
- Il y aura modification de l'éclairage de la caserne. Le conseil opte pour des fluorescents au Del et le coût ne devrait pas excéder 2 100 $.

Réseau routier et voirie

Pour le déneigement, le conseil engage sur appel les chauffeurs Daniel Mercier et Francis Gagné.

- Un conseiller souligne le besoin de créer une liste de chauffeurs disponibles qui serait un outil utile en cas de besoin.
- Un montant de 1 000 $ sera octroyé à la MRC du Haut-Saint-François pour composer un fonds de départ pour la gestion commune du comité de la route 257, composé des cinq municipalités concernées.
- Le conseil autorise la vente de deux vieilles roues du camion 1992 pour la somme de 100 $. Ces roues ne peuvent servir aux nouveaux camions.

Urbanisme, aménagement et développement

Suite au départ de Nicolas Blouin, l'inspecteur en bâtiment et environnement, Fernando Rosa, a été nommé comme représentant de Lingwick sur l'entente relative à la gestion des obstructions en matière de cours d'eau.

Loisirs et culture

Une nouvelle demande de subvention a été envoyée au ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur pour la mise à niveau et l'amélioration du sentier du parc du Belvédère et la sécurisation du promontoire. Ce programme permettrait à la municipalité de ne défrayer que 20 % des coûts des travaux, soit un maximum de 15 000 $. On espère recevoir une réponse avant le printemps pour débuter les travaux.

Demande d'aide financière

La fadoq Lingwick recevra la somme de 250 $ pour l'organisation de son tournoi de base-ball poches du 16 novembre, selon la politique d'aide aux organismes.

Félicitations

Les membres du conseil tiennent à féliciter les organisateurs de *La nuit du pont couvert* qui ont été reconnus au niveau du Québec par le Conseil québécois des organismes écoresponsables. Ils sont lauréats d'un Vivats 2018.
Voir http://www.lesvivats.org/

Prochaine séance ordinaire

Lundi 3 décembre 2018, à 19h. Bienvenue à tous. R

Province de Québec
Canton de Lingwick

AVIS PUBLIC

Concernant la première année d'application du rôle triennal d'évaluation foncière

Avis est par les présentes donné que le rôle triennal d'évaluation foncière de la municipalité du canton de Lingwick, entrant en vigueur pour les exercices financiers **2019-2020-2021**, a été déposé à mon bureau le 12 octobre 2018, et que toute personne peut en prendre connaissance à cet endroit, aux heures régulières d'ouverture du bureau de la municipalité.

Conformément aux dispositions de l'article 74 de *la Loi sur la fiscalité municipale*, avis est également donné que toute personne ayant un intérêt à contester l'exactitude, la présence ou l'absence d'une inscription au rôle, relativement à un bien dont elle-même ou une autre personne est propriétaire, peut déposer une demande de révision tel que prévu par la section I du chapitre X de cette loi.

Pour être recevable, une telle demande de révision doit remplir les conditions suivantes :

- être déposée avant le 1er mai 2019;
- être déposée à l'endroit suivant ou y être envoyée par courrier recommandé :

Canton de Lingwick
72, route 108
Lingwick (Québec) J0B 2Z0

- être faite sur le formulaire prescrit à cette fin et disponible à l'endroit ci-dessus indiqué;
- être accompagnée de la somme d'argent déterminée par le règlement de la M.R.C. du Haut-Saint-François et applicable à l'unité d'évaluation visée par la demande, à défaut de quoi elle est réputée ne pas avoir été déposée.

Donné à Lingwick, le 16 octobre 2018.

Josée Bolduc
directrice générale et secrétaire-trésorière

Province de Québec
Canton de Lingwick

AVIS PUBLIC

Aux contribuables de la susdite Municipalité

Est par les présentes donné par la soussignée, directrice générale et secrétaire-trésorière de la municipalité QUE :

Le conseil municipal a adopté, à la séance ordinaire du 5 novembre 2018, le calendrier de ses séances ordinaires pour l'année 2019. Les séances ordinaires se tiendront à la salle du conseil située au 72, route 108, à Lingwick et elles débuteront à 19 h.

Calendrier des séances ordinaires 2019

Année 2019	Séances ordinaires	
Mois	**Date**	**Journée**
Janvier	14	Lundi
Février	4	Lundi
Mars	4	Lundi
Avril	1er	Lundi
Mai	6	Lundi
Juin	3	Lundi
Juillet	3	Mercredi
Août	5	Lundi
Septembre	4	Mercredi
Octobre	7	Lundi
Novembre	4	Lundi
Décembre	2	Lundi

Donné à Lingwick, ce 6e jour de novembre 2018.

Josée Bolduc
directrice générale et
secrétaire-trésorière

Chronique d'un vieux fou

C'est fait!

Malois (2018-10-31)

La dernière chronique parlait d'élections à venir. Bien voilà, c'est fait. Nous avons élu un nouveau gouvernement. Plus près de nous, nous avons élu un nouveau député.

Nous avons rompu une chaîne de 38 ans sans interruption d'élection des candidats successifs du parti libéral. Nous voilà *caquistes*… enfin... nous avons élu un candidat de la CAQ (Coalition Avenir Québec). Nous avons suivi la vague.

Pendant pratiquement les quinze dernières années, nous avons été représentés par un député du parti au pouvoir. Cela nous a-t-il rapporté plus que quand notre député siégeait dans l'opposition? Même si l'on peut être portés à penser que cela devrait nous donner un avantage, je n'oserais pas tenter de faire un bilan. Chez nous, nous votons généralement, proportionnellement, plus nombreux que dans l'ensemble du Québec. Cela a encore été le cas le 1er octobre : 69,5 % des électeurs de la circonscription de Mégantic sont allés voter, contre 66,45 % des électeurs de l'ensemble du Québec.

Et M. François Jacques a récolté à lui seul 47,53 % des voix exprimées. Presque une personne sur deux a voté pour lui… ou pour son parti… ou contre un autre parti.

Il a donc maintenant une grande responsabilité. Il doit représenter les citoyens : tenter de comprendre ce qu'ils veulent, quels sont leurs besoins, leurs misères, leurs défis.

C'est tout un contrat. S'il est honnête (il n'y a pas lieu de croire qu'il ne l'est pas), il sait maintenant qu'il n'a pas choisi une sinécure.

Il a un peu d'expérience en politique municipale : il était conseiller municipal à Lac-Mégantic. Mais la scène de l'État est drôlement plus grande. Elle est plus compliquée; elle est plus contraignante : il y a la ligne de parti qu'il devra suivre; elle risque d'être plus frustrante : les députés ont beaucoup moins de pouvoir que ce qu'on pense souvent.

Il doit apprendre. Vite. Pour ça, il doit écouter… beaucoup; parler vrai (il y a trop de beaux parleurs en politique) et agir conformément à ses paroles. Est-ce trop demander?

Qu'en pense M. Jacques? R

An Old Fool's Chronicle

Done!

Malois (2018-10-31)

The last column spoke of upcoming elections. Well done, it's done. We elected a new government. Closer to home, we elected a new MP.

We have broken a 38-year-old chain without a break, electing successive Liberal Party candidates. We are caquists ... well ... we elected a candidate from the CAQ (Coalition Avenir Québec). We followed the wave.

For almost the last fifteen years, we have been represented by a member of the ruling party. Did that bring us more than when our MP was in opposition? Although we may be inclined to think that this should give us an advantage, I would not dare try to take stock.

Here, at home, we generally vote, proportionally, more numerous than in Quebec as a whole. This was again the case on October 1st: 69.5% of voters in the riding of Mégantic went to vote, against 66.45% of voters in all of Quebec.

And Mr. François Jacques alone harvested 47.53% of the votes cast. Almost one in two voted for him ... or for his party ... or against another party.

He now has a great responsibility. He must represent the citizens: try to understand what they want, what are their needs, their miseries, their challenges.

It's a heck of a contract. If he is honest (there is no reason to believe he is not), he knows now that he has not chosen a sinecure.

He has a little experience in municipal politics: he was a municipal councillor in Lac-Mégantic. But the State scene is dreadfully bigger. It is more complicated; it is more restrictive: there is the line of party that he will have to follow; it may be more frustrating: MPs have much less power than often thought.

He must learn. Fast. For that, he has to listen ... a lot; speak true - there are too many good speakers in politics; and act according to his words. Is it too much to ask?

What does Mr. Jacques think of that? R

Alimentation et sommeil

Catherine Bouffard

L'alimentation influence le sommeil et surtout, le manque de sommeil influence grandement notre alimentation. Plusieurs situations peuvent créer ce débalancement, dont le changement d'heure à ce temps-ci de l'année. En gardant une bonne hygiène de vie, avoir un cycle de sommeil réparateur, ne pas accumuler de fatigue, manger sainement et faire de l'exercice régulièrement, cela peut nous aider à maintenir un meilleur état de santé.

Le changement d'heure arrive à une période de l'année où il fait noir plus tôt, la température à l'extérieur se refroidit et nous avons un goût plus prononcé pour les repas chauds et réconfortants. Nous avons peut-être tendance à vouloir moins bouger, moins sortir et manger plus.

Alimentation qui influence le sommeil

L'alimentation peut influencer notre sommeil comme dans le cas où nous mangeons peu de temps avant d'aller nous coucher, par exemple. Nous devrions manger seulement si nous avons faim, et quelque chose de facile à digérer, ce qui perturbera moins notre sommeil. Par contre, si ce sont des aliments contenant beaucoup de gras, cela pourrait nous occasionner des reflux ou des brûlements d'estomac. Les aliments riches en gras et en protéines (viande, noix, etc.) sont plus longs à digérer et demeurent plus longtemps dans l'estomac. Pour d'autres personnes, manger beaucoup d'aliments sucrés durant la soirée ou prendre du café va les empêcher de dormir.

Sommeil qui influence l'alimentation

Il est reconnu que nos nuits de sommeil sont plus courtes qu'il y a 60 ans. Alors que le temps de sommeil idéal pour un adulte est entre sept et neuf heures par nuit, il est maintenant réduit à près de six heures et demie et moins pour environ 30 % de la population adulte au Canada. Cette baisse d'heures de sommeil est attribuable à notre mode de vie. Nous sommes plus occupés, plus stressés et par manque de temps, nous coupons sur les heures de repos.

Comment le sommeil influence notre alimentation? Notre corps est réglé très précisément par des hormones qui régulent notre appétit, notre humeur et nos cycles de jour et de nuit. Avoir des nuits plus courtes pourrait modifier notre cycle physiologique et hormonal. Lorsque nous dormons, une hormone qui coupe la faim est en plus grande quantité dans notre organisme. Alors que celle-ci diminue à l'approche de la fin de notre cycle de sommeil, une autre hormone entre en fonction qui stimule notre appétit. Donc, en dormant moins, il se pourrait que notre appétit augmente. Aussi, étant plus fatigués, nous aurons plus le goût de manger des aliments riches en calories et nous serons moins enclins à bouger. En mangeant plus, en bougeant moins, il y a plus de possibilité de voir son poids corporel augmenter. Avec le gain de poids, certains problèmes de santé peuvent survenir, tels l'apnée du sommeil, le diabète de type 2, des taux de gras élevés dans le sang, etc.

Les travailleurs de nuit

Les travailleurs de nuit doivent rester éveillés alors que leur corps voudrait dormir et ils doivent dormir quand il fait jour. Ils ont généralement un temps de repos plus court que la moyenne des gens ou dorment par intervalles. Chez certains, leur travail est toujours de nuit, alors que pour d'autres, les quarts de travail de jour et de nuit peuvent alterner dans une même semaine. Les risques de développer un problème de santé (ulcères d'estomac, troubles digestifs, maladies cardio-vasculaires, obésité, etc.) sont augmentés parce que les habitudes de vie (alimentaires, activité physique, sommeil) sont modifiées.

Peu importe le travail de jour ou de nuit, ou que l'on soit à la retraite, il est important d'avoir de bonnes habitudes de sommeil pour que ce dernier ait une influence favorable sur notre alimentation. Et pour diminuer les effets du manque de sommeil, il importe d'avoir des repas et des collations équilibrés pour nous donner suffisamment d'énergie tout au long de la journée (légumes et fruits, produits céréaliers, viande et substituts, lait et substituts). Diminuer le grignotage d'aliments riches en gras et en sucre. Boire beaucoup d'eau et limiter la consommation de boissons sucrées et/ou énergisantes. Manger à intervalles réguliers, tout en respectant nos signaux de l'appétit. Demeurer actif permet aussi un bon équilibre de vie. R

Sources
http://www.extenso.org/article/qui-dort-dine/

Centre d'aide aux aînés victimes de maltraitance

Procuration

DIRA Estrie
Centre d'aide aux aînés victimes de maltraitance

La maltraitance envers les aînés, parlons-en!

Plusieurs personnes font difficilement la distinction entre les deux mesures de protection suivantes : procuration et mandat de protection, pouvant être utilisés pour protéger les biens et désigner un mandataire qui veillera à la sauvegarde du patrimoine. D'autres mesures de protection peuvent être appliquées sans et avec l'autorisation du Tribunal.

Pourquoi utiliser une procuration?

Il existe plusieurs motifs pour qu'une personne aînée utilise une procuration pour se faire aider. Les plus courants concernent la gestion :

- des dépenses (payer son loyer, régler ses factures courantes, etc.);
- des actifs (faire un dépôt ou un retrait, encaisser des chèques, voir à ses investissements, etc.);
- d'un immeuble (percevoir des loyers, payer les réparations, etc.);
- d'une succession (liquider la succession).

Le choix du mandataire et de son remplaçant est une décision très importante. Elle doit porter son choix sur une personne qu'elle connaît, qui est digne de confiance et qui possède les connaissances et les compétences nécessaires pour remplir le mandat.

Attention

Malgré la signature d'une procuration, la personne aînée conserve le pouvoir de gérer son argent, d'administrer ses biens ou de les vendre.

Ces informations proviennent du site internet : https://ww.mfa.gouv.qc.ca/fr/publication/Documents/13-830-10F.pdf

Vous vivez une situation de maltraitance ou vous en êtes témoin? Renseignez-vous à DIRA-Estrie pour savoir ce que nous pouvons faire pour vous aider. Service gratuit et confidentiel. R

DIRA-Estrie
Centre d'aide aux aînés
victimes de maltraitance
Carrefour des aînés
300, rue du Conseil, bureau 337
Sherbrooke
819 346-0679

Offres d'emploi à temps partiel au journal Le Reflet

Le Reflet du canton de Lingwick

Coordonnateur ou coordonnatrice pour la production du journal

Connaissances informatiques non requises, mais un atout.
Travail d'équipe avec les autres collaborateurs.
Avoir un bon sens de l'organisation.

Tâches :
- Coordonner les diverses étapes de la production du journal : collecte des articles, faire le suivi de correction, graphisme, publicité, traitement des photos, etc.
- Collaborer avec le comité de lecture.
- Faire le suivi avec la personne responsable de la mise en pages.
- Gérer la boîte courriel.

Possibilité de revenus
Salaire à discuter

Formation au besoin

Vous pouvez contacter
Ghislaine Pezat,
819 877-2388
ou
Catherine Bouffard
819 877-3891

Un grand merci!

Travail de mise en pages

Connaissances informatiques requises, dont un logiciel de mise en pages (Publisher ou autre). Formation possible avec Publisher.
Travail d'équipe avec les autres collaborateurs.
Capacité d'avoir une vue d'ensemble d'un journal.
Avoir un bon sens de l'organisation.

Tâches :
- Collaborer avec les personnes responsables du montage papier et de l'impression du journal.
- Faire la mise en pages à l'ordinateur suite aux corrections des articles.

Possibilité de revenus
Salaire à discuter

Calendrier des activités

NOVEMBRE 2018

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
18 Messe 10:45	19 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 ViActive 10:00 Parution du Reflet	20 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Moiss. HSF Weedon 13:30	21 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Inspect. municipal 8:30 à 16:30 Fadoq 13:30 Cardio Fit. 19:00	22 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Passerelle Cooshire-E. 12:00 Karaté 18:30 Bibliothèque 18:30 à 20:00	23 Café Bla Bla 8:30 à 11:30	24 Centre culturel Weedon 20:00
25 Messe 10:45 Exposition de crèches Centre culturel Weedon 14:00	26 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 ViActive 10:00	27 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Moiss. HSF Scotstown 14:00 Passerelle Cookshire-E. 18:00	28 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Moiss. HSF Dudswell 10:00 Cardio Fit. 19:00	29 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Karaté 18:30 Bibliothèque 18:30 à 20:00	30 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Centre culturel Weedon 20:00	

DÉCEMBRE 2018

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Du 16 novembre au 31 mars 2019 : feu à ciel ouvert autorisé sans permis					Animaux Bouffe Marché Musique Sapins...	1er Marché de Noël 11:00 à 17:00 Village de Noël 13h à … Centre cult. Weedon 13:00
2 Messe 10:45 Exposition de crèches	3 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 ViActive 10:00 Conseil municipal 19:00 Tombée des articles Reflet	4 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Moiss. HSF Cookshire-E. 13:00 Passerelle Cooshire-E. 18:00 Rencontre Cuisines collectives 18:30	5 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Afeas 13:00 Passerelle Cooshire-Eaton 13:30 Cardio Fit. 19:00 Bingo à Scotstown 19:00	6 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Dernier jour inscription paniers de Noël Passerelle Cooshire-E. 18:00 Karaté 18:30 Bibliothèque 18:30 à 20:00	7 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Centre culturel Weedon 20:00	8 Fadoq Souper de Noël 17:00 et base-ball poches
9 Messe 10:45 Exposition de crèches	10 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 ViActive 10:00	11 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Moiss. HSF East Angus 11:00 Passerelle Cooshire-E. 14:00	12 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Inspect. municipal 8:30 à 16:30 Passerelle Cooshire-Eaton 13:30 Cardio Fit. 19:00	13 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Passerelle Cooshire-E. 12:00 Karaté 18:30 Bibliothèque 18:30 à 20:00	14 Café Bla Bla 8:30 à 11:30	15
16 Messe 10:45 Exposition de crèches jusqu'au 11 janvier 2019	17 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 ViActive 10:00 Parution du Reflet	18 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Moiss. HSF Weedon 13:30	19 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Fadoq 13:30 Passerelle Cooshire-Eaton 13:30 Cardio Fit. 19:00	20 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Passerelle Cooshire-E. 10:00 à 13:00 Karaté 18:30 Bibliothèque 18:30 à 20:00	21 Café Bla Bla 8:30 à 11:30	22 *Bientôt* *Noël …*

Cuisines collectives

S'amuser et partager

Monique Théoret

Connaissez-vous les Cuisines Collectives du Haut-Saint-François (CCHSF)? C'est un organisme communautaire qui se dévoue à promouvoir l'autonomie alimentaire et les saines habitudes de vie auprès de la population de la MRC du Haut-Saint-François.

Leur but est d'améliorer la santé et la qualité de vie en formant des petits groupes de personnes qui planifient et cuisinent des plats économiques et nutritifs. Les groupes de deux à six personnes se réunissent une fois par mois pour réaliser jusqu'à quatre recettes de leur choix, dont les plats sont ensuite partagés entre les participants. C'est ça, une cuisine collective, et bien plus encore, parce qu'on y réalise aussi des activités d'information, d'éducation et de formation sur divers aspects de la promotion de la santé via une alimentation saine et variée.

Suite au démarrage de deux autres cuisines collectives dans la MRC du Haut-Saint-François, soit à Dudswell et Ascot Corner, Lingwick aura enfin la sienne. Un groupe débutera à partir de la fin janvier 2019. Si vous avez envie d'en savoir plus, venez rencontrer Karine Valade, animatrice communautaire et Vee Langlois, directrice des CCHSF.

Mardi 4 décembre

Une soirée d'information aura lieu le mardi 4 décembre 2018, à 18 h 30. Cette rencontre sera au centre municipal de Lingwick. R

Pour tout renseignement supplémentaire, contactez Cuisines Collectives du Haut-Saint-François : 819 832-1176 ou par courriel entraide@cchsf.ca ou Facebook : https://www.facebook.com/pg/cuisinescollectiveshsf

---

Le Marché de la petite école

Saison admirable

Monique Théoret

Merci à l'astre du jour de nous avoir, si souvent, accompagnés au Marché de la petite école, l'été dernier. Nous avons bien profité de son rayonnement.

Merci aussi pour votre engagement : bénévoles, partenaires, producteurs, transformateurs, artisans et artistes; grâce à vous, le Marché a rayonné en attirant une foule de gens.

Nous pourrons retenir de cette saison qu'elle a été celle des nouveautés: ajout d'un kiosque de producteurs, nouveaux artistes en représentation, lancement du magazine Récolte de la Société d'aide au développement de la collectivité (SADC)du Haut-Saint-François, etc.

Cette saison a aussi été le reflet de la créativité collective car certains de nos jeunes ont pris la relève en assurant une main-d'œuvre aux kiosques de restauration et de vente de produits de boulangerie. En plus d'avoir la chance d'acquérir une précieuse expérience de travail, une belle collaboration est née entre une boulangère et des élèves leur permettant ainsi d'accumuler une partie des profits pour leurs futures activités parascolaires.

Merci à tous les représentants des organismes municipaux qui, semaine après semaine, continuent de tenir le phare au P'tit Pub du Marché et contribuent à la santé financière de tous les organismes représentés.

Merci surtout à ceux qui travaillent sans relâche et parfois dans l'ombre; le Marché fait maintenant partie de leur mode de vie et leur travail est essentiel.

Finalement, merci de votre présence, à vous qui contribuez à alimenter le dynamisme du Marché. Il est composé des mille et une facettes apportées par chacun; c'est pour ça qu'on est bien au Marché de la petite école.

P.S. N'oubliez pas le dernier Marché de l'année et non le moindre, le Marché de Noël qui se tiendra le 1er décembre, au Village de Noël de Lingwick. R

Fadoq Lingwick

On recommence le
base-ball poches en janvier 2019.

Une journée sans rire
est une journée perdue.

Venez nous rejoindre en janvier
le mercredi soir à 19 h
au baseball poches,
au local de la fadoq,
au centre municipal.
Vous allez vous amuser,
rire et *compétitionner*
sans vous sentir « poche ».

En 2014

Photo : Bertrand Parent

Paniers de Noël 2018

Les demandes peuvent être envoyées dès maintenant :
Katia Palardy, directrice de Moisson Haut-Saint-François
53, rue Angus Sud, East Angus, QC, J0B 1R0
ou par courriel : moissonhsf@gmail.com
ou selon le fonctionnement ci-après.

Les formulaires sont disponibles sur le site internet de Moisson HSF (**www.moissonhsf.org**)
S.V.P. ne pas téléphoner, réponses à la mi-décembre : tous les bénéficiaires acceptés seront contactés.
*Des preuves de revenu, de garde d'enfants et d'adresse seront possiblement demandées.
**Prendre note que les gens acceptés pour les paniers de Noël
ne recevront pas de dépannage hebdomadaire de Moisson HSF durant la période des fêtes.
Ils recevront plutôt une plus grande boîte,
résultat d'une collaboration entre les groupes responsables des paniers de Noël et Moisson HSF.

Pour Lingwick : **Les demandes seront acceptées jusqu'au 7 décembre; les faire le plus tôt possible**
à Moisson HSF : moissonhsf@gmail.com ou 819 943-2781.
C'est Moisson HSF qui fournira les denrées.
La distribution se fera le **jeudi 20 décembre**.

Faites notre page couverture.

En couleur

Le Reflet du canton de Lingwick, votre journal communautaire, lance une invitation aux amateurs de photographie.
À chaque parution du Reflet, une photo est choisie pour illustrer la page couverture.
Pour ceux qui aimeraient participer, voici quelques critères qui guideront le choix de l'équipe de production.
- Les photos doivent être prises dans le sens portrait (dans le sens vertical).
- Elles doivent provenir de paysages ou d'activités du canton de Lingwick.
- Elles seront choisies en fonction des saisons ou des récentes activités.
- Envoyer vos photos avec la meilleure résolution possible; elles peuvent nous parvenir par courriel à (info@lereflet.org), sur une clé USB, un CD ou un DVD.
- Si elles sont sur papier, 819 877-3560, boîte vocale; ou les laisser dans la boîte du Reflet au Magasin général

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

Le Village de Noël

Samedi 1er décembre 2018

au coeur du village de Sainte-Marguerite-de-Lingwick

Le Marché de Noël

Au centre municipal de 11 h à 17 h

Artisanat, bijoux, objets en bois, produits de beauté, tricots, sanglier, produits d'érable, produits d'alpaga, etc.

De 11 h à 13 h

Dîner traditionnel servi par « La Bouffalyne » au centre municipal

Dès 13 h

Vente de sapins de Noël

de qualité supérieure par les producteurs locaux

Exposition de crèches de Noël

Visite du parc des petits animaux de Peggy - Jeux gonflables

Promenades en attelage de chevaux de la famille Gilbert

Tire d'érable et chocolat chaud gratuit - Biscuits du **Reflet**

14 h

Arrivée du Père Noël

En après-midi et en soirée

Service de bar extérieur et musique d'ambiance - Ailes de poulet (à partir de 16 h)

La nuit du pont couvert se démarque.

Josée Bolduc, directrice générale et secrétaire-trésorière

Le 29 octobre dernier avait lieu, à la Place des Arts à Montréal, le gala des Vivats organisé par le Conseil québécois des événements écoresponsables. Grand rendez-vous des événements responsables au Québec, Les Vivats récompensent le travail des différents acteurs de l'industrie qui s'emploient chaque année à réduire l'empreinte environnementale de leurs activités tout en maximisant les retombées économiques et sociales dans leurs collectivités.

Émilie Dostie et Jonatan Audet, du comité organisateur de *La nuit du pont couvert*, étaient présents au gala puisque l'événement était en nomination. Et ils ne sont pas revenus les mains vides. *La nuit du pont couvert* s'est vue récompensée au niveau provincial pour ses actions durables en obtenant la mention des jurés 2018 dans la catégorie Gestion des matières résiduelles.

Le conseil municipal félicite les organisateurs de *La nuit du pont couvert* pour leur récompense et profite de l'occasion pour inviter les organismes locaux et les citoyens à faire une bonne gestion de leurs matières résiduelles. Nous avons la preuve que c'est faisable. En terminant, bravo aussi aux bénévoles et tous ceux qui sont impliqués dans l'organisation. R

29 octobre 2018.
Mentions des jurés : *La Nuit du pont couvert*
(Jury Gestion responsable des matières résiduelles)
Les Vertuoses d'Enviro Éduc-action et
le Regroupement des Cuisines Collectives de Gatineau
(Jury Alimentation)
Repair Café de Polytechnique Montréal
(Jury Engagement socio-économique)
UTHC Harricana (Jury Grand Vivat)
Colloque international sur la sécurité alimentaire et la nutrition à l'heure des changements climatiques du ministère des Relations internationales
(Jury Grand Vivat)
Coopérative Destination Saint-Camille (Jury Lieux d'accueil)

29 octobre 2018. Les lauréats 2018.
En avant, 4e et 5e personnes :
Jonatan Audet puis Émilie Dostie
du comité organisateur

Les deux photos : Normand Huberdeau

Village de Noël

Bienvenue à tous ceux et celles qui veulent accrocher leur bas pour la corde à linge.

Les bas de Noël peuvent être apportés au bureau municipal entre le 26 et le 30 novembre.

Merci de décorer vos propriétés.

Le Village de Noël

Samedi 1er décembre 2018

au coeur du village de Sainte-Marguerite-de-Lingwick

De 11 h à 13 h

Dîner traditionnel servi par « La Bouffalyne »

Assiette de Noël 12 $

Tourtière, ragoût, patates, légumes, salade de chou, marinades, pain et beurre

À la carte

Croque-monsieur 5 $
fait avec le pain de la boulangerie « Des Pains et des Roses »

Crème de légumes et pain 3 $

Desserts au choix 1,50 $
Tartelettes au sucre
Brownies sans noix
Salade de fruits

Pepsi, 7up, café, thé, tisane, jus, eau 2 $

Célébrons la réussite!

Céline Gagné, mairesse

Photo : Céline Gagné

11 octobre 2018. Nos finissantes et finissants : Charles-Étienne Chartrand-Cassidy, Adrianna Whalen, Evelyne Ward, Kevin Morin et Devon Gavura

En collaboration avec les organismes scolaires de la région, le conseil municipal participait, le 11 octobre dernier, à une réception civique en l'honneur des finissantes et finissants ayant reçu leur certification du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport et résidant dans la municipalité de Lingwick.

C'est avec une grande fierté que les parents des finissantes et finissants accompagnaient leurs enfants qu'ils ont encouragés et soutenus, sans relâche, tout au long de leur parcours scolaire.

Cette soirée confirmait que la lutte au décrochage scolaire dépasse les murs de l'école; elle est l'affaire non seulement des intervenants scolaires, mais également des jeunes, des parents et de la communauté dans son ensemble. Nos jeunes doivent sentir le soutien de toute la communauté pour bien saisir l'importance de l'éducation, non seulement dans leur vie, mais aussi parce qu'une société qui compte sur une main-d'œuvre qualifiée est aussi une société en santé.

Participaient à cette réception l'enseignante Rosalie Nadeau et les enseignants Alexis Dalpé, Jérôme Labbé et Charles Labrie; l'organisatrice communautaire, Renée-Claude Leroux; le représentant de la caisse Desjardins des Hauts-Boisés, Alain Rousseau; les membres du conseil municipal de Lingwick : Céline Gagné, mairesse, Suzanne Jutras, conseillère, Daniel Audet, Jonatan Audet, Guy Lapointe et Martin Loubier conseillers.

Ce que nous voulons, c'est la réussite du plus grand nombre; c'est pourquoi, au nom de la population, la municipalité du canton de Lingwick remettait une bourse d'étude au montant de 200 $ à chaque finissante et finissant présent. La caisse Desjardins des Hauts-Boisés remettait une bourse d'étude au montant de 100 $ à chaque finissante et finissant membre de la caisse.

Avec vos parents, vos enseignants et les membres de notre communauté célébrons la réussite! R

Photo : Céline Gagné

11 octobre 2018. En avant : Adrianna Whalen, Evelyne Ward et Devon Gavura. À l'arrière : Renée-Claude Leroux, organisatrice communautaire; Alexis Dalpé, enseignant; Charles-Étienne Chartrand-Cassidy, Rosalie Nadeau, enseignante; Kevin Morin, Jérôme Labbé, enseignant et Charles Labrie, animateur communautaire

Photo : Trudy Beaton

11 octobre 2018. En avant : Adrianna Whalen, Evelyne Ward et Devon Gavura. À l'arrière : Jonatan Audet, conseiller; Céline Gagné, mairesse; Charles-Étienne Chartrand-Cassidy, Kevin Morin, Suzanne Jutras, conseillère; Guy Lapointe, Daniel Audet et Martin Loubier, tous trois conseillers. Absent : Sébastien Alix, conseiller

Polyvalente Louis-Saint-Laurent

Parlement jeunesse

Renée-Claude Leroux, organisatrice communautaire

Assermentation des membres du parlement au secondaire

Voilà, c'est fait! À la polyvalente Louis-Saint-Laurent, école secondaire, les membres du parlement 2018-2019 occupent officiellement leur poste.

Le lundi 15 octobre, ils ont été assermentés par le gouverneur général de la cité-école, M. André Lachapelle, sous l'œil attentif d'importants invités : M. Robert Roy, préfet de la MRC du Haut-Saint-François, M. Pierre Grégoire, représentant de Mme Marie-Claude Bibeau, députée fédérale de Compton-Stanstead et ministre du Développement international, M. Thibault Moy, stagiaire au bureau de la députée fédérale, M. Richard Tanguay, maire de Weedon, M. Walter Dougherty, maire de Bury, Mme Lyne Boulanger, mairesse d'East Angus, Mme Sylvie Dubé, conseillère municipale de Scotstown, Mme Doris Martineau, conseillère municipale de Westbury, M. Martial Gaudreau, directeur général de la Commission scolaire des Hauts-Cantons, M. Yves Gilbert, président de la Commission scolaire des Hauts-Cantons, Mme Bianca Lacroix-Rousseau, commissaire, ainsi que les responsables du parlement au secondaire, Mmes Marie-Claude Labbé, Sophie Laroche et Renée-Claude Leroux.

Félicitations à nos ministres!

Première ministre : Émilie Trudel, 5e secondaire, East Angus;
Secrétaire générale : Meave Lapointe, 3e secondaire, Bury;
ministre de l'environnement et de la Solidarité: Allison Patry-Descôteaux, 5e secondaire, East Angus;
ministre du Sport : Audrey Patry-Descôteaux, 5e secondaire, East Angus;
ministre des Activités culturelles : Anabelle Jodoin, 4e secondaire, Weedon;
ministre des Communications : Kasandra Boucher, 4e secondaire, Westbury;
ministre de la Santé et du Bien-être : Rebecka Boisvert, 4e secondaire, East Angus;
ministre de la 1re secondaire : Julianne Proulx, Weedon;
ministre de la 2e secondaire : Louka Labrecque, East Angus;
ministre de la 3e secondaire : Alexandra Groleau, East Angus;
ministre de la 4e secondaire : Jessica Nadeau, Bury;
ministre de la 5e secondaire : Bianca Groleau, East Angus et ministre de l'Adaptation scolaire : Samuel Jean, Scotstown. R

Photo : Sophie Laroche

15 octobre 2018. Assermentation des membres du parlement 2018-2019

La fabrique

Toujours au rendez-vous

Céline Gagné, présidente de la fabrique

Belle participation au traditionnel brunch de l'Action de Grâce du dimanche 7 octobre 2018.

Merci aux participants qui ont contribué à cette belle rencontre amicale. L'atmosphère était très conviviale et les convives semblaient très heureux de participer à cette belle activité.

Tous apprécient les délicieux mets offerts lors du brunch de l'Action de Grâce. Au menu : œufs, jambon, saucisses, patates rissolées, fèves au lard, crêpes, saucisses enrobées de bacon, rôties, fromages, salades, café, thé, jus et pour finir, une grande variété de desserts.

Ce délicieux brunch vous est offert grâce à la collaboration de plusieurs bénévoles généreux de leur temps,

Lise Roy avec ses deux filles Nathalie et Catherine Blais; elles ont donné un fier coup de main aux bénévoles.

pour l'achat des ingrédients et la préparation des mets, le service du repas, sans oublier le lavage de la vaisselle. Je vous les présente sur les photos.

Merci à ceux et celles qui ont fait don de desserts préparés à partir de leurs meilleures recettes.

En collaboration avec les dames de l'afeas, Suzanne Paradis vendait des billets pour le tirage d'une catalogne tissée par Hélène Rousseau et Céline Gagné, le matériel a été donné par Gabrielle Dallaire. Claude Loubier a gagné la catalogne tirée par Mgr Donald Lapointe. Denis Rousseau a offert un tapis tissé par lui-même; il a été gagné par Guy Lapointe.

Mesdames Suzanne Blais-Gilbert et Lise Bouffard vous accueillaient à l'arrivée; étant responsables du secrétariat de la fabrique, elles ont comptabilisé pour l'activité un bénéfice net de 1 493,78 $.

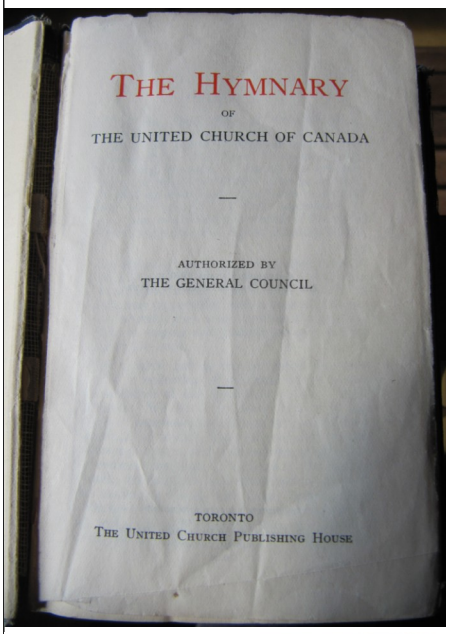
Merci à tous, participants et bénévoles, au nom des membres de la fabrique Sainte-Marguerite de Lingwick. R

Les deux photos : Céline Gagné

7 octobre 2018. René Rousseau, André Mathieu, Paul-Henri Rousseau, Carole Lapointe, Lise Roy, Colette Rancourt, Louise Rousseau, Suzanne Blais-Rousseau et Thérèse Fortier

Qui est M. Fred J. Sykes?

Claude-Gilles Gagné

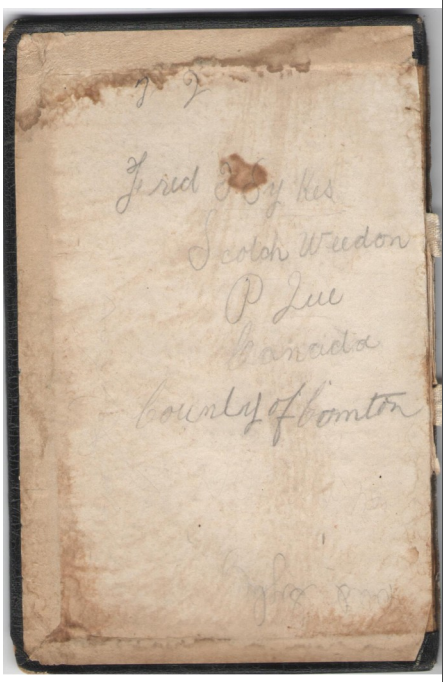


Un Écossais à Weedon?

Automne 2018, plus précisément le 27 septembre, lors d'une visite organisée à la Chalmers' United Church de Gould, à Lingwick, je découvre dans les bancs cet *Hymnary* (livret de cantiques) publié en 1930 à l'intention des fidèles qui fréquentent cette église.

La couverture d'un autre livre liturgique, *Presented by the Presbyterian Bible Society,* s'est retrouvée seule dans un présentoir sans le reste de l'ouvrage. Cette publication date probablement de la période où l'Église presbytérienne desservait cette paroisse avant l'Église Unie. Le propriétaire de cet ouvrage avait inscrit ses coordonnées à l'intérieur (voir à droite) :

Quelqu'un pourrait-il nous parler de ce M. Sykes et du secteur où il vivait, Scotch Weedon? Si oui, me répondre à la Société d'histoire de Weedon, 209, rue des Érables, 819 877-1117 ou admin@histoiredeweedon.info



Transcription de l'image ci-haut

Fred J. Sykes
Scotch Weedon
P Que
Canada
County of Comton

27 septembre 2018. Église Chalmers'

Les cinq photos : Claude-Gilles Gagné

Anniversaires fadoq Lingwick

Le 1er, Christine Apostolakos; le 1er, Bertrand Duquette; le 5, Clermont Rousseau; le 7, Denis Blais; le 8, Charles Breton; le 9, Anna-Marie Lagacé; le 18, Suzane Beaudoin; le 19, Jacques Dusseault; le 19, Jean-Noël Gaulin; le 30, Gaston Cloutier.

Village de Noël

Les crèches du Village de Noël

Pour les crèches que nous installerons à l'église, nous sollicitons, encore cette année, votre générosité en vous demandant de nous en prêter, du 19 novembre au 11 janvier.

Elles seront identifiées à votre nom.

Merci.

Mariette Langlois et l'équipe de décoration
819 877-5009

Nativity Mangers for the Xmas Village

Once more, we will be decorating Sainte-Marguerite Church.

If you have Nativity Scenes that you could lend us, we would appreciate. We need it from November 19 to January 11.

They will be identified to your name. Thank you.

Mariette Langlois and the decorating team
819 877-5009

C'est quoi le Programme Pair

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE Du Haut-Saint-François

C'est un système d'appels personnalisés préenregistrés.

Voici le genre d'appel que l'Agence Pair Estrie vous propose.

Un appel de surveillance spécialisé pour les gens qui vivent seuls, qui désirent rester à domicile le plus longtemps possible, c'est une sorte d'assistance d'urgence. Un appel effectué à tous les jours à la même heure. Si la personne est en situation de détresse et ne peut pas répondre à son appel, une alerte est lancée, et des secours sont envoyés. **C'est gratuit et sans contrat.**

Ou un des trois choix de rappel spécialisé suivants :
- rappel de médicaments; il est parfois difficile de prendre vos médicaments à des heures régulières? Cet appel est là pour vous. Si vous devez les prendre plusieurs fois par jours, ex : déjeuner, diner, souper et soirée, vous pouvez recevoir un appel à l'heure que vous désirez, afin de vous aider. **C'est gratuit et sans contrat.**
- rappel de bien s'alimenter. Lorsqu'on vit seul, parfois on perd le goût de cuisiner et on finit par oublier de manger. Cet appel vous informe qu'il est l'heure du repas, de la collation ou autre… **C'est gratuit et sans contrat.**

- rappel de bouger un peu. Ce n'est pas facile de faire de l'exercice à tous les jours, il n'est pas nécessaire de courir le marathon, il suffit d'étirer nos bras, nos jambes…Ce rappel est là pour vous motiver à bouger un peu. **C'est gratuit et sans contrat.**

Pour toutes information ou inscriptions, contactez-nous au, 819 560-8540.

Essayez-le! C'est gratuit et sans contrat.

Centre culturel de Weedon

819 560-8555, poste 4. 280, 9e avenue, Weedon
culture@ccweedon.com www.ccweedon.com/culture

Samedi **24 novembre**, à **20 h**
Timi Turmel
régulier : 25 $, membre : 21 $

Dimanche **25 novembre**, à **14 h**
New York
régulier : 15 $, membre : 12 $

Vendredi **30 novembre**, à **20 h**
Mathieu Cyr
régulier : 30 $, membre : 25 $

Samedi **1er décembre**, à **13 h**
fredo
Entrée : denrées non périssables

Vendredi **7 décembre**, à **20 h**
Tireux-dRoches
régulier : 28 $, membre : 23 $

fadoq

GRATUIT GRATUIT GRATUIT GRATUIT

Samedi 8 décembre 2018, vers 17 h

APÉRO et **SOUPER DES FÊTES**

Gratuit pour les membres de la fadoq Lingwick

Vous pouvez apporter votre boisson

Réservation avant le **24 novembre**

Thérèse Fortier, au 819 877-2492
Louise Rousseau, au 819 877-2288

Coût : **20 $** pour les non-membres

Jeu de poches en soirée

Lingwick il y a 20 ans

Novembre 1998

Le Furet

Dans cet éditorial *Bâtir, mais où?* Daniel Pezat tente de conscientiser le conseil municipal et la population à l'urgence de trouver des terrains pour que de nouveaux résidents s'installent et bâtissent une maison. Pour lui, il y va de la survie du canton de Lingwick.

Le Reflet, sous la plume de Manon Bolduc, lance un appel à ses lecteurs. Le journal a besoin de bénévoles, surtout pour un comité de rédaction.

Rapport du maire du canton de Lingwick. Le maire Réal Rousseau précise : les recettes ont été de 498 276 $ et les dépenses de 429 242 $ pour un surplus brut de 69 334 $. La dette à long terme est de 102 482 $ moins le surplus accumulé de 30 992 $. Les projets pour 1999 : la mise en place de la cueillette sélective et l'implantation d'une zone résidentielle. Rémunération des élus : le maire reçoit 2 912,68 $ en rémunération et 1 456,34 en allocation de dépense. Chaque conseiller reçoit 900,44 $ en rémunération et 485,44 $ en allocation. Le président de la voirie, une rémunération de 2 621,41 $.

Jessica Grondin parle de la maison des jeunes, Les Gouling. Elle lance une invitation aux jeunes de 12 à 18 ans du canton et des environs. Des jeux sont proposés, sur table et en jeux vidéo, l'accès à internet et à la télévision, la musique sont aussi proposés. Pour ceux qui préfèrent l'extérieur, le terrain multifonctionnel leur est également accessible. La récolte de canettes a rapporté 140,00 $; un beau merci à tout le monde.

Des nouvelles de la fabrique Sainte-Marguerite par Laurienne Vachon. Pour Noël, une crèche vivante est en préparation; des volontaires sont invités à y participer. Les pratiques de la chorale auront lieu à 10 h après la messe, à partir du 29 novembre.

Un texte d'opinion de Daniel Pezat : *Yesterday…* le référendum, nous convie à nous retrousser les manches et à assumer notre décision. Beaucoup est à faire pour assurer au canton de Lingwick un bel avenir. « Nous avons gagné une bataille, mais pas la guerre! » conclut-il dans son argumentation.

Naissance : Marie-Pier Bolduc a été baptisée le 25 octobre 1998. Elle est la deuxième fille de Manon Hamel et de Julien Bolduc.

Dans un texte d'opinion *Mesdames et Messieurs les candidats*, Daniel Pezat, à l'occasion des élections au Québec du 30 novembre, lance un appel aux futurs représentants du comté de Mégantic-Compton. Il crie son ras-le-bol devant les mensonges de la classe politique et le manque d'intérêt des élus pour les citoyens. Il est tanné de payer plus pour avoir moins. « C'est nous qui vous élisons, pas l'Assemblée nationale, vous devez nous rendre des comptes. »

Josée Bolduc, dans son texte *Ce que j'en pense,* félicite la population de Lingwick pour sa décision de refuser la fusion avec Weedon. Elle revient aussi sur l'adoption par le conseil municipal des règlements sur les nuisances. Elle est personnellement en faveur et ne comprend pas la levée de boucliers des opposants. Elle soutient que ces règlements sont bons pour le canton. Elle estime aussi qu'il ne faut pas toujours critiquer négativement la moindre décision du conseil.

Sous le titre *Du grand théâtre,* sous le pseudonyme de Ciré, Éric Bourquin nous convie dans un texte d'opinion à une démonstration. Les politiciens en campagne électorale nous offrent un vrai spectacle de marionnettes. Pour Ciré, c'est tout simplement du Guignol. La pantomime se reproduit tous les 4 ou 5 ans, mais c'est toujours la même chose. Menteries, promesses et dénigrements systématiques des adversaires.

50 ans, c'est le titre de l'article de Sylvie Bertheau. À l'occasion des 50 ans de La déclaration universelle des droits de l'humain, elle souligne l'indifférence de nos gouvernements. La mainmise des quelques plus riches sur la vie des simples citoyens. Elle profite de l'occasion pour mettre en cause la légitimité du conseil municipal, suite aux pétitions contre les règlements sur les nuisances et aussi compte tenu des résultats du référendum. R

Le Reflet
du canton de Lingwick

en abonnement cadeau?

Toutes les coordonnées en page 2.

Date de tombée en 2018

3 décembre.

Les produits de Noël au profit de Moisson Haut-Saint-François

Date limite des commandes : **24 novembre**. Livraison ou cueillette : **30 novembre**
Les modes de paiement acceptés sont : argent, chèque ou virement bancaire
(lors de la prise de commande) dans le compte de Moisson HSF.
Les profits amassés par cette campagne serviront en grande partie à bonifier les paniers de Noël!
Vous pouvez remplir et retourner par courriel le bon de commande ci-inclus, ou entrer en contact avec nous :
Katia Palardy, directrice de Moisson Haut-Saint-François, 53, rue Angus Sud, East Angus
819 943-2781 Moissonhsf@gmail.com http://www.moissonhsf.org/

Nom du vendeur et # de tél. Expédier à : nom de l'acheteur et # de tél. Endroit de livraison

Produits	Description	Quantité	Coût $	Total
Tourtière	Pâté de 9 po.		7,50	
Pâté mexicain	Pâté de 9 po.		7,50	
Pâté au poulet (Clément Jacques)	Pâté de 8 po.		7,50	
Chili végétarien	Plat de 1 litre		6	
Sauce à spaghettis	Plat de 1 litre		6	
Tarte	Fraises / Pommes 9 po.	F P	6	
Bonbonnière	Cône de 250 g jujubes		5	
Biscuits en pot	Étagé en pot *Masson*		6	
Sel fumé	Sel fumé 100 g Poivre fumé 40 g Miel fumé 200 g Mélange printanier 50 g Mélange forestier 40 g	S P	9 8,50 10 10	
Pâtisseries de luxe	Macarons saveurs variées 6 pour 9 $, 12 pour 17 $ (vanille, choco, citron, caramel, framboise) Sac guimauves au choix (crème brûlée, érable ou barbe à papa) Sac meringues *Cupcakes* saveurs variées 6 pour 18 $, 12 pour 33 $ (Brownie, rolo, choco-framboise, érable, café, caramel salé)	6 12 6 12	9 / 17 5 5 18 / 33	
Emballage cadeau (produits d'érable)	Trio sucre d'érable (cello et boucle) (100 g de : sucre d'érable, sucre granulé, pépites d'érable) La causerie (panier rustique, cello et boucle) (Tisane à l'érable, boîte de fondants, pot de sucre d'érable, pot de granola au beurre d'érable) La gourmandise (planche de bois, cello et boucle) (Tire d'éponge, pot de pépites d'érable chocolatées, boîte de fondants, chocolat beurre d'érable, bouteille de sirop feuille d'érable, suçon à l'érable) La matinée (rondelle et dentelle, cello, boucle) Granola au beurre d'érable, gelée à l'érable, caramel, beurre, bouteille de sirop La Galonne, (sucre d'érable pur)		20 24 30 40	
Produits du sanglier	Rillettes en pot : sanglier ou dinde Bacon de sanglier, paquet de 1 lb Saucisse sanglier (fleur d'ail) paquet de 6 Saucisse sanglier (tomates et basilic) paquet de 6	S D	9,50 12 9,50 9,50	
			Total	

Observations de Mme météo

Jacqueline P.-Bouffard

Octobre	2018		2017		2016		2015		2014	
Pluie	120,6 mm		153,8 mm		138,2 mm		90,2 mm		121,6 mm	
Tonnerre	—-		le 5		—-		—-		—-	
Neige Verglas Giboulée	1,6 cm le 27 le 27		—- —- —-		5,4 cm —- le 23		0,4 cm —- les 17 et 20		—- —- —-	
Brume	7 jours		8 jours		6 jours		6 jours		9 jours	
T° Maximale	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°
	9	25 °C	4, 22	26 °C	7	26 °C	12	24 °C	15	27 °C
	4, 10	22 °C	8,15,19,23	24 °C	6,12,18,21	22 °C	13	21 °C	14, 16	24 °C
	5	18 °C	3,5,7,10,16	22 °C	5,8,13,19	20 °C	5,22,29	17 °C	3	23 °C
T° Minimale	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°
	27	-8 °C	12,13, 7	-3 °C	15	-5 °C	19	-9.5 °C	12, 13	-3 °C
	26	-6 °C	1,28	-2 °C	11,26	-3.5°C	18,21,24, 27,28,31	-7 °C	6,10,25	-2 °C
	15,18,19,21 22,23,25	-2 °C	2, 3, 21	-1 °C	10, 14, 16, 20	-1 °C	2, 4, 5, 8, 15,26	-3 °C		
Vents violents	les 16, 18 et 20		—-		—-		—-		—-	

Note : Vents violents signifie toujours: plus de 62 km/h selon l'échelle de Beaufort.
Le vent casse de petites branches. La marche contre le vent est pénible.

2014, un mois assez pluvieux. Le soleil a été absent, la plupart du temps. Il y a encore des récoltes à faire en fin de mois, notamment le soya.
2015, mois ni plus chaud, ni plus froid que par les années passées. Suffisamment de beau temps pour faire toutes les récoltes.
2016, première moitié du mois: chaud et ensoleillé; deuxième moitié: froid et pluvieux.
2017, visibilité nulle, le 11. La moitié du mois avec des températures au-dessus de 20 °C.
2018, mois froid et pluvieux. Pas d'été des Indiens. Encore des merles le 31. R

Guide de la proche *aidance*

Le centre d'intégration au marché de l'emploi (CIME) lance le
Guide sur la proche aidance et l'emploi dédié au personnel d'intervention en employabilité.

Le CIME, avec la collaboration de plusieurs partenaires, a conçu ce guide pour outiller les intervenantes et intervenants accompagnant la clientèle en situation de proche aidance dans la recherche d'emploi et le maintien en emploi. Ce projet s'inscrit pleinement dans la mission du CIME qui est l'amélioration de la situation économique des femmes, ainsi que la recherche et le développement en intégration socio-professionnelle.

Pour tous les détails, consultez la nouvelle sur le site web du CIME : cime-emploi.com/actualites
Le guide peut être téléchargé gratuitement en ligne : cime-emploi.com/publications

Source : Maude M. Sévigny, agente de communications, 819 564-0202. poste 231

Programme communautaire des bénévoles en matière d'impôt

CENTRE D'Action BÉNÉVOLE Du Haut-Saint-François

Pour remplir des déclarations de revenus.

Plusieurs personnes de votre municipalité ne peuvent pas remplir seules leurs déclarations de revenus (impôts) et ne sont pas en mesure de payer quelqu'un pour les aider.
Nous sommes à la recherche de bénévoles passionnés des chiffres,
pour offrir cet important service aux gens dont la situation fiscale est simple et le revenu peu élevé.

En tant que bénévole, vous aurez droit à une formation offerte par
Revenu Canada et Revenu Québec, gratuitement.

DONNEZ UN COUP DE MAIN! DEVENEZ BÉNÉVOLE

Pour vous inscrire en tant que bénévole, contactez :
Centre d'action bénévole du Haut-Saint-François, 819 560-8540.

La Passerelle, centre des femmes du Haut-Saint-François

873 825-7060. Sans frais : 1 877 447-3423
275, rue Principale Est, Cookshire-Eaton
info@cdflapasserelle.org www.cdflapasserelle.org
Les ateliers sont tous gratuits, sauf spécification.
Il est préférable de réserver à l'avance.
Horaire d'ouverture à Cookshire
Du lundi au jeudi : de 8 h 30 à 16 h 30
Mardi : de 8 h 30 à 19 h
Vendredi : fermé

CENTRE DES FEMMES DU HAUT-SAINT-
LA PASSERELLE

Horaire du milieu de vie ouvert à toutes
Cookshire-Eaton
Mardi de 13 h à 19 h Mercredi de 13 h à 16 h Jeudi de 10 h à 13 h
Weedon
Mardi de 9 h 30 à midi
Les intervenants et le local sont disponibles sur rendez-vous. Soutien individuel disponible

Novembre

Jeudi 22, préparer sa rencontre avec une professionnelle de la santé à **midi.**	**Mardi 27**, *Une vie à soi*, atelier sur la solitude de **18 h à 20 h.**

Décembre

Mardi 4, 18 h vos violences, nos répliques	**Mercredi 5**, 13 h 30 à 15 h 30 (atelier d'art) mes émotions au fil des saisons
Jeudi 6, 18 h commémoration de la tuerie de Polytechnique	**Mardi 11**, Noël des femmes color café, 14 h (création de cartes), souper dès 17 h
Mercredi 12, 13 h 30 à 15 h 30 (atelier d'art) mes émotions au fil des saisons	**Jeudi 13**, midi relations saines
Mercredi 19, 13 h 30 (atelier d'art) mes émotions au fil des saisons	**Jeudi 20**, 10 h à 13 h dernier milieu de vie

Le centre sera fermé du 21 décembre au 6 janvier.
Si vous avez besoin d'un transport ou d'une halte garderie, le mentionner lors de votre inscription. **C'est gratuit.**

Sympathies

Dame Simone Pelchat

Au CHSLD de Lambton, le samedi 6 octobre 2018, à l'âge de 87 ans et 5 mois, est décédée dame Simone Pelchat, fille de feu Onésime Pelchat et de feue Annette Lapointe, et épouse de M. Robert Fortin, demeurant à Saint-Romain et native de Sainte-Marguerite-de- Lingwick.

Les funérailles ont eu lieu le samedi 3 novembre 2018, en l'église de Saint-Romain.

Outre son époux, M. Robert Fortin, Mme Simone Pelchat laisse dans le deuil ses enfants : Jean-Luc, France, Josée, Manon, Simon et Stéphane, ses petits-enfants et ses arrière-petits-enfants.

Elle laisse également dans le deuil son frère, Kenny Pelchat, son beau-frère, Doris Bouffard, ses cousines Monique et Jacqueline Pelchat, Suzanne Blais-Rousseau, ses neveux et nièces Dominique et Bernard Pelchat, Alain Bouffard, ainsi que plusieurs autres parents et amis.

Monsieur Guy Ethier

Au CIUSSS de l'Estrie CHUS – CSSS du Granit de Lac-Mégantic, le mardi 16 octobre 2018, à l'âge de 82 ans, est décédé M. Guy Ethier, fils de feu Valmore Ethier et de feue Anna Paker, demeurant à Lingwick et natif de Verdun, Montréal.

Les funérailles ont eu lieu le samedi 10 novembre 2018 en l'église Saint-Janvier de Weedon.

M. Guy Ethier laisse dans le deuil ses enfants, ses petits-enfants, ses arrière-petits-enfants et sa sœur. Il laisse également son amie Colette

Dame Gisèle Gagnon

Au Centre d'hébergement Argyll de Sherbrooke, le 26 octobre 2018, à l'âge de 77 ans, est décédée dame Gisèle Gagnon. Elle était la fille de feu Gaston Gagnon et Jeanne Lapointe de Lingwick.

Elle laisse dans le deuil ses enfants : Denis (Karine Miquelon), Annie (Éric Brûlotte); le père de ses enfants Jacques Turgeon; ses petits-enfants. Elle laisse également ses frères et sœurs : feu Marcel, Marc (Simone Doyon), feue Jadet (Arnold Nellis), feu Serge, Jocelyne (Gilles Leblanc), Alain (Thérèse Dumont), Mario (Lise Lanouette), Luc de notre communauté.

Elle laisse également dans le deuil ses beaux-frères et belles-sœurs, ainsi que plusieurs neveux, nièces, cousins, cousines, autres parents et amis, dont sa cousine Josée Lapointe de notre communauté, ainsi que ses oncle et tante Rénald et Colombe Lapointe.

Une cérémonie d'adieu a eu lieu le dimanche 4 novembre 2018.

Prompt rétablissement

L'automne est bien installé. N'oubliez pas vos caleçons à grandes manches pour éviter les rhumes. Nous vous souhaitons du bois sec pour chauffer, des provisions en masse pour passer l'hiver.

Surtout, nous espérons que vous pourrez profiter de la chaleur de ceux que vous aimez pour vous garder en santé.

Dame Hermance Gagné Caouette

À l'hôpital de Montmagny, le 29 octobre 2018, à l'âge de 93 ans et 8 mois, est décédée dame Hermance Gagné, épouse de feu M. Alfred Caouette. Originaire de Sainte-Perpétue-de-L'Islet, elle était la fille de feue Jessy Lachance et de feu Daniel Gagné. Elle était la mère de : Alfreda (Damien Talbot), feu Jacques (Albertine Bélanger), feu Claude (Jeanne-Mance Leblanc), Guy (Gilda D'Anjou), Jean-Luc (Gaétane Cyr), Hercule (Francine Lanciault), Pierre-Yves, feue Madeleine (Serge Morneau), Marc (Nancy Bois); la grand-mère de 11 petits-enfants et leurs conjoints.

Elle laisse aussi 13 arrière-petits-enfants. Elle était sœur et belle-sœur de : feue Adrienne (feu Adélard Guillemette), feue Gabrielle (feu Eugène Talbot), feue Jeanne d'Arc (feu Gérald Grenier), feue Corine (feu Ernest Champagne), feu Évariste (Yvette Rancourt), feu Nelson (Pauline Rousseau). Elle laisse aussi de nombreux neveux, nièces, cousins, cousines, autres parents et amis.

Le service religieux a été célébré le samedi 10 novembre 2018 en l'église de Sainte-Perpétue, suivi de l'inhumation au cimetière paroissial.

Elle était la tante de Maurice Gagné (Nicole Hamel), Céline Gagné (feu Renaud Blais), Jean-Louis Grenier (Carol Crawley) et Marcel Guillemette (Gisèle Huard) de la localité.

Virage Santé mentale, ressource alternative en santé mentale

Information ou inscription à l'avance :
tél. : 819 877-2674 ou 819 832-4404.
37, rue Angus Nord, East Angus.
Siège social : 209, rue des Érables, Weedon.
Courriel : viragesm@abacom.com

Groupe Vire-Voix

Pour apprendre à mieux vivre avec les voix. Groupe de soutien aux personnes qui entendent des voix, afin de s'approprier un pouvoir sur sa vie en prenant, entre autres, un plus grand contrôle sur ses voix.

Problème avec le jeu?

Vivre dans l'entourage d'un joueur ou d'une joueuse pathologique n'est pas facile, d'autant que cette personne peut mettre beaucoup de temps avant de décider à aller en traitement. Virage Santé mentale offre des services d'écoute, de conseils, de référence et de support pour les proches des joueurs pathologiques. La dépendance aux jeux de hasard et d'argent est une problématique à laquelle on accorde de plus en plus d'attention, car on sait que les conséquences sont graves pour la personne elle-même et ses proches. En tant que proche, aller chercher de l'aide pour soi peut représenter un départ vers une nouvelle vie. Service gratuit et confidentiel.

Ateliers dans votre municipalité

Pour recevoir des ateliers sur différents thèmes pour un groupe d'au moins cinq personnes. Contactez-nous. Nous offrons ce service gratuitement. R

Sites Web de chez nous

Bureau Pompes et traitements d'Eau
www.eau-bureau.com
Canton de Lingwick
www.cantondelingwick.com
Centre Agricole Expert inc.
www.caexpert.com
Cochon SouRiant
www.geocities.com/cochonsouriant/

Domaine Sévigny, golf, camping
www.domainesevigny.com
Ferme Croque-Saisons
www.croque-saisons.com
GraphAlba
www.graphalba.com
John Ward, artiste-peintre
www.graphalba.com/jward/

Journal Le Reflet
www.lereflet.org
La Ruée vers Gould
www.rueegouldrush.net
Manon Rousso, photographe
www.manonroussophotographe.com

Faites nous connaître votre site Web et nous le publierons gratuitement.

Hon. Marie-Claude Bibeau
DÉPUTÉE COMPTON • STANSTEAD M.P.

175, rue Queen, bureau 204
Sherbrooke (Québec) J1M 1K1
819 347-2598

marie-claude.bibeau@parl.gc.ca
www.mcbibeau.liberal.ca
mclaudebibeau

Maisons, chalets et terrains à vendre à Lingwick.

Nous donner votre nom, adresse, téléphone, courriel.
819 877-3560, boîte vocale ou
info@lereflet.org

Pour annoncer gratuitement sur le site Web de la municipalité, bien vouloir faire parvenir vos coordonnées et votre photo au webmaestre du canton :
graphalba@gmail.com

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

Terrain arpenté résidentiel et commercial
à vendre ou à louer. 80, route 108.
Gilles Grondin, 1 819 657-1162.

Plus d'information
www.cantondelingwick.com

Ferme Adam et Elle
Culture naturelle d'ail
fermeadametelle@gmail.com
49, chemin Galson
Lingwick, J0B 2Z0
819 877-2159

Pour un an (9 parutions)

25 $ pour une carte simple N&B

50 $ pour une carte double N&B

50 $ pour une carte simple en couleur

100 $ pour une carte double en couleur

Journal livré à Lingwick et à l'extérieur

Autres coordonnées en page 2

Clinique de denturologie
Jacques Grondin
35 ans d'expérience dans l'industrie
Fabrication et réparation de prothèses dentaires
Service à domicile disponible
190, 2e avenue (route 112)
Weedon, QC, J0B 3J0
819 434-3010

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

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

RAMONAGE MALEX Enr.

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

MEMBRE

RBQ # : 8291-1900-11

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

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

494, 2e 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 gpplomberie@Live.ca

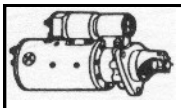
François Fontaine, comptable

- **Impôts**
- **Tenue de livres**
- **États financiers**

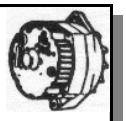
b.a.a.

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

ÉQUIPRO
ANDRÉ BOLDUC ENR.
VENTE, RÉPARATION
Scie à chaîne, tondeuse, souffleuse, moto,
vtt, motoneiges de toutes sortes
127, rue Principale, Lambton, QC, G0M 1H0
Tél. :418 486-7071
Téléc. : 418 486-2115



Alternateurs
Démarreurs
Weedon enr.



Vente et recyclage de toutes marques

Ghyslain Filion
Propriétaire

121, rue Biron, C.P. 23
Weedon, QC, J0B 3J0
819 877-3283

EDMOND Y ERGEAU

NOTAIRE, CONSEILLER JURIDIQUE

165, rue Bonaventure
Trois-Rivières
QC, G9A 2A9
819 373-1077

LINGWICK
819 877-3446

Brunet

Stéphan Ouellet
Marylène Roy
Pharmaciens

819 877-3355
404, 2e 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
garagelucbeliveau@gmail.com

---

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

RN

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

Réalisons
vos projets
sur mesure

Auberge l'Orchidée
depuis 1996

Traiteur

Buffets froids
ou chauds.
Méchoui.

Mariages. Après funérailles.
Cocktail dînatoire. Tapas.
Produits maison.
Chef à la maison. Boîte à lunch.
Isabelle ou Mario
819 872-3873
sans frais **1 866 663-3873**
661, route 108, Bury, QC, J0B 1J0
www.aubergelorchidee.com

Sans frais 1 800 363-4228
819 877-2378 Pompes à béton

Béton préparé et coffrage
Déménagement de maisons
Excavation
Grue 22 tonnes
Terre et gravier

Léo Barolet & Cies

Léo Barolet, président
250, 2e Av., Weedon

200,
2e avenue
(route 112)
Weedon, QC
J0B 3J0

DENTISTE
Dr Benoit Giard
819 877-5400

Affûtage Bédard

Mario Bédard, prop.
425, route 108
Stornoway, QC
G0Y 1N0

AFFÛTAGE BÉDARD
819 652-2855 Téléc. : 819 652-9982
Planeur, *chipper*, mèches à entailler
Aiguisage de scie à ruban et de couteaux

MVT Physiothérapie
S'accomplir en mouvement

6242, rue Salaberry,
Lac-Mégantic

Justine Therrien, M. Pht
Physiothérapeute
819 554-6781

North Hill Farms

The Beatons
Howard
Gould, Lingwick, QC, J0B 2Z0

819 877-2562

Excavation
Clément Duquette inc.

417, route 108
Stornoway

Clément :	**819 820-9215**	Camionnage
Yves :	**819 820-9216**	gravier - terre
Gérémy :	**819 583-7256**	excavatrice
Téléc. :	819 652-1001	chemins et
Bureau :	**819 652-2451**	drainage forestier
		fosses septiques

Depuis 1946

Centre Funéraire
JACQUES & FILS
Crématorium

Yves Migneron
PRÉARRANGEMENTS
et
Préposé aux familles
Salon de Weedon
260, rue Des Érables

Tél. : 1 800 267-0757
www.jacquesetfils.com

Espaces pour vous
N&B ou couleur.

Toutes les coordonnées
en page 2.

CLD HAUT-SAINT-FRANÇOIS
Centre local de développement

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

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

www.cldhsf.com

· LES MARCHÉS ·
Tradition

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

SAQ

Marché Lagassé
285, 2e Avenue
(route 112) Weedon,
QC, J0B 3J0

fritou

MINI EXCAVATION
DENIS ROUSSEAU
819 822-9241/819 877-2849
LINGWICK
Service de laser
ripel
terriere
bocket en V

Ferme bovine

Michel Rousseau
34, route 108
Gould, Lingwick
819 877-3495

Votre hôte
Monique Théoret
aucoeurduhameau@gmail.com
Gîte Au Cœur Du Hameau
514 718-2515 ou 873 823-8070
216, route 257
Gould, Lingwick, QC, J0B 2Z0

Logements Lingwick
99, route 108
17 logements : 3½ et 4½,
à partir de 390 $

À louer : à court, moyen ou long terme
meublé, ½ meublé ou non (votre choix)

Électricité, chauffage,
câble et Internet inclus

819 437-3304

Conciergerie sur place

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

J.N. Denis inc.
SOUDURE 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, 2e Avenue (rte 112), Weedon

Baldwin récupération
Bois de grange et de vieilles maisons
Marie-Claude Vézina, prop.
SUR RENDEZ-VOUS
Bury : 819 872-3897
Sur *facebook*

Catherine Bouffard, Dt.P.
Diététiste-nutritionniste (B.Sc.)
Membre de : Ordre professionnel des diététistes du Québec
Approche personnalisée ou en groupe
Courriel : bou.cath80@gmail.com
Tél. : 819 877-3891

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DU HAUT-SAINT-FRANÇOIS
Je passe à l'action !
819.560.8540 cabhsf.org

Création et conception graphique
GraphAlba Geneviève Lussier
Venez voir mon site web complètement remodelé
www.graphalba.com
Un service graphique au cachet humain,
adapté à vos besoins et à votre budget.
Plus :
Transfert VHS à MP4 ~ Cassette audio à MP3
Récupération de données sur disquettes PC/MAC
We speak english
819 877-2919 ~ graphalba@gmail.com
16 chemin Fontainebleau, Lingwick

La Ruée vers Gould / The Gould Rush
rueegouldrush.net
19, rte 108, Gould, Lingwick
819 877-3446
Tables et Relais du Terroir MD certifiés
PRIX de L'EXCELLENCE PROVINCIAL 2010
brunch du dimanche
produits maison
hébergement

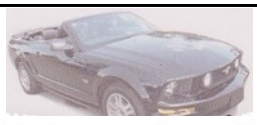
SOLUTEK INFORMATIQUE
VENTE - RÉPARATION - RÉSEAUX
Résidentiel - Commercial - Industriel
Tél. : 819 832-3649 • Téléc. : 819 832-1191
36, rue Angus Nord, East Angus (Québec) J0B 1R0
www.solutek.qc.ca - info@solutek.qc.ca
millenium

Les distributions
Luc Patry inc.
819 877-3184
Semences conv. et bio
Inoculants : foin et ensilage
Traitement des fumiers et odeurs
Engrais et biostimulateurs
170, route 257, Gould, Lingwick

Ford **ValEstrie** LINCOLN
Chantal Cloutier, conseillère
819 563-4466 - 1 888 634-2727
contact@valestrie.com
www.valestrie.com

AIDE À DOMICILE Haut-Saint-François
Soins à la personne
Entretien ménager
Préparation des repas
Accompagnement pour les courses
Répit pour proche aidant
Commercial
161, rue Angus Sud, suite 1, East Angus, QC, J0B 1R0
Tél. : 819 832-2200 • Sans frais : 1 877 877-5679
info@aidedomicilehsf.com

ABATTOIR ROUSSEAU inc.
Donald Rousseau,
propriétaire
819 877-2644

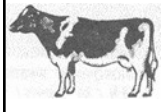


CHRISTIAN BOLDUC AUTO INC.
www.autochristianbolduc.com
Vente - échange - mécanique générale
Cell. : 819 572-3099

Ferme Alain Rousseau

120, rang des Pointes,
Lingwick, QC, J0B 2Z0
819 877-2496

FERME GILBERT & FILS INC.



Production laitière Holstein
Produits d'érable
1, route 108, Lingwick, QC
819 877-2167

MAGASIN GÉNÉRAL MORIN 649
Épicerie - Quincaillerie - Club vidéo
Comptoir postal - Permis de chasse et pêche
Propane, achat/échange - Essence
Miraco
Accessoires, produits et vêtements forestiers
Ouvert 7 jours
71, route 108, Lingwick, QC, J0B 2Z0
Tél. : **819 877-2511**
Téléc. : 819 877-2858

RESTAURANT LE PIONNIER
LE PIONNIER
Produits maison
Pâtés au poulet et mexicains, tourtières, sauce à spaghettis
DÉJEUNERS
Pizza, poulet frit, sous-marins

BRANDSOURCE AMEUBLEMENT Sévigny
Bruno Sévigny
Meubles, décoration, couvre-planchers.
DECO SURFACES
maisonsevigny@qc.aira.com
295, route 112 (2e Av.), Weedon, **819 877-2897**
1250, rue Champlain Disraeli **418 449-4333**

Garage Martin Loubier, prop.
Maître technicien, diesel, mécanique générale, auto, injection, remorque, accrédité inspection nacelles.
819 877-2594
819 432-3002
22, ch. de la Montagne-Rouge
Lingwick marloupl@hotmail.com

PISCICULTURE GILBERT
Truite d'ensemencement
3B, route 108
Lingwick, QC, J0B 2Z0
Brigitte Martel - Serge Gilbert
Tél. : 819 877-2676
pisciculture.gilbert@hotmail.com

Ferme agro-forestière Gagné de Lingwick inc.
114, route 108, Lingwick, Qc
Produits d'érable biologiques
SIROP - TIRE - BEURRE
819 572-7115

Scierie mobile
André Mathieu
819 877-2656
(boîte vocale)
De mai à novembre

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
819.674.0311
Installation nettoyage et réparation de puits

Manon Rousso
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

Domaine Sévigny
Golf : 9 trous, par 3. Réservez tournois tôt
Camping : journée, semaine, saison
Salle pour activités sociales et familiales,
Hébergement : chambres et dortoirs
20, route 257, entre Gould et Weedon
819 877-3005
www.domainesevigny.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
819 238-5083
- Endroit Rural/Rural Setting
- 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 et œufs

LS TRACTOR
DEUTZ FAHR
Concessionnaire **LS** et **Deutz-Fahr**
Centre Agricole Expert inc.
Frédérick Ward, prés. **819 877-2400**
17, ch. North Hill
Lingwick, QC, J0B 2Z0
www.caexpert.com
info@caexpert.com

Pièces d'automobiles
Home hardware
Pro
Quincaillerie N. S. Girard inc.
259, 2e Avenue, (route 112) Weedon, QC, J0B 3J0
Nathalie Blanchette et André Daigneault, props.
819 877-2959 Téléc. : 819 877-5460
www.homehardware.ca

DODGE CHRYSLER JEEP RAM CINQ ÉTOILES
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
Monsieur Érable Mr. Maple
Props : famille Duquette
819 877-3163
micduq@gmail.com
124, route 108,
Lingwick, QC, J0B 2Z0

CORDONNERIE
Gislain Rousseau
34, ch. du Belvédère
Gould, Lingwick
Réparations de tous genres
Heures d'ouverture
Mardi au vendredi, de 9 h à 17 h
Samedi sur appel
Réparation d'attelages
819 877-2408
Fabrication