

Le Reflet

du canton de Lingwick

www.lereflet.org

Volume 34 numéro 1 février 2020

Persévérance scolaire

Prévention des chutes

Aide médicale à vivre !

La chiropratique

Bac à compost de comptoir



Sommaire

Éditorial	3
Lingwick, c'est dynamique. - Pensée	4
La vie au conseil municipal	5
Opinion - Canton de Lingwick - Vernissage	7
Chronique d'un vieux fou / An Old Fool's Chronicle	8
Nutrition	9
Canton de Lingwick	10
Le coin lecture - Emploi à temps partiel pour Le Reflet	11
Conseils chiropratiques – Marché de la petite école	12
Canton de Lingwick - Nouvelles du Reflet	13
Nouvelles du Reflet	14
Calendrier des activités	15
La nature de notre canton	16
La Passerelle	17
Comité consultatif en environnement	18
La Fête nationale – Moisson Haut-Saint-François	20
Le P'tit pub d'hiver	21
Cité-école Louis-Saint-Laurent	22
Histoire vécue	23
Centre d'aide aux aînés victimes de maltraitance	24
Tisane contre le rhume	24
Lingwick il y a vingt ans	25
Campagne de recrutement - AGA du Reflet	26
Conseil de gouvernance de l'eau...	27
Météo locale	28
Santé Canada - Scoop	29
Sollicitation frauduleuse dans la région	30
Service d'impôt du CAB du Haut-Saint-François	30
Popote roulante Haut-Saint-François - Anniversaires	31
Agenda - Sympathies - Prompt rétablissement - Pensée	32
Activité Bébé Trucs du Haut-Saint-François	33
Terrain à vendre ou à louer - Sites Web de chez nous	33
Le Reflet en abonnement cadeau et dates de tombée	33
Nos annonceurs : 30, 33, 34, 35, 36	

Photo : Serge LaRoche

Page couverture : mésange à tête noire

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 Tombée : 2 mars 2020
parution : Parution : 16 mars 2020

Périodicité : 9 fois l'an / 290 exemplaires
Dépôt des articles : par courriel, par la poste, dans la boîte du journal au magasin général, en mains propres 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
Canton de Lingwick	819 560-8422
Magasin général, comptoir postal	819 877-2511
Caisse Desjardins du H-S.F.	819 832-4916
CLSC de Weedon	819 821-4000
Presbytère à l'église Weedon, bur. :	819 877-2566

Conseil d'administration

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

Suzanne Paradis et Marcel Langlois,
journalistes accrédités à l'AMECQ.

Dépôt légal 2020 :

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Régissez à nos articles : www.lereflet.org





Aide médicale à vivre !

Danielle Leclerc

Je deviens en colère quand j'entends parler de l'élargissement aux personnes inaptes de l'aide médicale à mourir. Je sens une révolte monter en moi quand j'entends que le choix des personnes de mourir, exprimé au cours de leur vie, devrait être respecté, même après qu'elles soient devenues inaptes et totalement incapables de réitérer l'expression de leur choix au moment de l'acte ultime.

Quelle est cette mascarade tout à coup concernant le respect du droit des personnes à vouloir mourir? Pourquoi une telle dépense d'énergie et d'argent de la part de notre gouvernement à vouloir défendre ce droit en particulier? Pourquoi une telle mobilisation est absente face au droit des personnes à recevoir des soins appropriés, déjà promis dans le discours officiel, mais que l'on peine à assurer? Pensons seulement aux soins dans les urgences, à domicile, dans les CHSLD, à la protection de la jeunesse: les services sont nettement insuffisants et le manque de ressources est non seulement toléré, mais camouflé. Qu'advient-il du respect des droits de tous ces citoyens qui choisissent de vivre?

Devant l'ouverture et l'empressement du gouvernement Legault de la CAQ concernant la modification des critères d'accès à l'euthanasie, mon esprit cartésien établit rapidement une équation entre la diminution du nombre des personnes dépendantes du système et le coût des soins qu'elles représentent en demeurant en vie. L'objectif sous-jacent de cette campagne du mourir dans la dignité serait alors, fondamentalement, de solutionner un problème d'ordre économique.

Si le droit à infliger la mort devait s'étendre à des personnes incapables de se défendre, quelles en seraient les balises? Quels seraient les critères objectifs de qualité de vie de ces personnes? Qui prendrait la décision? Quelles raisons pourraient être raisonnablement invoquées? Qui poserait le geste définitif?

Je crains tellement les dérives de notre système face aux personnes vulnérables, alors qu'elles devraient nous inspirer une attitude de bienveillance et nous appeler à vouloir les protéger plus que toutes autres.

Le cadre actuel de la loi sur l'aide médicale à mourir, mise en place en 2016 dans le but de prévenir et apaiser les souffrances, prévoit que la personne qui en fait la demande soit en mesure d'exprimer sa volonté et de l'exprimer à nouveau au bout de dix jours. Cette disposition donne du temps aux intervenants, bien que minimal, pour faire leur travail auprès de la personne : vérifier les raisons de la demande, évaluer l'état de santé mentale de la personne, l'informer, l'aider à regarder la situation sous tous ses angles, l'aider à mesurer les conséquences d'une telle décision, la soutenir dans son choix face à ses proches. Car dans l'esprit de la loi, il s'agit là d'une option exceptionnelle.

Dans les faits, la plus grande proportion (8/10) des personnes qui demandent à abrégé leurs jours en sont qui souffrent de cancer. Et la première raison invoquée alors est de vouloir cesser de souffrir. À l'heure où nous avons plus que jamais à notre disposition des moyens pour soulager la souffrance, pourquoi n'y a-t-il pas plus d'énergie et d'argent investis

dans un réseau de soins palliatifs? Pourquoi est-ce si difficile d'avoir accès à des soins palliatifs à domicile? Pour quelle raison ne développe-t-on pas un réseau de centres de jour pour les personnes en soins palliatifs (que deux au Québec)? Pourquoi l'accès à une maison de soins palliatifs est-il si restreint? Pourquoi notre gouvernement s'en remet-il aux initiatives du privé pour la création de ces maisons?

Ne serait-il pas plus approprié, plus humain pour une société, de mettre en place des mesures visant à prendre soin de la vie et cela jusqu'à la fin, pour la personne et pour ses proches? L'aide à mourir devrait vraiment être une option d'exception, pas une solution de rechange face aux ratés du système.

La notion de soin est au centre de ce débat sur le suicide assisté, qui se déroule sous le couvert d'une politique sur les soins de fin de vie, appellation plus socialement acceptable. Les soins, par définition, représentent les actions et moyens permettant de prévenir ou de guérir une maladie. Des médecins sont déjà amenés avec la loi actuelle à jouer un rôle imprévu qui les amène à transgresser leur principal dogme : *Primum non nocere* (d'abord, ne pas nuire). Donner la mort n'est pas un soin. Le débat actuel sur la pratique de l'euthanasie devrait être nommé tel qu'il est afin de bien éclairer la population sur ce qui est réellement en jeu.

Je vous invite ardemment à vous exprimer au sujet de l'accès à l'aide médicale à mourir lors de la consultation prévue en février 2020 par la ministre McCann. R



Lingwick, c'est dynamique.

Manon Bolduc

ViActive

Venez vous joindre au groupe pour vous amuser tout en bougeant au son de belles musiques, les lundis de 10 h à 11 h. Nous avons une nouvelle routine pas compliquée et des plus entraînante. Chacun y va à son rythme. Vous pouvez vous joindre au groupe en tout temps. On vous attend.
Suzanne Paradis, 819 877-5145.

Afeas

- Assemblées mensuelles les 1^{ers} mercredis du mois, à 13 h.
- Les métiers à tisser sont toujours en fonction au local même.
- Je vous présente nos nouvelles recrues : Marianne Paré, Ghislaine Godbout et Chantal Villeneuve. Bienvenue à vous trois. Toutes les nouvelles recrues sont les bienvenues.
- Site Web : www.afeas.qc.ca
Hélène Rousseau, 819 877-3022.

La fabrique

- Messe tous les dimanches à 10 h 45.
- Deux nouveaux marguilliers sont en poste : René Rousseau et Clément Guillette en remplacement de Céline Gagné et Gisèle Guillemette. Un repas fut servi le 9 février dernier.
Lise Roy, 819 877-2489.

Marguerites volantes

- Nous hibernons, cet hiver. Toutefois, nous planifions des repas pour le printemps. Bonne fin d'hiver.
- While we hibernate this Winter, we are planning meals for Spring. Till we meet again.
Mariette Langlois, 819 877-5009.

Fadoq

- Les assemblées mensuelles ont toujours lieu le 3^e mercredi du mois, à 13 h 30.
- Tournoi de base-ball poches le 20 mars prochain.
- Le café Bla Bla est ouvert du lundi au vendredi de 8 h 30 à 11 h 30. Du nouveau au Bla Bla, *le mercredi des dames*, passez faire une jasette ou jouer aux cartes.
- Nous sommes à la recherche de joueurs de base-ball poches pour les mercredis soirs.
- Les cartes d'adhésion annuelle sont en vente au coût de 25 \$.
- Bienvenue à tous les nouveaux membres.
Jacqueline P.-Bouffard, 819 877-2743.

Bibliothèque

- Toujours de nouveaux volumes à emprunter et à consulter pour les abonnés.
- Il est maintenant possible de s'inscrire en ligne à sa bibliothèque municipale via le site du www.reseaubiblioestrie.qc.ca (bouton rouge : m'abonner). L'abonnement est gratuit; il est aussi possible de demander son NIP qui permet, avec le numéro d'abonné, d'avoir accès à tous les services en ligne (livres, revues et autres).
- De plus, nous vous informons que PRETNUMERIQUE.ca a son propre lecteur Web, pour tous les usagers d'une bibliothèque membre du Réseau Biblio de l'Estrie. Que l'abonné utilise un ordinateur, une tablette ou un téléphone intelligent avec une connexion Internet, il peut utiliser le lecteur Web via son navigateur préféré pour lire la grande majorité des livres numériques.

- Nous sommes situés au centre municipal, 72, route 108, au 2^e étage (monte-personnes pour les gens à mobilité réduite); nous sommes ouverts tous les jeudis de 18 h 30 à 20 h.
- Au plaisir de vous y rencontrer.
Régine Ward, responsable ainsi que les bénévoles, 819 877-3230.

Loisirs

- Le 16 janvier dernier, nous avons tenu notre assemblée générale annuelle; voici les personnes siégeant sur le conseil d'administration pour 2020 : Andrée-Maude Courval, Suzanne Jutras, Corrine Chabot, Caroline Poirier et Peggy Thompson. Le 15 février s'est tenu l'activité *Plaisirs d'hiver*. Plus de détails dans le prochain numéro du Reflet.
- À la salle communautaire du centre municipal, 72, route 108, cours de cardio-fitness tous les mercredis de 19 h à 20 h. Exercices différents à chaque semaine. Utiliser son corps pour s'entraîner. Pas de machine, pas de poids, pas d'excuses. Pour tous les âges et toutes conditions physiques.
Info : Martin Groulx, 819 888-2534 ou <http://www.cle1917.wixsite.com/cardio>
Andrée-Maude Courval, 819 238-8183.

Pensée

C'est la jeunesse du dedans
qui garde jeune
la vieillesse du dehors.

(entendu dans une
émission de télévision)



Nouvelle année pleine de projets

Suzanne Paradis

Résumé des séances ordinaires du conseil des 13 janvier et 3 février 2020.

Suivi des dossiers

La reddition de compte au ministère des Transports concernant le programme TECQ (taxe sur l'essence et la contribution du Québec) a été déposée le 16 décembre 2019.

Suite aux dégâts survenus lors des pluies du début novembre, bris de chemins et fossés, grâce au programme général d'aide financière lors de sinistre, une somme de 7 222 \$ a été demandée. Un chèque de 4 000 \$ a été reçu à titre d'avance.

Suite à une pétition des résidents de la route 257 Sud concernant la possibilité d'être desservis par Cable Axion et aux démarches faites par le conseiller Guy Lapointe, la réponse est négative. Si les propriétaires désirent le service, ils devront en assumer tous les frais qui sont très onéreux.

Adoption de règlements

Les taux de taxes pour l'exercice financier 2020 sont :

- taxe foncière 0,592 ¢ du 100 \$ d'évaluation;
- Sûreté du Québec 0,082 ¢ du 100 \$ d'évaluation;
- remboursement d'emprunt pour le camion 2017 0,037 ¢ du 100 \$ d'évaluation;
- remboursement d'emprunt pour la rétro-caveuse 0,028 ¢ du 100 \$ d'évaluation.

Semaine de la persévérance scolaire

Du 17 au 21 février, soyons fiers de valoriser l'éducation. Quatre de nos jeunes sont encouragés par les membres du conseil à obtenir leur diplôme du secondaire en juin.

Nomination du maire suppléant

Le conseiller Martin Loubier est nommé maire suppléant pour les mois de mars, avril, mai et juin 2020.

Arrérages de taxes

Les citoyens concernés ont jusqu'au 27 février 2020 pour prendre une entente avec la municipalité.

Dépôt de la liste des contrats dont les dépenses totales sont de 25 000 \$ et plus. Cette liste paraît dans Le Reflet à la page 10.

Le club de l'Âge d'or Sainte-Marguerite-de-Lingwick demande au conseil d'être intégré dans leurs assurances responsabilités pour les activités organisées à l'intérieur de leur local et du centre municipal.

Renouvellements

Adhésions 2020 à l'ADMQ (Association des Directeurs municipaux du Québec) au coût de 477 \$ plus les taxes et à Québec municipal, service d'information par internet, au coût de 145,66 \$ plus les taxes.

La municipalité renouvelle également le contrat de service de La Cartoucherie de Sherbrooke pour le service d'imprimante et de photocopies au coût de 862,30 \$ plus les taxes.

Le conseil a décidé de ne pas renouveler le contrat de travail de M. Fernando Rosas, inspecteur en bâtiment et en environnement. Il y a une entente avec Weedon pour que Nicolas Blouin assure l'intérim du service, un mercredi par mois; Weedon facturera la municipalité pour les services et les déplacements de M. Blouin.

Congés autorisés à la directrice générale

Josée Bolduc sera absente du 17 au 24 mars 2020. Suzanne Blais sera au bureau les 19 et 23 mars et Nicolas Blouin le 18 mars.

Transport de personnes Haut-Saint-François

La grille tarifaire 2020 pour Lingwick est la même que l'an dernier, ainsi que la cotisation annuelle de 3 426 \$.

Achat d'un ordinateur pour la direction générale

Le conseil entérine l'achat d'un ordinateur Dell au coût de 925 \$ plus les taxes ainsi que l'antivirus à 42 \$ par année.

Municipalité alliée contre la violence conjugale

La municipalité de Lingwick reconnaît l'égalité entre les hommes et les femmes; ainsi le conseil adopte une résolution et affiche publiquement sa prise de position comme municipalité alliée contre la violence conjugale.

Suite page 6

Nouvelle année pleine de projets, suite de la page 5

Lancée en 2016 par le Regroupement des maisons pour femmes victimes de violence conjugale et ses quarante-trois maisons membres, leur campagne est une invitation aux municipalités du Québec à s'engager dans la lutte contre la violence conjugale. Voir page 13.

En Estrie, huit MRC et cinquante-cinq municipalités ont publiquement adhéré à ce mouvement.

Incendie et sécurité publique

La rémunération des membres de l'organisation municipale en sécurité civile (OMSC) lorsqu'ils sont appelés lors d'un sinistre est la suivante : le personnel à l'emploi de la municipalité selon leur contrat, les membres de la Régie des Rivières selon le salaire en vigueur et les membres nommés, selon le salaire minimum en vigueur majoré de 50 %.

Le coût de la réparation du tuyau d'échappement du camion-pompe soit la fabrication d'un tuyau de soixante pouces et son installation s'élève à 1 278,77 \$ plus les taxes, chez J.N. Denis à Weedon.

Réseau routier et voirie

Adoption du règlement concernant la longueur des ponceaux des entrées privées sur les chemins municipaux : acceptation des tuyaux ayant un diamètre minimal de dix-huit pouces, mais l'inspecteur peut exiger, en tout temps, l'utilisation d'un tuyau plus gros.

TECQ 2019-2023, actuellement une demande est faite concernant l'amélioration énergétique soit :

- changer le chauffage de la caserne et du garage;
- la restauration de l'éclairage en lumière Dell au garage;
- la restauration de l'église Chalmers.

Les entreprises S C Classique de Stornoway sont choisies pour le balayage des rues au coût de 2 700 \$ plus les taxes et les frais de transport. Elles auront jusqu'au 15 mai 2020 pour effectuer le service.

Réparation du tracteur John Deere au Centre Agricole Expert Inc. au coût de 3 504,47 \$ plus les taxes.

Urbanisme, aménagement et développement

Reconduction pour un mandat de deux ans, soit jusqu'au 31 décembre 2021, de Sébastien Alix et Monique Théoret. André Hince termine son mandat et ne désire pas le renouveler. Les membres du conseil tiennent à remercier M. André Hince pour son implication et son dévouement au sein du CCU (comité consultatif en urbanisme).

Mme Danielle Leclerc a accepté de se joindre à l'équipe.

Le CCU est composé de six membres. Les autres membres sont : Mario Tardif, Mathieu Labrie et Catherine Bouffard.

La municipalité a décidé de ne plus offrir en vente le terrain du 37 chemin du Belvédère et de le garder pour créer un accès à la lisière entre les terrains de Domtar et ceux du chemin du Belvédère. Ce terrain sis en zone humide suscitait peu d'intérêt pour une construction résidentielle auprès des acheteurs.

Loisirs et culture

La municipalité a demandé à Aménagement Dryades de Chartierville de présenter un plan d'action en vue de l'entretien du sentier du belvédère et de la poursuite des travaux d'aménagement.

Le conseil a également demandé à Rénovation Cyr d'évaluer le coût de la rénovation d'une fenêtre de l'église Chalmers. Les tarifs sont de 68 \$ l'heure plus le matériel requis.

Mme la conseillère Suzanne Jutras accepte d'être la déléguée de Lingwick au comité Loisirs de la MRC du Haut-Saint-François.

Une contribution de 500 \$ a été accordée à Tourisme Haut-Saint-François pour promouvoir notre région. La SADC du Haut-Saint-François prend en charge le guide touristique, le site Web, la carte touristique ainsi que la création d'une vidéo.

Les Gais Lurons demandent l'utilisation des infrastructures de la municipalité et l'autorisation de vendre des boissons alcoolisées pour l'organisation de l'activité *Plaisirs d'hiver* du 15 ou 22 février 2020. Une aide financière de 250 \$ leur est également accordée.

L'activité traîneau à chiens sera aussi de la programmation et une surprime aux assurances sera défrayée par la municipalité à cause de la présence d'animaux.

Le village de Noël demande l'utilisation des infrastructures de la municipalité et l'autorisation de vendre des boissons alcoolisées pour l'organisation de l'activité *P'tit pub d'hiver*, le 29 février.

Le conseil a demandé à PL Charpenterie des plans d'ingénieurs pour les travaux de fondation d'une dalle de ciment pour l'abri permanent au centre du village afin de trouver un entrepreneur pour ces travaux.



Vos atouts

Monique Théoret

En célébrant la nouvelle année avec des amis, au fil des conversations à cœur ouvert, j'ai songé à la tradition de prendre de bonnes résolutions ou pas. C'est bien de vouloir changer les choses et de s'améliorer. Cela demande du travail sur soi et de la persévérance. Toutefois, je pense qu'il ne faut pas passer à côté de ce qu'on possède

déjà et qu'on ignore souvent parce qu'on ne s'y arrête pas. Prenez le temps de vous préparer une petite liste de cinquante meilleures qualités. Pour vous aider, vous pouvez utiliser un dictionnaire ou des listes trouvées sur Internet.

D'y réfléchir permet de prendre conscience de nos points forts, de

notre capacité à être et à faire. Finalement... ce pourrait être une bonne résolution de mettre nos atouts au service de la communauté. Lingwick c'est dynamique et il y a plusieurs organismes municipaux et comités qui sont prêts à accueillir une personne douée comme vous. R

Canton de Lingwick

Persévérance scolaire



Votre conseil municipal par Céline Gagné, mairesse

La persévérance scolaire est un enjeu de société et nous avons tous un rôle à jouer pour soutenir nos jeunes et leur permettre de s'épanouir et de développer leur plein potentiel dans un environnement propice à leur réussite.

En fait, la persévérance scolaire et la réussite éducative sont des priorités de votre conseil municipal et nous sommes fiers de valoriser

l'éducation et de contribuer à rappeler l'importance de la persévérance scolaire.

Vous êtes maintenant à quelques mois de la fin de vos études secondaires :

Cyrille Courval, Dorianne Gilbert, Marguerite Pigeon et Alex Ramsay. Nous vous encourageons à maintenir vos efforts jusqu'à l'obtention de votre diplôme.

Un premier diplôme enrichit le détenteur du diplôme et toute la société. C'est une aide à la prospérité, à l'équité et au bien-être physique et psychologique.

Nous profitons des Journées de la persévérance scolaire pour vous confirmer notre appui et pour vous souhaiter du succès dans vos études. R

Nouvelle année pleine de projets

Les travaux de la dite dalle devraient se terminer au plus tard le 15 mai 2020 pour permettre la construction de l'abri lui-même.

Journée internationale des femmes

Un montant de 50 \$ a été octroyé à La Passerelle pour la journée internationale des femmes du 8 mars 2020. Le projet consiste en la conception d'œuvres artistiques suivie d'un vernissage à Cookshire-Eaton, le 8 mars.

Un citoyen est venu manifester sa déception concernant son projet de chemin pour accéder à ses terrains. Les membres du conseil l'ont encouragé à ce qu'il trouve une alternative à la réalisation de son projet afin de le rendre conforme à la réglementation.

Prochaine séance ordinaire, lundi 2 mars 2020, à 19 h. R

Vernissage

Du 16 février au 15 mars 2020.

Le comité d'histoire de Weedon vous invite à son exposition :

*Du Vieux Village
au village d'aujourd'hui
au centre culturel,
280, 9^e Avenue, Weedon.*



Le procès

Malois (2020-01-26)

J'aurais aimé écrire cet article dans deux semaines, une fois terminé le procès en destitution du président Donald Trump des États-Unis. Mais la date de tombée du journal et tout le travail qu'il y a à faire à ce moment m'obligent à l'écrire plus tôt.

La Chambre des représentants a demandé au Sénat de tenir un procès pour destitution du président Donald Trump. Au moment d'écrire ces lignes, les démocrates ont fini de dire pourquoi le président devrait être destitué. Les républicains tentent maintenant de démontrer que son comportement « était parfait ».

Vers la fin de la semaine prochaine, le Sénat décidera s'il accepte de nouveaux documents et la comparution de témoins dans ce procès. Il

pourrait décider qu'il n'en a pas besoin pour juger. Hier, Luc Laliberté, dans le *Journal de Montréal*, soumettait même l'hypothèse que le procès se termine dès la fin de janvier.

Selon le système canadien de justice, un procès sans témoins semble inconcevable. Mais dans le cas de celui en destitution, il faut convenir qu'il ne s'agit pas d'un procès judiciaire, mais bien politique, prévu dans la constitution américaine, pour éviter que le président puisse commettre des actes irréparables pour le bien de la nation.

La preuve flagrante que c'est politique ? Le tout se déroule selon la ligne de partis : démocrates d'un côté et républicains de l'autre.

Au Québec, le parti libéral (PLQ) est toujours sous enquête et traîne une aura de corruption; la ministre Nathalie Normandeau est accusée, aucune accusation ne pèse encore contre Marc Bibeau et Jean Charest.

Tout ça après six ans d'enquête.

Mais une chose est sûre : au Québec, tout procès, en cours ou éventuel, sera juridique. Le législatif (assemblée nationale) vote les lois; l'exécutif (gouvernement) exécute les lois et dirige les affaires d'intérêt public et le judiciaire (tribunaux) fait respecter les lois.

La séparation absolue des trois pouvoirs est à la base même de notre démocratie. Pas de *Far West* en justice, ici. R

An Old Fool's Chronicle

The Trial

Malois (2020-01-26)

I would have liked to write this article in two weeks, after US president Donald Trump's impeachment trial was completed. But the deadline for the paper and all the work it implies means that I have to write it down now.

The House of Representatives has asked the Senate to hold a trial to impeach President Donald Trump. At the time of this writing, the Democrats have finished saying why the President should be removed from office. The Republicans are now trying to demonstrate that his behaviour "was perfect".

Towards the end of next week, the Senate will decide whether to accept new documents and the appearance of witnesses in this trial. He could decide that they don't need

witnesses to judge. Yesterday, Luc Laliberté, in the *Journal de Montréal*, even put forward the hypothesis that the trial could end by the end of January.

According to the Canadian justice system, a trial without witnesses seems inconceivable. But in the case of the one in impeachment, it must be agreed that this is not a judicial trial, but a political one, provided for in the American Constitution, to avoid that the President could commit irreparable acts for the good of the Nation.

The glaring proof that this is political? It all takes place along the party lines : Democrats on one side and Republicans on the other.

In Quebec, the Liberal Party (QLP)

is still under investigation and has an aura of corruption; Minister Nathalie Normandeau is accused, no charge have yet been laid against Marc Bibeau and Jean Charest.

All this, after six years of investigation.

But one thing is certain: in Quebec, any trial, pending or possible, will be juridical. The Legislature (National Assembly) votes the laws; the Executive (Government) determines how the laws must be applied and directs matters of public interest, and the Judiciary (Courts) enforces laws.

The absolute separation of the Three Powers is at the very basis of our democracy. No *Far West* in Court here. R



L'évolution de l'alimentation

Catherine Bouffard

Il était une fois, des humains qui se nourrissaient des produits de leurs cueillettes et de leurs chasses. Ils pouvaient passer quelques jours à n'avoir rien à se mettre sous la dent. Cela les obligeait à se déplacer constamment, comme les troupeaux d'animaux qu'ils suivaient. Puis, ils développèrent des techniques de plus en plus sophistiquées pour leur permettre de mieux répondre à leurs besoins. De nos jours, il y a encore des humains qui ont peine à se nourrir convenablement, suffisamment. Mais il y en a beaucoup d'autres qui ont de la nourriture en excès. Autrefois, les gens mangeaient ce qu'ils trouvaient, ce qu'ils cultivaient. Maintenant, ils peuvent choisir ce qu'ils mettent dans leur assiette. L'abondance des aliments qui se présente à nous est si grande que pour certaines personnes, manger va au-delà de l'aspect de santé.

La population mondiale

Comme la population mondiale ne cesse d'augmenter, nous avons défriché de plus en plus de forêts pour produire de grands champs de culture. Ces cultures servent à nourrir les animaux qui servent à nous nourrir par la suite. Je parle ici des grandes cultures céréalières, maraîchères, etc. La pêche, la surpêche qui en plus de mener des espèces en voie d'extinction brise aussi le fond marin, ce qui détruit l'habitat de plus petits poissons.

Les villes grandissent au détriment des régions rurales. Il existe bien des jardins communautaires dans certaines grandes villes, mais ils ne réussissent pas à nourrir tout un

quartier. Il y a aussi tous ces fabricants de produits alimentaires, certains moins favorables à la santé que d'autres, qui participent à l'offre alimentaire.

Aujourd'hui

Aujourd'hui, nous retrouvons de tout à l'épicerie. Les produits alimentaires arrivent aussi bien de la région voisine que de régions situées à des milliers de kilomètres.

Aujourd'hui, en plus de la diversité des aliments, nous sommes bombardés d'informations de toutes sortes sur le mode d'alimentation que nous devrions adopter. Ces multiples influences que nous recevons de toutes parts peuvent nous donner envie de suivre la vague.

Nous devons prendre conscience de notre mode d'alimentation, de nos méthodes de production, pour favoriser un meilleur équilibre.

Aujourd'hui, pour certaines personnes, leur alimentation est comme une religion. C'est sacré. Et ça prend beaucoup de place dans leur vie.

Tout comme certaines personnes où c'est la religion ou leur travail qui prend beaucoup de place.

Autant l'alimentation et tout ce qui gravite autour peuvent être un élément de rassemblement, autant cela peut devenir un acte qui oppose les gens. Nous avons entendu parler dernièrement que certaines personnes

véganes extrémistes sont allées jusqu'à vandaliser des fermes d'élevage d'animaux. Ça nous démontre à quel point ces personnes s'identifient fortement à leur type d'alimentation. Leur alimentation fait de plus en plus partie de leur identité. Ils veulent convaincre tout le monde que c'est leur vision qui est la meilleure. Notez que ce ne sont pas toutes les personnes véganes qui vont poser des gestes comme ceux-là. Il y a des extrémistes dans tout.

Demain

Que nous réserve l'avenir ? Saurons-nous être inclusifs ? C'est-à-dire respecter le choix de chacun ? Serons-nous capables de préserver nos ressources en évitant le gaspillage alimentaire et la destruction de notre environnement, de nos richesses ?

Nous devons prendre conscience de notre mode d'alimentation, de nos méthodes de production, pour favoriser un meilleur équilibre.

Oui, la science de la nutrition a évolué et nous devons nous tenir au courant. Par contre, l'important à retenir est que peu importe le type d'alimentation que nous choisissons, ce doit être celui qui nous convient le mieux et dans lequel nous avons du plaisir à manger et à partager avec ceux qui nous entourent. R

Inspiré de:

La Presse+, 8 décembre 2019

Marie Allard,

Alimentation, nouvelle religion.

La Presse+, 3 novembre 2019

Sylvain Charlebois,

Remerciez les véganes.

Documentaires Our Planet.



Liste des contrats



Josée Bolduc, directrice générale et secrétaire-trésorière

Année financière 2019

Vous retrouverez ci-dessous la liste de tous les contrats du canton de Lingwick, passés au cours du dernier exercice financier complet, soit 2019, avec un même fournisseur, lorsque l'ensemble de ces contrats comporte une dépense qui dépasse 25 000 \$.

Fournisseur	Objet du contrat	Montant
9105-4866 Québec inc.	Niveleuse	39 091,50 \$
Les Bétons L. Barolet inc.	Rehaussement chemins	17 522,19 \$
	Gravier- rechargement	11 209,98 \$
	Transport niveleuses	1 021,85 \$
	Base ciment	201,21 \$
	Sable pour réserve	<u>14 743,51 \$</u>
	Total :	44 698,74 \$
Longus Estrie	Rétrocaveuse 2019	140 742,57 \$
MRC du Haut-Saint-François	Quotes-parts, téléphonie, technicien, fosses septiques, contribution route 257	87 582,16 \$
Ministre des Finances du Québec	Cotisation à la Sûreté du Québec	69 992,00 \$
Pierre Chouinard & Fils	Diésel	33 868,60 \$
Régie intermunicipale incendie des Rivières	Quotes-parts Temps peinture, piles, électrodes	49 872,00 \$ <u>1016,21 \$</u>
	Total :	50 888,21 \$
Revenu Québec	Remises de l'employeur, TPS & TVQ	55 629,94 \$
Sel Warwick inc.	Sel à déglçage	8 689,11 \$
	Abat-poussière	<u>19 058,26 \$</u>
	Total :	27 747,37 \$
Service sanitaire Denis Fortier	Cueillette matières résiduelles	52 652,23 \$
Transport Guillette inc.	Gravier - rechargement	13 737,95 \$
	Travaux promontoire parc belvédère	6 081,29 \$
	Retrait vieux fer parc belvédère	3 093,11 \$
	Creusage de fossés	<u>10 622,26 \$</u>
	Total :	33 534,61 \$
Valoris	Enfouissement des déchets	41 466,95 \$

Conformément à l'article 961.4(2) du Code municipal, cette liste est publiée sur le site Internet de la municipalité.



Un camion, deux camions...

Catherine Bouffard

Les yeux tristes de mon camion, un essai de 28 histoires, aux éditions Boréal compact (2017), 214 pages. Serge Bouchard, anthropologue de formation, est un auteur ayant beaucoup écrit sur les Innus de la Côte-Nord. Il s'intéresse également aux camionneurs dont le travail les amène à parcourir de très longues distances. Il a publié une vingtaine d'ouvrages depuis 1991.

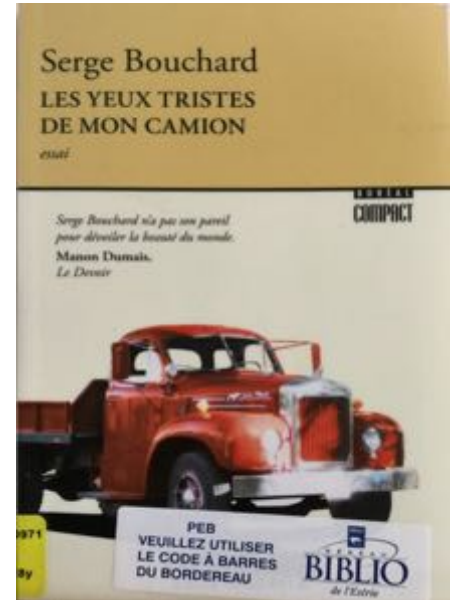
Passionné de camions, des Mack en particulier, Serge Bouchard sait nous faire voyager, nous faire imaginer ses histoires à travers son livre. Il nous partage sa vision du monde. Par ses souvenirs, ses découvertes, ses connaissances et sa sagesse, il nous porte à notre tour à se questionner sur notre quête de la vie, sur nos valeurs.

Quand il regarde un camion, il y voit toujours des yeux, parfois rieurs, parfois tristes. Il reconnaît aussi un

nez, une bouche. Quand il regarde un camion, il imagine sa vie selon la plaque d'immatriculation, les routes qu'il a probablement parcourues, les tempêtes qu'il a rencontrées.

Il ne raconte pas que des histoires de camions. Ayant habité longtemps près du fleuve Saint-Laurent, dans l'est de Montréal, un de ses récits nous permet d'apprécier sa vision du fleuve. Quels souvenirs le fleuve collectionne-t-il dans ses eaux depuis que les êtres humains le côtoient ? Et nous, quelles empreintes laissons-nous par le transport maritime, par nos loisirs nautiques ?

Tout plein de sujets font partie de ses récits. Un fait anodin peut déclencher son imagination et en faire une histoire. Je l'imagine en train de compter des camions au lieu des moutons pour s'endormir. Petit livre qu'il est bon de découvrir, histoire par histoire. R



Couverture du livre

Nous vous invitons à nous faire part de vos lectures en précisant le nom de l'auteur et le titre du livre. Le tout accompagné d'un bref résumé et de ce que vous avez aimé de ce livre.

Photo : Catherine Bouffard

À l'ordinateur : travail de mise en pages rémunéré à domicile

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.



Journal communautaire dynamique
9 parutions / an

Aide 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). Aide possible avec Publisher.
Travail d'équipe avec les autres collaborateurs.
Mise en pages avant et après le montage papier.
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.

La chiropratique, c'est quoi?

Roxanne Morin

Bonjour à tous!

Voilà ma première rubrique Conseils chiropratiques! D'abord, vous vous demandez peut-être ce qu'est la chiropratique? Ou avez-vous déjà une petite idée de ce qu'est un chiropraticien?

Voici ce que l'Ordre des Chiropraticiens du Québec donne comme définition : La chiropratique est une profession de la santé qui s'intéresse au diagnostic, au traitement et à la prévention des troubles neuromusculosquelettiques (NMS), ainsi que dans les effets de ces troubles sur l'état de santé général de la personne.

L'accent est mis sur les traitements manuels, dont les manipulations vertébrales et articulaires, et les techniques de travail musculaire.

L'approche des soins chiropratiques est à la fois préventive et curative. Elle a pour objectif non seulement de soulager, mais aussi d'éviter que ne surgissent des symptômes ou de la douleur liés à un mauvais mouvement de la colonne vertébrale ou d'autres articulations, des muscles et des nerfs.

Les soins chiropratiques peuvent être adaptés à tous les types de clientèle, dès la naissance et à tout âge. Le chiropraticien permet aux gens de profiter pleinement de la vie en traitant les affections et en optimisant le fonctionnement du système neuromusculosquelettique. (Ordre des Chiropraticiens du Québec).

Comment éviter de se blesser en pelletant de la neige?

Alors donc, avec cette belle neige qui fait partie de notre décor québécois, vous avez probablement entendu toutes sortes de conseils pour éviter de vous blesser en pelletant de la neige, tels que « plie les genoux », « force pas avec le dos », etc. Bien que ceux-ci ne soient pas faux, il y a plusieurs autres trucs à savoir :

- Faites quelques exercices d'échauffement avant de débiter.
- Poussez la neige au lieu de la soulever lorsque c'est possible.
- Gardez votre dos droit et forcez en pliant les genoux pour soulever une pelletée de neige.
- Gardez la charge de la pelle près de vous afin d'éviter un étirement musculaire.
- Pivotez votre corps en entier pour éviter la torsion du tronc en déposant la pelletée.
- Prenez plusieurs pelletées légères plutôt qu'une seule très lourde.
- Utilisez une pelle légère, ergonomique et adaptée à votre taille.
- Prenez le temps de bouger de la bonne façon plutôt que d'aller vite pour finir plus rapidement.
- Sortez plusieurs fois pelleter lors d'une tempête plutôt que d'attendre d'avoir un gros amoncellement.

Bon mois de février et n'hésitez pas à m'écrire si vous avez des questions ! R



Marché de la petite école et son P'tit pub

Avis de convocation

Le mardi 25 février 2020, à 19 h,
assemblée générale annuelle (AGA) du
Marché de la petite école et de son P'tit pub
au centre municipal de Lingwick, 72, route 108.

Veillez noter que seuls les membres en règle du Marché de la petite école seront autorisés à voter à l'AGA.
Il est possible de devenir membre sur place.

Merci à l'avance pour votre participation.





Violence conjugale



Céline Gagné, mairesse

Lancée en 2016 par le Regroupement des maisons pour femmes victimes de violence conjugale et ses 43 maisons membres, cette campagne est une invitation aux municipalités du Québec à s'engager dans la lutte contre la violence conjugale.

Les maisons d'hébergement vont à la rencontre des élus municipaux des villes et villages qu'elles desservent pour leur demander de devenir municipalité alliée contre la violence

conjugale. Elles proposent d'adopter une résolution en ce sens en conseil municipal et d'afficher ensuite publiquement leur prise de position.

La municipalité de Lingwick appuie donc leurs efforts pour sensibiliser les citoyennes et les citoyens contre la violence conjugale. Le conseil municipal a adopté une résolution à l'effet de proclamer le Canton de Lingwick : Municipalité alliée contre la violence conjugale.

La Méridienne, maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale, ainsi que le regroupement des maisons pour femmes victimes de violence conjugale nous ont remis un certificat d'attestation « Municipalité alliée contre la violence conjugale ». Nous avons affiché ce certificat dans le bureau municipal. R

Nouvelles du Reflet



Retour sur notre politique d'utilisation des photographies

L'utilisation des photographies dans les médias, qu'ils soient télévisuels ou écrits, est soumise depuis quelques années à une réglementation. Les droits d'auteurs et de propriétés ont plusieurs fois conduit à des poursuites. Les journaux communautaires n'échappent pas à cette situation. Aussi, Le Reflet, votre journal communautaire, à l'instar d'autres médias communautaires, s'est doté d'une politique d'utilisation des photos. Elle protège l'auteur des photos tout comme l'utilisateur.

1- Le journal Le Reflet, en publiant une photo, s'engage à respecter les droits d'auteur en indiquant clairement le crédit photo.

2- Le journal Le Reflet, s'engage à ne pas utiliser les photographies à d'autres fins que de les publier dans le journal papier et/ou sur le site Web du journal.

3- Le Reflet se réserve le droit de refuser les photographies qui font la promotion du sexiste, du raciste, de la violence ou tendant à manquer de respect envers les lecteurs du journal.

4- Le photographe ou le collaborateur qui envoie des photographies au journal garantit qu'il est l'auteur exclusif de la photo et qu'il détient l'ensemble des droits et autorisations nécessaires à son utilisation et à sa publication.

5- Par l'envoi d'une photographie dont il est l'auteur, ce dernier donne au journal l'autorisation d'utiliser celle-ci et cela sans limites de temps sur tout support papier ou internet.

6- Cette autorisation d'utilisation comprend le droit de diffuser et de conserver sans limitation de temps la photo, que ce soit sur support papier ou électronique.

7- L'auteur de la photo garantit au journal la jouissance paisible des droits d'utiliser et/ou de publier.

8- L'auteur de la photo garantit qu'en participant, il ne se livre à aucune activité illégale.

9- L'auteur de la photographie renonce à réclamer une quelconque rémunération ou avantage financier pour l'utilisation et la publication de ses images dans le journal ou sur le site Web du journal.

Adopté par le conseil d'administration, le 18 mars 2015. R

Note : souvent le masculin est uniquement utilisé afin de faciliter la lecture.



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 sa politique d'information, remise 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

Calendrier des activités

FÉVRIER 2020

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
16 Messe 10:45	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 Scotstown 14:00	19 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Moiss. HSF Dudswell 10:00 Fadoq 13:30 Cardio Fit. 19:00	20 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Bibliothèque 18:30 à 20:00	21 Café Bla Bla 8:30 à 11:30	22
23 Messe 10:45	24 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 ViActive 10:00	25 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Moiss. HSF Cookshire 11:00 AGA marché de la petite école 19:00	26 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Cardio Fit. 19:00	27 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Bibliothèque 18:30 à 20:00	28 Café Bla Bla 8:30 à 11:30	29 P'tit pub d'hiver de 17:00 à 20:00

MARS 2020

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1 ^{er} Messe 10:45	2 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 ViActive 10:00 Conseil municipal 19:00 Tombée des articles du Reflet	3 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Moiss. HSF East Angus 11:00	4 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Afeas 13:00 Cardio Fit. 19:00	5 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Bibliothèque 18:30 à 20:00	6 Café Bla Bla 8:30 à 11:30	7  On avance l'heure cette nuit
8 Messe 10:45	9 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 ViActive 10:00	10 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Moiss. HSF Weedon 13:30	11 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Cardio Fit. 19:00	12 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Bibliothèque 18:30 à 20:00	13 Café Bla Bla 8:30 à 11:30	14
15 Messe 10:45	16 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 ViActive 10:00 Parution du Reflet	17 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Moiss. HSF Scotstown 14:00 Bureau municipal fermé	18 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Inspect. municipal de 8:30 à 16:30 Moiss. HSF Dudswell 10:00 Fadoq 13:30 Cardio Fit. 19:00	19 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Bibliothèque 18:30 à 20:00	20 Tournoi Base-ball poches 8:00	21
22 Messe 10:45	23 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 ViActive 10:00	24 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Moiss. HSF Cookshire 11:00 Bureau municipal fermé	25 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 AGA du Reflet 19:00 Cardio Fit. 19:00	26 Café Bla Bla 8:30 à 11:30 Bibliothèque 18:30 à 20:00	27 Café Bla Bla 8:30 à 11:30	28
						Du 16 novembre 2019 au 31 mars 2020 : feu à ciel ouvert autorisé sans permis.



Le dindon de la farce

Monique Théoret

Le sujet de cette chronique nous a été inspiré par Ghislaine Pezat suite à des photos de dindons sauvages prises chez elle. Gageons que plusieurs d'entre nous ont aperçu plus de dindons dans la nature que sur leur table.

Pour ma part durant les fêtes, je me suis rendue à la ferme avec ma famille. En route, comme je disais que nous devions être attentifs aux dindons sauvages, l'un d'eux a fait un vol plané juste devant le pare-brise. Surprise ! Je me suis écriée : « Ho ! Un dondon ! ». Ce lapsus nous a bien fait rire. Je me rappelle un autre hiver où je me suis presque mise en retard au travail en regardant cinquante-neuf dindons sauvages traversant la route en marchant.



Photo cadrée par Daniel Pezat

Les troupes

Il est fréquent de les observer l'hiver parce qu'ils forment des troupes. Cela augmente leur chance de survie. Ils trouvent aisément un abri et de la nourriture. La proximité facilite les rencontres pour l'accouplement. Au début du printemps, c'est la période où le mâle fait la cour en glougloutant et en paradant la queue placée en éventail. Après la reproduction, c'est la dispersion printanière. C'est en cherchant un lieu pour installer le nid que les femelles découvrent de nouveaux habitats.

L'empreinte

Le nid est une simple dépression grattée dans le sol. Il est camouflé et recouvert de feuilles tant que la ponte de dix à douze œufs n'est pas complétée. L'incubation de la couvée dure de vingt-six à vingt-huit jours. Déjà des échanges vocaux ont lieu avec les poussins dans l'œuf. Cette communication leur apprend à répondre aux appels et elle synchronise l'éclosion. En moins de vingt-quatre heures les poussins sont prêts à suivre la femelle en picorant. L'empreinte, cette forme spéciale d'apprentissage, permet de reconnaître leur propre espèce. Ce développement social rapide a lieu dans les vingt-quatre heures, il est irréversible.

Croissance rapide

Le développement des poussins est rapide. Tant qu'ils sont recouverts d'un duvet jaunâtre, ils se nourrissent d'insectes, ce régime riche en protéines favorise la croissance. À huit jours ils volent, comme les



Photo cadrée par Daniel Pezat

adultes ils passent la nuit à l'abri perchés dans les arbres. Ils commencent à manger plus de végétaux et dès la huitième semaine s'installe la hiérarchie par le becquetage et les combats. La femelle garde un lien avec ses poussins jusqu'à cinq mois. Les juvéniles deviennent matures l'automne suivant leur naissance, leur espérance de vie n'est que de cinq ans.

Famille nombreuse

Le dindon sauvage de l'Est (*Meleagris gallopavo silvestris*) est abondant dans son aire de distribution couvrant la partie Est de l'Amérique du Nord. Des cinq sous-espèces, c'est la plus nombreuse avec 4,2 millions d'individus. Fait amusant, l'une d'entre elles se nomme le dindon sauvage de Gould. Vous ne l'apercevrez pas ici, car il vit au Nord du Mexique et au Sud de l'Arizona et du Nouveau-Mexique. Une sixième sous-espèce est disparue du Sud du Mexique, elle a été transportée en Europe par les conquérants et serait à l'origine de la dinde domestique. Lorsque les explorateurs l'ont vue, ils l'ont baptisée poule d'Inde.

La Passerelle

Concert et exposition à Cookshire-Eaton **dimanche 8 mars 2020.**

Information : La Passerelle, centre des femmes du Haut-Saint-François,
873 825-7060 ou 1 877 447-3423

13 h à 15 h, concert classique au 190, rue Principale Ouest
avec Myram Leblanc, soprano; Myriam Genest-Denis, flûte traversière; Mariane Patenaude, piano.

14 h à 16 h 30, exposition au 125, rue Principale Ouest
à partir de nos vécus et des luttes féministes actuelles; présentation d'oeuvres artistiques.

Gratuit (contributions volontaires bienvenues)

Les fonds serviront à financer le comité local de la Marche Mondiale des Femmes 2020.



Le dindon de la farce

Nouveaux territoires

Lors de la colonisation, les coupes forestières et la chasse intensive ont causé le déclin du dindon sauvage. Historiquement, il n'y en avait pas au Québec. Au début du vingtième siècle, il avait disparu de l'Ontario et de plusieurs états américains. Dès les années 1930, la régénération du couvert forestier a favorisé son habitat. La réintroduction de spécimens a eu lieu en Ontario dans les années 1980. Les premières observations au Québec datent de 1976 et en 1984 la nidification a été confirmée. Les dindons sauvages d'ici proviennent de l'expansion des populations limitrophes.

Cohabitation

L'habitat du dindon sauvage est similaire à celui du cerf de Virginie. Ils partagent les aires d'hivernage et ils sont parfois perchés juste au-dessus de l'endroit où dorment les cerfs. Lorsque la neige est profonde, ils suivent les sentiers formés par le passage des cervidés. Durant la saison froide, leurs déplacements se font entre les milieux forestiers et agricoles. Les milieux ouverts comme les clairières sont fréquentés en d'autres saisons. Le point commun entre ces différents lieux est qu'ils sont toujours à proximité de la forêt et d'un point d'eau à jamais plus de deux cents mètres de

distance.

Manger et être mangé

Les sources de nourriture varient selon la disponibilité : noix, baies, bourgeons, ramilles, fougères, trèfle, luzerne, insectes, grains résiduels, etc. Comme ils sont très visibles dans les champs, ils sont réputés saccager les cultures et contaminer la nourriture du bétail. Les ravages peuvent aussi avoir été causés par des nocturnes discrets, tels que les cerfs, les rats laveurs, les rongeurs.

Adultes, ils sont la proie des lynx,

coyotes, renards, pékans, oiseaux de proie. Les œufs sont mangés par les rats laveurs, mouffettes, corneilles, corbeaux. Malgré tout, les populations ne cessent d'augmenter. Depuis le début de la chasse printanière en 2008, le taux de réussite des chasseurs est de un tiers. Ses sens sont aiguisés, il réagit vivement. En 2019, 17 981 permis de chasse ont été vendus au Québec et 8 024 dindons ont été récoltés. Cette année devrait débiter une nouvelle période de chasse automnale. R



Photo : Jacqueline P.-Bouffard



Bac à compost de comptoir

Louise Pigeon



Même si ces temps-ci, on a de la difficulté à le croire, le printemps arrivera bientôt !

Et cette année, à Lingwick, ce n'est pas un printemps ordinaire. C'est le premier printemps de notre virage collectif vers le compostage domestique ! Bravo aux nombreux citoyens qui compostent déjà ! Pour tous les autres résidents qui devront se joindre au mouvement, cet article est pour vous.



Pour vous accompagner dans votre préparation, voici un petit guide afin de vous aider à choisir votre bac à compost de comptoir.

Premièrement, pas de panique! Malgré la multitude d'offres sur le marché qui peut finir par nous rendre confus, le choix de notre bac à compost n'aura que très peu de répercussions dans le bilan final de nos vies, alors, on relaxe !!!

L'objectif no 1 est de trouver l'objet qui correspondra le mieux à nos besoins tout en étant le choix le plus vert possible.

La grosseur

Sachez que votre bac de comptoir devrait pouvoir contenir vos résidus de cuisine de deux jours environ. En allant le vider dans votre composteur à cette fréquence, vous éviterez les odeurs, votre bac d'intérieur sera plus facile à laver et il pourra être d'un volume moins important. Pour notre famille (cinq personnes) qui cuisine beaucoup, une chaudière de six litres fait parfaitement l'affaire.

La matière

Il existe des modèles de bacs de comptoir en plastique, en différents métaux, en céramique, en silicone, en carton recyclé, en bambou, etc. Dans votre choix, considérez le poids, le prix, la durabilité, si le matériel absorbe les odeurs, la facilité d'entretien, s'il peut être recyclé en fin de vie, l'esthétisme si c'est important pour vous, s'il est fabriqué dans un matériel plus écologique qu'un autre, etc.

Autres détails

Pensez à un bac avec anse ou poignées pour faciliter la manipulation. Un bac avec couvercle évite les petites mouches et contrôle les odeurs. Si vous choisissez d'acheter un bac avec filtre à odeur, pensez que vous devrez acheter des filtres de remplacement (vérifiez la disponibilité et le coût) et ceux-ci finissent aux poubelles. Si vous sortez votre compost régulièrement, ces filtres sont inutiles.

Certains bacs ont une doublure intérieure, souvent en plastique rigide, qui est sensée faciliter le nettoyage. D'autres peuvent être installés à l'intérieur d'une porte d'armoire pour le cacher.

Les doublures de papier

Pour faciliter le nettoyage de votre bac, vous serez peut-être tenté d'y insérer une doublure de papier qui pourra être déposée dans le composteur extérieur directement. L'avantage est d'éviter que vos résidus de cuisine ne collent au bac. Il existe,



Bac à compost de comptoir

sur le marché, des sacs pour cet emploi. Par contre, il nous semble que composter ne devrait pas générer des dépenses récurrentes ni encourager la consommation. Si vous choisissez tout de même d'acheter des sacs, assurez-vous qu'ils sont compostables. Les mentions « naturel », « biodégradable », « dégradable » ou « bon pour l'environnement » ne sont pas compatibles avec le compostage. Nous vous proposons plutôt d'opter pour la récupération de sacs de papier comme les petits sacs de farine, de sucre, de commande de restaurant ou de pharmacie. Il est aussi possible de se fabriquer des pochettes de papier journal plié. Vous trouverez sur internet des tutoriels très clairs. Personnellement, je n'utilise pas de doublure en papier, je lave ma petite chaudière d'acier inoxydable chaque fois que je la vide.

Le prix

Il est possible de trouver des bacs de comptoir gratuitement ou jusqu'à plus de 100\$. En effet, certains ont flairé l'occasion d'affaire et offrent des produits « haut de gamme » qui ne sont pas plus efficaces, soyez vigilants. Réalistement, il est facile de trouver de très bons bacs entre 10 \$ et 40 \$ selon le matériel de fabrication et la longévité du produit. R

Pour l'opportunité **gratuite**, un pot de crème glacée fera très bien l'affaire et il pourra être recyclé lorsqu'il commencera à être défraîchi.

Autre suggestion : un bon vieux chaudron en acier inoxydable avec son couvercle vous sera le plus durable, facile d'entretien et le moins cher des bacs à compost de comptoir !





Organisation de la fête

Céline Gagné, organisatrice bénévole



Le 24 juin est officiellement devenu la Fête nationale du Québec en 1977. Spectacles et feux de joie ont lieu dans plusieurs municipalités. Le Mouvement national des Québécoises et Québécois (MNQ) en est le coordonnateur national depuis 1984.

Pour obtenir une aide financière, il faut faire une demande au MNQ *Programme d'assistance financière*

manifestations locales et obtenir toutes les autorisations de la municipalité, d'ici la fin du mois de mars.

Depuis plusieurs années, un groupe de généreux bénévoles travaillent très fort pour vous offrir une belle et grande fête. Certains bénévoles sont présents depuis presque les tout débuts. On doit faire en sorte qu'ils ne s'essouffent pas.

L'apport de nos généreux commanditaires nous ont aussi grandement aidés au fil des ans.

Venez nous donner votre avis sur les activités et l'horaire des célébrations

de la *Fête nationale du Québec* à Lingwick. Auriez-vous le goût de donner un peu de votre temps pour l'organisation de ces célébrations?

Nous souhaitons susciter la plus grande participation possible aux célébrations de la Fête nationale à Lingwick.

La rencontre aura lieu le lundi 9 mars, à 19 h à la salle communautaire du centre municipal de Lingwick.

Bienvenue à tous. R

Moisson Haut-Saint-François

Campagne de financement



La banque alimentaire Moisson Haut-Saint-François (MHSF) distribue des denrées alimentaires. L'organisme, malheureusement, reçoit de plus en plus de demandes.

Les bonbonnières de la Saint-Valentin sont de retour !

5 \$ pour 200g de bonbons multicolores ou rouges seulement.

Plusieurs points de vente : 53, rue Angus Sud (de jour en semaine); CLSC, 149, Kennedy (CIUSSS de l'Estrie CHUS à East Angus); succursales Desjardins : Cookshire-Eaton, East Angus et Weedon. Encore mille mercis.

Frigo collectif à East Angus

Un lieu ouvert à toute la population afin d'y déposer des denrées, en prendre ou en échanger. Contenants disponibles si vous avez des surplus de buffets ou autres. sur facebook : Frigo-Collectif du HSF

Katia Palardy, directrice de Moisson HSF, 53, rue Angus Sud, East Angus, 819 943-2781, Moissonhsf@gmail.com
suivez-nous sur :
<https://www.facebook.com/moissonhsf> ou sur : <http://www.moissonhsf.org/>



Le P'tit Pub d'hiver

Samedi 29 février 2020

*Une journée de plus cette année; on la prend pour festoyer
à compter de 15 h*

au marché du centre-village de Lingwick

- *Super ambiance* • *Plein de gens souriants* • *Belles rencontres*
 - *Musique agréable*
 - *Mini pains aux épinards*
 - *Ailes de poulets* • *Mini pogos*
- *Chocolat chaud* • *Petits feux réchauffants*

• Bar sur place

La cantine ferme à 20 h

Bienvenue aux motoneigistes et aux quadistes



Les profits de cette activité seront remis à un enfant malade et sa famille

Habillez-vous chaudement.

L'équipe du Village de Noël vous attend !

Visite au conseil des maires

Renée-Claude Leroux, organisatrice communautaire

Le Parlement étudiant

Le mercredi 27 novembre 2019, lors d'une rencontre régulière du Conseil des maires du Haut-Saint-François, des membres du Parlement au secondaire de la Cité-école se sont déplacés à Cookshire-Eaton afin de déposer une résolution d'appui au projet de complexe sportif. Maëly Phaneuf, ministre des Communications, Kasandra Boucher, secrétaire générale, Anabelle Jodoin, ministre des Activités culturelles, Julianne Proulx, ministre de la Santé et du Bien-être, Victoria Lamontagne, ministre de 2^e secondaire, Maïka Dubois, ministre de 3^e secondaire, Alexis Fontaine, ministre de 1^{re} secondaire, accompagnés de Vincent Héraud, Sophie Laroche et Renée-Claude Leroux, ont présenté des arguments intéressants en faveur du projet de complexe sportif.

Voici la résolution d'appui qu'ils ont votée lors d'une rencontre du Parlement au secondaire et qu'ils ont remise à M. Robert Roy, préfet de la MRC du Haut-Saint-François.

Séance ordinaire du Parlement au secondaire tenue au 188, rue Kennedy, local 2063, East Angus (Québec) le 9 octobre 2019 à 12 h, présidée par Louka Labrecque,

premier ministre au Parlement au secondaire et à laquelle les membres suivants étaient présents : Kasandra Boucher, Félix Cloutier, Alexis Fontaine, Anabelle Jodoin, Meave Lapointe, Victoria Lamontagne, Jessica Nadeau, Ariane Nicole, Maëly Phaneuf, Julianne Proulx, Maïka Dubois, Sophie Laroche, Vincent Héraud et Renée-Claude Leroux. Absent : Samuel Jean.

Les membres présents formant quorum,

après avoir reçu la présentation du projet de piscine et du complexe sportif par Mme Annie-Claude Turgeon, gestionnaire administrative à la polyvalente Louis-Saint-Laurent,

considérant que le projet pourrait augmenter l'offre d'activités physiques à l'école dans le cadre des cours d'éducation physique, en parascolaire et dans le cadre du programme Santé globale,

considérant que les membres de la population pourront profiter des nouvelles infrastructures,

considérant que l'offre de services bonifiée permettrait d'être attractive pour les jeunes du

Haut-Saint-François et diminuerait le départ des jeunes vers les écoles de Sherbrooke,

considérant que le projet contribue à améliorer les saines habitudes de vie,

considérant que le projet permettrait la formation de sauveteurs qui pourraient desservir les piscines et plages du Haut-Saint-François,

considérant que le projet favorise la création d'emplois,

considérant que le projet est attractif et novateur pour les jeunes familles et favorise l'arrivée de nouvelles familles dans le milieu,

considérant que le projet pourrait permettre une concentration sports-études en natation,

les membres du Parlement au secondaire considèrent que le projet a de multiples retombées positives pour la polyvalente Louis-Saint-Laurent et les municipalités du Haut-Saint-François. Ils souhaitent donc que les élus considèrent avec importance et intérêt la réalisation de ce projet mobilisant pour le milieu.

ADOPTÉ À L'UNANIMITÉ. R



27-11-2019. Des membres du Parlement du secondaire de la polyvalente Louis-Saint-Laurent sont à Cookshire-Eaton lors d'un conseil des maires.



Tetou

Michel Vézina (2000-12)

La Semaine nationale de prévention du suicide s'est tenue du 2 au 8 février 2020.

C'est l'histoire d'un petit gars. Sa famille et ses amis l'appelaient Tetou. C'était écrit avec des languettes de *tape* noir sur son casque de hockey. Un jour, un de ses *chums* lui a viré le « u » à l'envers. Ça faisait Teton. Les joueurs de l'autre équipe ont bien ri, Tetou aussi l'a trouvé drôle. La tête bien droite, il a marqué trois buts avec écrit «Teton »sur son casque de pee-wee.

Tout le monde aimait Tetou. Il était drôle, plein d'esprit, il avait tous les talents. Tetou aimait tout le monde à la fois, tous ensemble, dans l'absolu. C'est un par un qu'il avait plus de misère. Difficile pour un ti-gars qui aime aimer fort en grosse gang, de sentir que c'est peut-être pas aussi évident, un à un. Les moments de pure passion, d'élan puissants que procure l'impression qu'une foule immense écoute et se laisse toucher par nos cris du cœur sont difficilement envisageables au quotidien. La recherche de la perfection nourrit l'artiste et son œuvre, mais tue la vie et son ti-cul.

Tetou a fait des arts plastiques, des lettres, du cinéma, de la télévision, de la musique, des clips, des chansons, des poèmes, tout, avec une générosité rare. Toujours à la recherche de la perfection, du beau.

Il voyait le monde comme il est et il le décrivait dans ses chansons en passant par le merveilleux catalyseur de sa sensibilité. Certaines personnes voient dans la noirceur de ses propos des annonces de sa fin tragique, mais

ses cris, avant qu'il ne s'enlève la vie, annonçaient plutôt sa peur de notre fin en tant que tribu, en tant qu'espèce.

Tetou fait aujourd'hui partie des statistiques. Il fait partie du groupe trop grand de Québécois qui se suicident. En plus de ne pas faire d'enfants, nous nous démerdons pour que ceux qui sont là n'aient pas le temps de devenir majeurs, de devenir citoyens de leur pays frileux.

Le malaise est profond.

Ces gestes ultra-violents sont les horreurs d'une guerre insidieuse, impalpable, d'une guerre que nous ne voyons pas. Une guerre de tous les jours où il n'y a pas de place pour les gentils, pour les généreux, pour les humains.

L'histoire et les nouvelles nous racontent les guerres. Les grandes guerres avec des millions de victimes. Des jeunes, des pauvres que nous envoyons se faire tuer sur les premières lignes. Ici, la vie est organisée de telle façon que nos jeunes ne voient plus rien devant eux. Ni joie, ni peine, ni plaisir ni malheur. Rien. Le mur. Et ils se tuent.

Le geste est personnel, mais la raison est sociale. On se retrouve face à face avec soi-même. Plus personne ne compte, plus personne n'existe. C'est l'expression de la solitude la plus cruelle. La dérive qui mène là nous appartient à tous. Personne n'est responsable, nous le sommes tous si nous continuons de passer l'éponge.

En visitant des pays en voie de développement, on est frappé de voir ces

gens, ces jeunes, qui n'ont pas de table à se mettre sous la dent, qui n'ont pas de toit à se mettre sous la pluie, danser, chanter, rire et sourire. La définition du mot suicide leur est vague... Ils dansent et chantent ensemble, le plus souvent possible.

Il y a un malaise et il est profond. Nos forces vives nous quittent; ne nous restent que quelques crétiens à la vue courte et bouchée pour prétendument nous donner confiance et nous faire nous épanouir. Nous vivons apparemment dans le pays où il fait le mieux vivre, pourquoi s'y enlève-t-on la vie plus qu'ailleurs? Les quelques têtes dirigeantes, politiques et économiques, crétiens et bouchés, nous font la guerre sans avoir l'honnêteté de la déclarer.

À force de fermer les fenêtres, y fait chaud pis ça pue, à force de fermer les portes, on finit par se taper la tête contre les murs.

On nous enferme dans nos vies, on nous centre sur nous-mêmes, on alimente nos peurs des autres, de l'autre, de la différence. On désagrège notre culture petit à petit ; on a su écrire, peu s'en souviennent. On a su chanter, entendez-vous encore les échos de ces cris ? On nous demande d'arrêter la musique, le bruit, il y en a qui veulent dormir. Je propose d'éteindre la télé, d'abattre des murs, de sortir et de chanter, de prendre la rue et de crier, de danser ensemble autour d'un feu. On aura l'éternité pour dormir !

Suite page 24



Maltraitance

La maltraitance envers les aînés, parlons-en !

Les facteurs de risques de maltraitance sont davantage liés à l'environnement social et humain.

Les plus fréquents sont :
- conflits familiaux;
- cohabitation avec un ou des proches;
- tension entre l'aîné et l'aidant;
- isolement;
- réseau social faible.

Les facteurs de vulnérabilité à la maltraitance sont plutôt liés à des caractéristiques personnelles.

Les plus fréquents sont :
- problèmes de santé physique, mentale, perte cognitive;
- consommation de psychotropes;
- peu de contacts sociaux, difficulté d'affirmation;
- difficultés comportementales ou émotives;
- réticence ou résistance aux soins;
- méconnaissance des droits;
- méconnaissance des ressources.

Vous vivez une situation de maltraitance ou vous en êtes témoin?

Renseignez-vous à DIRA-Estrie. Service gratuit et confidentiel.

La personne maltraitante

Facteurs de risque et de vulnérabilité. L'auteur des mauvais traitements peut être un membre de la famille, un conjoint, un ami, un voisin, mais également une personne payée pour s'occuper de l'aîné. Il est aussi possible que ce soit l'auteur des mauvais traitements qui soit en situation de dépendance ou de perte d'autonomie.

Les facteurs de risque et de vulnérabilité les plus fréquents sont :

- violence familiale antécédente;
- être dans une relation d'aide imposée;
- problème de dépendance et consommation;
- problème de santé mentale, physique, professionnelle;
- problèmes financiers, familiaux, stress;
- peu de connaissance sur les soins à apporter;
- manque de soutien, isolement.

Il existe des ressources pour ces personnes. En tout temps, il est

possible de parler à un intervenant du CIUSSS au 811 (Info social) et, si vous êtes un proche-aidant, vous pouvez contacter la ligne Info-Aidant au 1-855-852-7784.



Ces informations

Sandwich. Panini.
Pizza fine. Salades.
Desserts.
Pâtisseries.

Mets pour emporter.
Boîtes à lunch.
Cafés gourmets.

873 825-7110

97 rue Bibeau, Cookshire-Eaton,
QC J0B 1M0

Pour informations

Isabelle ou Mario

proviennent du protocole de prévention et d'intervention contre les mauvais traitements faits aux personnes aînées, Table de concertation des aînés de la MRC Memphrémagog, novembre 2003.

Vous vivez une situation de maltraitance ou vous en êtes témoin ? Renseignez-vous à DIRA-Estrie. Service gratuit et confidentiel. R

Tetou, suite de la page 23

Le malaise est profond. J'ai honte et j'ai peur. Nos jeunes partent avant d'être grands.

Nos enfants nous quittent, ils en viennent à tellement se détester qu'ils s'arrachent la vie. Si une société arrive à vivre avec cette idée, si elle accepte ce triste record et si elle n'agit pas concrètement dans l'urgence la plus totale, il ne reste plus à cette société qu'à poser, socialement, le même geste.

Tetou s'est enlevé la vie. C'est triste et consternant. Mais au-delà de la tristesse que j'éprouve à la perte d'un chum, c'est la rage de notre indifférence et de notre mollesse qui m'habite. On n'a plus le droit de laisser faire. On n'a plus le droit de penser qu'on n'a plus le droit de vivre. Si nos armes doivent être le chant, la parole et la danse, je hurlerai et je gigoterai.

Et qu'on ne vienne surtout plus me dire de me taire ! R

Tisane contre le rhume

1 c. thé de thym
1 c. thé d'orégan
1 c. thé de romarin
Ajouter de l'eau bouillante pour remplir une tasse.
Laisser infuser à votre goût.
Boire à volonté.
Ajouter de l'eau bouillante au besoin à ces mêmes fines herbes.

Soumis par
Jacqueline P.-Bouffard



Février 2000

Le Furet

Avec l'éditorial *Aide-toi, le ciel t'aidera*, Daniel Pezat propose une réflexion sur le peu de cas que font les gens de Lingwick face à la criminalité galopante qui sévit dans le canton. En 1999, 26 vols ont été signalés à la police. Il demande à la population de Lingwick de se prendre en mains et de faire obstacle aux malfaiteurs.

Yvon Gagné, sous le titre *La canaille persiste et signe*, s'interroge sur l'origine des voleurs : « Canaille locale ou canaille hybride, travaillant en réseau avec des informateurs locaux? » Il dit : « On doit surtout faire en sorte, collectivement, de rendre la vie difficile à ces truands »; il souligne : « un volet insoupçonné de cette stratégie de vigilance de bon voisinage consisterait à créer un comité de citoyens ... ».

Affaires municipales, prévisions budgétaires pour 2000. Revenus, 440 564 \$. Dépenses, 440 564 \$. Total du rôle d'évaluation : 31 876 360 \$, immeubles imposables 31 117 660 \$. Taux des taxes pour l'exercice 2000 : 0,80 \$ des 100 \$ d'évaluation. Le conseil municipal étudie un projet pour la création d'un comité consultatif en urbanisme (CCU).

Pour la maison des jeunes, Guillaume Gendron remercie chaleureusement toutes les personnes qui ont donné des canettes lors de la collecte; il remercie également *Le Reflet* pour l'accès à Internet.

Yvon Gagné signe un texte : *Programme d'intégration architec-*

urale. Il souligne que ce sont les citoyens venus de milieux urbains qui entretiennent et rénovent les vieilles maisons du canton. Par contre, les *natifs* auraient tendance à transformer en résidence moderne ces mêmes vieilles demeures. Quand ils bâtissent, c'est dans le style des maisons de banlieue. Il s'inquiète de la disparition de nos vieilles maisons.

Régine Ward, l'âme de notre caisse est une entrevue que signe Ghislaine Pezat. Régine est arrivée dans le canton en 1974 en compagnie de son mari, John. En amour avec une maison du North Hill, ils s'y installent. Elle trouve un emploi à temps partiel à la caisse populaire de Lingwick. Elle en deviendra la directrice.

Lison, de la famille Blais, trace un portrait de Lisette Dallaire. Lisette est originaire de Saint-Évariste, elle est la cadette de huit enfants. À l'âge de deux ans, sa famille s'installe à Lingwick sur le chemin McGill. Elle fréquentera l'école du village. Durant les vacances d'été, elle travaille chez Gilbert Wintle, sans savoir un mot d'anglais. Plus tard, rendue à Sherbrooke, elle travaille pour Lowney's jusqu'à la fermeture de la compagnie, puis, plus tard, comme préposée aux chambres pour un motel. Elle se marie avec Eugène Nadeau, en 1970 et demeure à Saint-Basile-le-Grand. Lisette est une personne joviale qui aime les gens; elle est une source constante de bonne humeur et de joie de vivre.

Georgette Blais nous partage ses souvenirs de *L'école de rang*

d'autrefois. À 19 ans, elle est institutrice à l'école de rang du chemin Sainte-Anne où elle remplace Jacqueline Pelchat (Bouffard). Elle a une trentaine d'élèves en sept divisions. Sa sœur Lise l'accompagne durant la semaine. Elle gagne 1 000 \$ par an, 100 \$ par mois et rien durant l'été. Georgette et sa sœur doivent chauffer l'école et le poêle de la cuisine, elles gardent leur nourriture dans une boîte de bois suspendue hors de portée des chats sauvages et des ours. Elles rentrent chez elles le vendredi soir, après avoir fait le ménage de l'école.

Sur la terre à Murray..., Gaétan Bégin raconte ses souvenirs d'enfance. Sa famille était voisine de M. McIver. Au bout de leur terre, coulait la rivière au Saumon, où ses frères et lui allaient souvent pêcher, à la ligne ou au verveux. Pour aller à l'école, il leur fallait marcher deux milles et demi; l'hiver, ils prenaient une *sleigh*.

Yvette Gagné et Georgette Blais, chacune dans ses mots, rendent un vibrant hommage à Mme Lucia Fillion. Lucia était avant tout une maman attentionnée et affectueuse. Sa joie de vivre était proverbiale. Elle a eu huit enfants et s'est mariée deux fois. Elle a eu une vie bien remplie par sa famille, le travail et son souci des autres.

André, Patrick, Catherine et Steven remercient toute la parenté, amis et connaissances pour le soutien qu'ils ont reçu lors du décès de Jacqueline Bureau-Gaulin.

Suite page 26

Le ministère de la Culture et Communications du Québec exige que les journaux communautaires tiennent une campagne de recrutement et qu'ils aient des membres individuels en règle.

Les cartes de membres sont en vente au coût de 1 \$, ce qui donne le droit de vote lors de l'assemblée générale.

Le Reflet du canton de Lingwick

Avis de convocation

Le mercredi 25 mars 2020, à 19 h,

assemblée générale annuelle (AGA) des membres du journal communautaire Le Reflet du Canton de Lingwick, à la salle communautaire du centre municipal, 72, route 108, Lingwick.

Ordre du jour :

- | | |
|---|---|
| 1- Ouverture de l'assemblée | 5- Présentation du rapport de la trésorerie 2019 |
| 2- Lecture et adoption de l'ordre du jour | 6- Période de questions |
| 3- Lecture et adoption du procès-verbal de l'assemblée générale du 27 mars 2019 | 7- Varia |
| 4- Présentation du rapport de la présidence | 8- Élection des membres du conseil d'administration |
| | 9- Levée de l'assemblée |

Tirage de prix de présence et collation.

Veuillez 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 de **1 \$** en vente à l'entrée.

Bienvenue à tous.

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

Février 2000, suite de la page 25

Yvette Gagné remercie, au nom de toute la famille, Mme Jeannine Gaudreau pour son dévouement lors de la présence de maman Lucia, résidente du Villageois.

Gaétan Bégin nous revient avec des souvenirs d'enfance, *Je me souviens*. Il se souvient des toilettes en arrière de l'école sacristine; l'hiver, personne ne s'y attardait. Rhéo Bureau et lui ont pris le fossé en revenant du magasin d'Ernest Racine. Son frère Germain lance la suce du petit Gilles Blais au coq qui s'empresse de la déchiqueter et d'attaquer Gilles, Germain attrape le coq et le tue... Son frère Germain, en sortant de l'école, décide d'aller sonner la cloche de l'église; le curé Boisvert accourt, tout comme Alcide

Lapointe, Faldora Roy : gros problème en perspective. Marie-Claire Blais et des garçons vont glisser dans la côte à Kenneth. Allant trop vite, ils ne peuvent prendre la courbe en bas de la côte; tout le monde tombe et Marie-Claire se blesse à la cuisse. Son oncle Henri-Louis faisait boucherie au mois de novembre; il tuait un bœuf et un cochon. Après avoir solidement attaché le bœuf, il l'assomme d'un coup de masse, puis il détache la bête pour la hisser à une poutre. Le bœuf se réveille et fonce vers la porcherie pour terminer sa course dans une clôture. Le soir de l'Halloween, toujours les mêmes cachent le cheval et la voiture "fine" de Cyrille Gaulin qui était au village. Cyrille ne trouve plus ni cheval ni voiture; il rentre au magasin de

M. Racine et déclare que son cheval et sa voiture lui ont été volés. Il ne les retrouvera que le lendemain.

Souvenons-nous.

Mme Lucia Fillion-Rancourt Rousseau, décédée le 20 janvier 2000, à l'âge de 96 ans.

Mme Jacqueline Bureau-Gaulin, décédée le 5 janvier 2000, à l'âge de 51 ans.

M. Rosaire Cloutier, décédé le 24 décembre 1999, à l'âge de 66 ans.

Mme Nicole Gagnon, décédée le 17 décembre 1999.

M. Yvon Martineau, décédé le 6 janvier 2000. R



Cinq priorités

soumis par Ghislaine Pezat

Le Conseil de gouvernance de l'eau des bassins versants de la rivière Saint-François (COGESAF) est heureux d'annoncer les résultats du processus de concertation des acteurs de l'eau du territoire, qui a mené à l'identification de cinq problématiques prioritaires.

La démarche de concertation

Au printemps 2019, le COGESAF a rencontré les comités locaux de bassin versant (CLBV) pour réaliser une première phase de collecte de données concernant cette priorisation de problématiques. Dix rencontres de CLBV ont eu lieu, permettant de rencontrer plus d'une centaine d'acteurs de l'eau et ainsi cibler les problématiques principales concernant la zone de gestion intégrée de l'eau Saint-François. Une deuxième phase a consisté à rendre disponible un sondage en ligne permettant de rejoindre le grand public et les acteurs n'ayant pas participé aux rencontres de CLBV.

Au total, ce sont plus de trois cents individus qui ont participé à la priorisation des problématiques par les rencontres de CLBV et le sondage en ligne. Les acteurs du milieu municipal, économique, gouvernemental et communautaire se sont exprimés principalement par les rencontres de CLBV, alors que les citoyens ont principalement priorisé les problématiques via le sondage en ligne.

Cinq problématiques prioritaires identifiées

Il est à noter que cet exercice de priorisation des problématiques

prioritaires est une exigence issue de la dernière convention financière unissant le ministère de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques (MELCC) et les organismes de bassin versant (OBV). Cette priorisation vise à orienter les futures actions de la mise à jour annuelle du plan directeur de l'eau.

Les cinq problématiques retenues par les acteurs du milieu sont les suivantes :

- présence d'une espèce exotique envahissante;
- érosion des berges/érosion côtière;
- destruction et/ou dégradation de la qualité des milieux humides;
- eutrophisation/présence de cyanobactéries;
- problème d'envasement, de sédimentation et/ou de comblement.

Tous les détails en lien avec les résultats globaux et les résultats par CLBV peuvent être consultés en ligne à l'adresse suivante : <http://cogesaf.qc.ca/priorisation-des-problematiques/>

« La grande participation des acteurs de l'eau du territoire à cette démarche de concertation démontre que les préoccupations en lien avec la ressource eau sont réelles. Toutefois, cela démontre également la volonté des gens issus de divers secteurs d'activités de travailler à l'amélioration et la préservation de la ressource eau en identifiant des pistes de solutions concrètes » affirme Jean-Paul Raïche, président du COGESAF.

À propos du COGESAF

Le Conseil de gouvernance de l'eau des bassins versants de la rivière Saint-François (COGESAF) est l'un des quarante organismes de bassins versants du Québec reconnus et soutenus par le MELCC. Il regroupe les organismes publics, privés et communautaires des bassins versants de la rivière Saint-François et du fleuve Connecticut, afin de développer une approche de gestion intégrée de l'eau par bassin versant, dans une perspective de protection de l'environnement, d'aménagement et de développement durable du territoire. Selon la Loi affirmant le caractère collectif des ressources en eau et visant à renforcer leur protection, il a pour « mission d'élaborer et de mettre à jour un plan directeur de l'eau et d'en promouvoir et suivre la mise en œuvre » (Article 14.2.a). R

Pour information :

Stéphanie Martel
directrice générale

819 864-1033, poste 21
cogesaf@cogesaf.qc.ca

5182, boul. Bourque

Sherbrooke, QC, J1N 1H4

Tel : 819 864 1033 poste 25

Pour tout savoir sur la qualité de l'eau de la rivière Saint-François,

visitez notre outil

de cartographie interactif



Observations de Mme météo

Jacqueline P.-Bouffard

Décembre	2019		2018		2017		2016		2015	
Pluie	29 mm		79,8 mm		27,8 mm		62,6 mm		111,4 mm	
Neige	44,8 cm		36,6 cm		74,6 cm		111,3 cm		52,4 cm	
Giboulée	3 jours		3 jours		5 jours		7 jours		6 jours	
Poudrerie	4 jours		5 jours		10 jours		11 jours		3 jours	
Brume	6 jours		7 jours		2 jours		8 jours		11 jours	
Verglas	27		3, 23, 28		23 et 24		18, 26, 27		8 et 27	
T° maximale	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°
	10	11 °C	22	13 °C	6	7 °C	1 ^{er}	5 °C	24	17 °C
	23	8 °C	21	11 °C	5	5 °C	2	4 °C	11, 25	12,5 °C
T° minimale	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°
	21	-24 °C	13	-29 °C	29, 31	-31 °C	16	-28 °C	28	-16 °C
	19	-21 °C	11,26,27	-22 °C	30	-30 °C	17,19,20	-26 °C	1 ^{er} , 29	-15 °C
Vents violents	15		18		—		15		24	

Note : Vents violents signifie toujours : plus de 62 km/h selon l'échelle de Beaufort.

2018, le soleil n'était pas souvent au rendez-vous, et la température était en dents de scie.-

2019, un Noël gris, à peine 2 cm au sol sur les bords de route. Les 30 et 31, 7,6 cm nous enveloppe d'une belle couverture blanche.

Janvier	2020		2019		2018		2017		2016	
Pluie	62,6 mm		39,6 mm		68,6 mm		33,2 mm		10,8 mm	
Neige	75,5 cm		124,8 cm		85,8 cm		82,2 cm		53,4 cm	
Giboulée	2 jours		7 jours		le 13		4 jours		le 26	
Poudrerie	9 jours		17 jours		7 jours		6 jours		7 jours	
Brume	7 jours		10 jours		5 jours		8 jours		4 jours	
Verglas	12, 13, 26		25		11, 13, 23		1 ^{er} , 25		—	
T° maximale	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°
	11	10 °C	24	5 °C	12, 13	12 °C	12, 13	8 °C	10, 11	7 °C
	12	5 °C	4, 5, 6	4 °C	11	6 °C	11	6 °C	31	6 °C
T° minimale	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°
	3, 25	4 °C	1 ^{er} , 8	3 °C	20,23,27	5 °C	3,4,5,19,21, 26,29	1 °C	8, 9, 26	3 °C
	21	-28 °C	14,17,27,31	-27 °C	2	-35 °C	9	-30 °C	5	-32 °C
Vents violents	—		16 et 31		—		11 et 13		11	

2019, le 1^{er} janvier, une chenille poilue jaune et noire vivante sur la neige.

2020, mois en dents de scie, avec un cocktail de pluie, grésil, verglas, neige et inondation les 12, 13 et 14. Le chemin Le Relève entre chez Guy Lapointe et chez Réal Loubier est un grand lac d'eau et de glace, fermé deux jours.



Publication développée en collaboration avec l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal (2015)

Que faire en cas de chute?

Si vous en êtes témoin

Si vous êtes témoin d'une chute, évitez de relever immédiatement la personne. Vérifiez d'abord son état, si elle est consciente ou inconsciente, et si elle présente des blessures. Rassurez-la.

Si la personne ne peut pas se relever, appelez les secours et administrez les premiers soins si vous êtes en mesure de le faire. Aidez-la à trouver une position confortable et gardez-la au chaud à l'aide d'un vêtement ou d'une couverture.

Si la personne est en mesure de se relever, suivez les étapes ci-dessous en procédant doucement :

1. Approchez une chaise de la personne; aidez la personne à se retourner sur le côté et à plier la jambe qui est sur le dessus; aidez-la à se mettre en position semi-assise.



2. En vous plaçant derrière elle et en faisant une prise solide au bassin, aidez-la à se mettre à genoux, les mains sur la chaise.



3. Une fois à genoux, les mains sur la chaise, la personne doit mettre sa jambe la plus forte en avant. Vous pouvez l'aider en guidant sa jambe.



4. Tout en faisant une prise solide au bassin, aidez la personne à se relever, ensuite faites la tourner et s'asseoir sur la chaise. R



Scoop

Notre marmotte Ti-Coune a été indécise au matin du 2 février.
Un soleil timide lui a fait à peine une petite ombre.
Donc, nous aurons probablement encore quarante jours d'hiver
plus ou moins rigoureux. Bon !
À l'an prochain.



Dix jours pour annuler



L'ACEF Estrie (Association coopérative d'économie familiale de l'Estrie) met en garde la population contre la sollicitation ayant cours actuellement dans la région. De façon trompeuse, certaines entreprises se disent même mandatées par Réno-climat ou par Hydro. L'ACEF invite aussi à se méfier de publicité Facebook liée à l'efficacité énergé-

tique et demandant de vous inscrire à une inspection ou un bilan gratuit ou un concours. Elle invite les gens à ne pas signer sous pression afin de prendre le temps d'évaluer leurs besoins et à comparer les prix souvent moins chers chez les commerçants de la région. L'ACEF rappelle qu'on peut facilement annuler un contrat de vente itinérante

dans les dix jours. Elle demande de lui signaler les cas de sollicitation (même si aucun contrat n'a été signé) pour lui permettre de mieux informer la population.

Pour joindre l'ACEF :
819 563-8144 ou
info@acefestrie.ca

Service d'impôt gratuit

Contribution volontaire acceptée
pour aider à payer les frais d'impression et
de déplacement des bénévoles



Informations 819 560-8540

Des personnes bénévoles ont reçu une formation de l'Agence du revenu du Canada et de Revenu Québec. Elles offrent leur aide aux gens à faible revenu pour faire leurs déclarations de revenus.

Critères d'admissibilité :

Revenu maximum de :
25 000 \$ pour une personne seule
30 000 \$ pour un couple
2 000 \$ par enfant
Maximum de 1 000 \$ d'intérêts
Aucun revenu de location ou de
travailleur autonome ne sera accepté.

Weedon 209, des Érables, local 314	les mercredis de mars : 4, 11, 18 et 25 9 h à 12 h et 13 h à 16 h
Scotstown bureau municipal 101, Victoria Ouest	le 5 mars : apporter vos documents le 19 mars : reprendre vos documents 9 h à 12 h et 13 h à 16 h



Impôts pour les particuliers

Réjean Rousseau

Rapide, efficace et confidentiel.
Cueillette et livraison à domicile.

819 345-0990
perousseau@hotmail.com

Popote roulante Haut-Saint-François

(Meals on Wheels)

819 560-8540
www.cabhsf.org



Livraison gratuite à domicile le mercredi aux 2 semaines

pour une commande de 8 repas ou plus

ou

venez les chercher en tout temps au bureau :

209, rue des Érables, #310, Weedon.

Si vous achetez 8 repas, on vous donne le 9^e.

Aucun minimum requis.

5 \$ chacun



Voici de bons repas maison préparés pour vous.

Des plats prêts à réchauffer au micro-onde.

Ils sont scellés par une pellicule plastique et congelés.

Payable en argent ou chèque.

Ce service est offert à toute la population

(étudiant, travailleur, personne seule, retraitée, en perte d'autonomie...)

Si vous avez plus de 70 ans, vous aurez droit à un crédit de maintien à domicile sur votre rapport d'impôt.

Soupe / Soup 1 \$	
Fettuccini Alfredo bacon	Pâté de porc en croûte / Pork Pie on crust
Galette de porc sauce patates / Pork Pattie gravy potatoes	Penne sauce rosée bologne / Penne Rosa Sauce Bologna
Jambon ananas patates / Ham pineapple potatoes	Poulet parmigiana patates / Chicken parmigiana potatoes
Lasagne / Lasagna	Poulet en sauce patates / Chicken in Sauce potatoes
Macaroni à la viande / Macaroni Meat Sauce	Ragoût de boulettes / Meatballs Stew
Pain de viande patates / Meat loaf potatoes	Riz saucisses italiennes / Rice Italian Sausages
Pâté au poulet / Chicken Pot Pie	Spaghetti / Spaghetti
Pâté chinois / Shepherd's Pie	Tourtière
Pâté mexiporc / Mexican Pork Pot Pie	



Oubli en février
Guylaine Morin, le 13

Mars

29, Carmelle Blais;
10, Francine Dallaire;
27, Sylvie Dallaire;
22, Raymond Houle;
10, Benoît Lapointe;

24, Colombe Lapointe;
22, Jacqueline Pelchat;
28, Malcom Rancourt;
26, Carole Rodrigue;
6, Jocelyn Rodrigue;

17, Louise Rousseau;
25, Paul-Henri Rousseau;
15, Michelle Roy.

Agenda

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

873 825-7060 ou 1 877 447-3423
275, rue Principale Est,

Cookshire-Eaton

info@cdflapasserelle.org

www.cdflapasserelle.org

Service gratuit, soutien individuel.

Transport et/ou halte-garderie disponibles sur demande, gratuits.

Réservez votre place.

Milieu de vie ouvert à toutes.

Février

Mardi 18, 13 h à 19 h

Journée chocolat chaud et film

Les figures de l'ombre

Mercredi 19, 13 h

Comité 8 mars

Mardi 25, 18 h

Ma santé,

une préoccupation quotidienne

Mercredi 26, 13 h

Comité 8 mars

Mars

Jeudi 5

Montage de la salle pour l'exposition 8 mars

Mardi 10, 18 h

Comprendre les personnes trans et non-binaires

Mercredi 11, 13 h

Colour café

Jeudi 12, 10 h

Le crédit :

mes finances, mes choix

Mardi 17, 13 h

Yoga pour toutes

Mardi 17, 18 h

Mettre ses limites

Mercredi 18, 13 h

Anniversaires du mois

Pensée

Ce n'est pas toujours les gens qui ont la foi qui partent en paix. Ce sont ceux qui ont fait la paix avec leur vie et leur mort.

Virage Santé mentale,
ressource alternative en santé mentale
819 877-2674 ou 819 832-4404

Siège social :

209, rue des Érables, Weedon

viragesm@abacom.com

www.viragesantementale.org

Gratuit et confidentiel

réservez à l'avance.

Activités au

37, rue Angus Nord, East Angus :

Groupe de soutien Vire-voix, pour apprendre à mieux vivre avec les voix

Pour les personnes
qui entendent des voix.

Les lundis à 13 h 30.

En tout temps

vous pouvez intégrer le groupe.

Cheminement du deuil

Revivre après le deuil. Démarche de treize rencontres pour apporter un support à toute personne vivant un deuil suite à un décès.

Début d'un groupe le mardi

10 mars à 18 h 30.

Vous devez vous inscrire à l'avance.

Problèmes avec le jeu !

Virage Santé mentale offre des services d'écoute, de conseil, de support et de référence pour les proches des joueurs pathologiques.

Prompt rétablissement

L'hiver achève.

Le printemps devrait suivre; mais le sirop d'érable va le précéder.

Il y a de l'espoir dans l'air.

Pour la nouvelle année, nous nous souhaitons solidairement de la santé en priorité.

Centre culturel de Weedon

819 560-8555, poste 4

280, 9^e Avenue, Weedon

www.ccweedon.com/culture

Programmation de février

Dimanche 23, 14 h

Aventuriers voyageurs

Barcelone et Catalogne

Programmation de mars

Vendredi 13, 20 h

Rébecka Lussier en duo

Vendredi 27, 20 h

Marchands de mémoire

Samedi 28, 20 h

Josée Béliveau et ses musiciens

soirée jazz et blue's

Sympathies

Monsieur Laval Denis

À l'Hôtel-Dieu de Sherbrooke, le 1^{er} décembre 2019, est décédé, à l'âge de 86 ans, M. Laval Denis, fils de feu Henri Denis et feu Yvonne Domon.

Il laisse dans le deuil son épouse Yolande Fortier, ses enfants Claude (Carolle Bouchard), Jacques (Martine Laflamme), France, Serge (Marie Ferland), Carole et Pascal (Annie Lemelin) et ses petits-enfants.

Il laisse également dans le deuil sa soeur Thérèse (Gilles Lavertu), la famille de sa soeur feu Esther Denis (Conrad Phaneuf), sa belle-soeur Thérèse Fortier (Paul-Henri Rousseau), ses nièces Manon et Diane, son neveu Alain Rousseau de notre communauté ainsi que leur soeur Lyne, et plusieurs autres parents et amis.

Activité Bébé Trucs du Haut-Saint-François

Déménagement au Centre multiservices d'East Angus.



Les 1^{ers} et 3^{es} mardis après-midi du mois de 13 h 30 à 16 h, 110, rue Lafontaine, East Angus, 819 821-4000.

Depuis le 7 janvier, l'activité Bébé Trucs du Haut-Saint-François, qui offre des consultations sans rendez-vous avec une infirmière, de l'information sur la santé, du soutien en allaitement, le suivi de croissance des bébés et un échange entre parents, se tient maintenant en face du CLSC.

L'activité a lieu au local 0155 du Centre multiservices de santé et de services sociaux d'East Angus, tous les premiers et troisièmes mardis après-midi du mois, de 13 h 30 à 16 h. De plus, les professionnelles ont préparé des capsules thématiques d'une quinzaine de minutes présentées lors de chaque atelier. Bienvenue aux familles!

Julie Di Tomasso, conseillère au service des communications, Direction des ressources humaines, des communications et des affaires juridiques, Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie –

Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke (CIUSSS de l'Estrie - CHUS)
500, rue Murray, bureau 2416, Sherbrooke. Tél. : 819 821-4000. Site Web : santeestrie.qc.ca

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

Les Jardins de la

Ferme des Écossais

www.fermedesecossais.com

Manon Rouso, photographe

www.manonrousophotographe.com

Régie incendie des rivières

<http://regiedesrivieres.ca>

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

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

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

Plus d'info. :
www.cantondelingwick.com



en
abonnement
cadeau?



Toutes les coordonnées
en page 2.

Dates de tombée 2020

2 mars, 6 avril, 4 mai, 1^{er} juin,
7 septembre, 5 octobre,
2 novembre, 7 décembre.

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

 Sandwich. Panini.
Pizza fine. Salades.
Desserts. Pâtisseries.
Mets pour emporter.
Boîtes à lunch.
Cafés gourmets.
873 825-7110
97 rue Bibeau, Cookshire-Eaton,
Isabelle ou Mario
www.aubergelorchidee.com

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

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


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

RAMONAGE MALEX Enr.

 Ramonage, réparation de cheminées, installation de gaines et de préfabriquées.
 Membre APCCS
 RBO # : 8291-1900-11
 785, ch. du Cimetière, Milan, QC, GOY 1E0
 Éric Pelletier, prop.
 Tél. : 819 657-4578
 Cell. : 819 582-9206

494, 2^e 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 gplomberie@Live.ca

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

rucegouldrush.net
 19, rte 108, Gould, Lingwick
 819 877-3446
 Tables et Relais du Terroir^{MD} certifiés
 brunch du dimanche
 produits maison
 hébergement
 Prix de l'Excellence Provinciale 2010

EDMOND YERGEAU
 NOTAIRE, CONSEILLER JURIDIQUE
 165, rue Bonaventure
 Trois-Rivières
 QC, G9A 2A9
 819 373-1077
 LINGWICK
 819 877-3446

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

Brunet
 Stéphan Ouellet
 Marylène Roy
 819 877-3355
 404, 2^e Avenue, Weedon
 brunetweedon@infopharm.ca
 Pharmaciens
 418 449-3436
 240, St-Joseph Est, Disraeli
 brunetdisraeli@infopharm.ca

Garage Luc Béliveau
 520, rte 108, Stornoway, QC
 819 652-2126 1 800 819-2175
 Injection électronique, mécanique générale, silencieux, alignement, air climatisé, freins, mise au point, suspension, pneus,
 www.autoplace.ca
 garagelucbeliveau@gmail.com

819 652-2626 Soudure et usinage général
 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
 Léo Barolet, président
 250, 2^e Av., Weedon
 Grue 22 tonnes
 Terre et gravier

200, 2^e avenue (route 112)
 Weedon, QC
 J0B 3J0
DENTISTE
 D^r Benoit Giard
 819 877-5400

Logements Lingwick
 89, route 108
 12 logements : 3 1/2
 à partir de 390 \$ / mois
 À louer : à court, moyen ou long terme
 1/2 meublé ou non (votre choix)
 Électricité, chauffage, câble et Internet inclus
 Propriétaires :
 Jacinthe Chevalier / Éric Roussel
 819 437-3304
 Conciergerie sur place


Excavation Clément Duquette
 417, rte 108, Stornoway
 duquetexc@gmail.com
 Camionnage gravier - terre
 excavatrice chemins et
 drainage forestier
 fosses septiques
 Clément : 819 820-9215
 Yves : 819 820-9216
 Gérémy : 819 583-7256
 Bureau : 819 652-2451

Depuis 1946
JACQUES & FILS
 Centre Funéraire
 Crématorium
 Yves Migneron
 PRÉARRANGEMENTS et
 Préposé aux familles
 Salon de Weedon
 260, rue Des Érables
 Tél. : 1 800 267-0757
 www.jacquesetfils.com

CD
 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

Tél. : 819 877-2929
 tra08737weedon@sobeys.com
Tradition
 Marché Lagassé
 285, 2^e Avenue (route 112) Weedon, QC, J0B 3J0
 SAQ
 fritou

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

Ferme bovine **Michel Rousseau**

34, route 108
Gould, Lingwick
819 877-3495

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

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

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


ALUMI-PRO V.R.
418 423-5858
Michel Bourque
RÉPARATION • PIÈCES • REVÈTEMENT
6, ch. de Vimy, local 400, St-Joseph-de-Colebrou (Qc) G0N 1B0
Fax : 418-423-5775
ventes@alumprovr.com • www.alumprovr.com

FRANÇOIS JACQUES
DÉPUTÉ DE MÉGANTIC
ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC
220, rue Principale Est, Bureau 228N,
Cookshire-Eaton (Québec) J0B 1M0
francois.jacques.mega@assnat.qc.ca
819 875-5410

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


Karitek Cosmétique
Des produits uniquement bio
Pélagie K. Jacques
Manufacturière
des produits cosmétiques
www.karitekcosmetique.com
karitekcosmetique@hotmail.com
819 349-3229 / 819 877-2597
Route 108, Lingwick, J0B 2Z0

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
Du Haut-Saint-François
• Popote roulante / repas communautaire
• Accompagnement-transport
• Pair (Appels sécurisants, rappel médicaments)
• PIED (Prévention des chutes) / ViActive
• Clinique impôt/Lire et faire lire, etc.
cab@cabhsf.org 819-560-8540
209, rue Des Érables Weedon Qc J0B 3J0

GraphAlba Geneviève Lussier
www.graphalba.com
Design graphique et conception de site web personnalisé We speak english
Ainsi que : Mise en page de documents divers
Numérisation : photos et cassettes audio/video
Traitement et montage de photo (panos, etc.)
Et autres travaux informatiques connexes.
819 877-2919 - graphalba@gmail.com
16, chemin Fontainebleau, Lingwick

Catherine Bouffard, Dt.P.
Diététiste-nutritionniste (B.Sc.)
Approche personnalisée ou en groupe
Courriel : bou.cath80@gmail.com
Tél. : 819 877-3891

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


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

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

www.fermearcenciel.ca
Viande ovine et porcine,
poulets de grains, oeufs frais.

Ferme Arc-En-Ciel
1848, 1^{er} rang, Weedon
1 450 531-9538

CHRISTIAN BOLDUC AUTO inc.
Cell. : 819 572-3099
819 877-3847
www.autochristianbolduc.com
Vente - échange - mécanique générale
Financement sur place
129, 2^e Avenue (route 112), Weedon

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
 Comptoir postal - 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. : 819 877-3875

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

Pizza, poulet frit, sous-marins

maisonseigny@qc.aira.com
BRANDSOURCE 295, route 112 (2^e Av.),
 Ameublement WeeDon,
Sévigny **819 877-2897**

Bruno Sévigny 1250, rue Champlain
 Meubles, décoration, Disraeli
 couvre-planchers.
DECO SURFACES 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 Brigitte Martel - Serge Gilbert
 Lingwick, QC, **Tél. : 819 877-2676**
 J0B 2Z0 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. #RBO 5665-1439-01

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

 *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

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.domaineseigny.com

Les Jardins de la Ferme des ÉCOSSAIS
 Kiosque de légumes frais
 Paniers de légumes hebdomadaires
 Nadia : 819 238-2181
 Evelynne : 819 640-1684
 www.fermedesecossais.com



Service de Garde
Little Critter
 Home Daycare Service
 Peggy Thompson
 Gould • Endroit Rural/Rural Setting
 • Programme Éducatif
 Educational Program
819 238-5083

Mécanique générale
Garage Claude Morin
 53, route 108
 Lingwick, QC
Tél. : 819 877-5731
 Cell. : 819 823-2971



 Ferme **Crocque-Saisons**
 Caroline et Sébastien
819 877-5254
 111, route 108, Lingwick
 www.crocque-saisons.com
 Légumes biologiques et œufs


Frédéric Ward
 Président  Centre Agricole Expert inc.


LS TRACTOR Votre concessionnaire **DEUTZ FAHR**
 Réparation et Vente de pièces de remplacement pour tracteurs et machineries agricoles de toutes marques
 17, Ch. North Hill www.coexpert.com
 Lingwick, QC J0B 2Z0 **819 877-2400** info@coexpert.com

 Pièces d'automobiles **Home Hardware** *pronto*

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

 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

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