Le Reflet

du canton de Lingwick

www.lereflet.org

Volume 34 numéro 8 novembre 2020

Et les gagnants sont...
Telephone Survey
Sondage téléphonique
Les anges gardiens déchus

Sommaire

Éditorial 3

Lingwick, c'est dynamique. 4
Le Reflet : ATTENTION 4

La vie au conseil municipal 5

Comité consultatif en environnement (français) 6

Comité consultatif en environnement (anglais) 7

Chronique d'un vieux fou 8
Informations du canton de Lingwick 8

An Old Fool's Chronicle – Ferme Croque-Saisons 9

Calendrier des activités 11
Naissances - Anniversaires 11

Décoration du village le 21 novembre 12
Visite du père Noël - Clin d'œil à nos annonceurs 12
Le Reflet : nouvelles dates de tombées 12

Conseils chiropratiques 13

La nature de notre canton 14

S.O.S. Grossesse Estrie 15

Marché de la petite école 18

Le coin lecture - Éconologis 19

Le Reflet gagnant 20
Nouvelle opportunité de formation 20

Hommage 21

Le Furet 24

Centre d'aide aux aînés victimes de maltraitance 25

Météo locale 26

Table de concertation des personnes aînées du HSF 27
Moisson Haut-Saint-François : paniers de Noël 27

Ministère des Affaires municipales et de l'Habitation 28

Sites Web de chez nous (un nouveau site) 29
Coût des publicités dans le journal 29

Annonceurs : 10, 16, 17, 22, 23, 29, 30, 31, 32

Photo : Le chêne saupoudré de neige

Page couverture : Guy Messely

Le Reflet du canton de Lingwick

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

Prochaine parution : Tombée : 07 décembre 2020
Parution : 21 décembre 2020

Périodicité : 9 fois l'an / 300 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	819 238-7192
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

Réagissez à nos articles : www.lereflet.org

Éditorial

Les anges gardiens déchus

Danielle Leclerc

Avez-vous eu vent des négociations pour le renouvellement des conventions collectives du secteur public? En conférence de presse, le mardi 20 octobre, M. François Legault, chef du parti au pouvoir de la CAQ (Coalition avenir Québec), a déclaré qu'il reconnaissait que les employés du réseau de la santé sont « à bout de souffle ». Il s'est dit « prêt à peu près tout faire pour réduire la surcharge de travail ». Cependant, il a précisé qu'il était hors de question de leur accorder des hausses de salaire au-delà de l'inflation (2 %). Mais quel est cet « à peu près »?

En tant que retraitée du système de santé ayant goûté aux impacts sur le terrain des ordres improvisés et souvent contradictoires des MM. Legault et Arruda, je me suis sentie tellement offensée en lisant ces mots dans le journal ! (1) Quelle belle stratégie de rétention et d'attraction du personnel ! On vous demande de faire des efforts au péril de votre santé et de celle de vos proches et en contre partie, on vous demande de… continuer à faire des efforts. Pas de récompense pour les anges gardiens, pour ces « essentiels » dont M. Legault soulignait l'importance capitale en mars dernier. Il y a bien eu des primes insignifiantes pour certains employés travaillant à temps plein en zone rouge ou en CHSLD (centre d'hébergement et de soins de longue durée), mais pas pour tous les titres d'emplois. Bien piètre encouragement. On ne doit pas s'étonner de l'exode actuel des employés : détresse psychologique, maladie, changement de carrière, retraite anticipée. On manque de personnel partout dans le réseau public. Le secteur de l'éducation vit le même problème, le manque de professeurs est criant.

Les propos tenus par M. Legault ne rendent pas justice au travail du personnel qui tient à bout de bras notre système de santé depuis des années et ce, bien avant la pandémie, subissant année après année les coupures sous différents gouvernements. Il y a une limite à fonctionner avec toujours moins de ressources. On a vu ce que ça a donné quand est arrivée la pandémie : un système déjà fragilisé que le gouvernement a été incapable de tenir face à la crise. Si les services de maintien à domicile n'avaient pas été traités comme le parent pauvre du système de santé pendant tant d'années, cela aurait évité bien des morts.

M. Legault dit comprendre la fatigue et la frustration des infirmières. Il reconnaît avoir promis l'abolition du temps supplémentaire obligatoire, mais dit que nous sommes dans une situation spéciale. Alors oui, justement, nous sommes dans une situation spéciale ! Pourquoi ne pas agir de façon à attirer du personnel? Pas avec un arrêté ministériel qui sabre dans les droits des travailleurs, (notez que le personnel de ces secteurs d'activité est à 80 % féminin), en abolissant les congés et les vacances et en les obligeant à faire du temps supplémentaire ! Mais en améliorant les conditions de travail. Et cela se réalise à long terme.

M. Legault ne veut pas améliorer les conditions de vie de ses employés et limite les hausses salariales à 2 %, disant qu'il faut respecter la capacité de payer des Québécois. Mais quand le gouvernement fédéral a décidé d'imposer les primes données aux députés de son gouvernement, M. Legault n'a pas hésité à faire voter des augmentations à leur indemnité supplémentaire de fonction allant parfois jusqu'à 20 %. (2) Ces primes s'ajoutent au salaire de base des députés, qui reçoivent de 0% à 105 % de leur salaire en prime de fonction supplémentaire. Le salaire de base étant de 95 704 $ par année, par exemple, un ministre peut recevoir 75 % de plus, pour un total de 167 482 $. Cela, sans compter les allocations annuelles de dépenses, de présence, de transition et de déplacements.

On sait que le travail de député en est un de responsabilité parfois très exigeant et que l'importante rémunération se veut un moyen d'attirer et de maintenir des candidats, de reconnaître l'importance du poste occupé. Ne pourrions-nous pas appliquer le même principe de bonification du salaire aux employés du secteur public?

Pour ce qui est du plan prévu pour améliorer la surcharge de travail, la réalité dans le milieu démontre que le gouvernement caquiste ne peut pas faire grand-chose. L'opération 10000, promettant en juin dernier l'arrivée de nouveaux préposés aux bénéficiaires dans le réseau, ne connaît pas le succès escompté.

Suite page 4

Lingwick, c'est dynamique.

Manon Bolduc

La fabrique

- Messe tous les dimanches à 10 h 45.
- Le 15 novembre dernier a eu lieu une réunion des marguilliers.
Lise Roy, 819 877-2489.

Afeas

- Aucune réunion mensuelle pour le moment.
- Concernant le tissage, vous devez d'abord contacter Hélène. Pour les membres, nous fonctionnons sécuritairement selon les normes établies, deux à trois personnes à la fois au local.
Hélène Rousseau, 819 877-3022.

Loisirs ANNULÉS

Au centre municipal, 72, route 108.
- Cours de cardio-fitness les mercredis à 19 h.
- Cours de karaté les jeudis à 18 h 30, jusqu' en décembre si tout va bien, COVID-19. Pour information, contacter Martin Groulx au 819 888-2534 ou http//www.cle1917.wixsite.com/cardio
Andrée-Maude Courval, 819 238-8183.

Bibliothèque

- Pour le moment, il n'y a pas de changement. Nous respectons les consignes gouvernementales comme nous vous l'avons déjà précisé dans Le Reflet de septembre.
- Nous sommes ouverts tous les jeudis soirs de 18 h 30 h à 20 h, situés au 2e étage du centre municipal, au 72, route 108, à Lingwick.
Régine Ward, responsable, 819 877-3230.

Village de Noël, voir page 12

ViActive, fadoq, Marguerites volantes

Concernant ViActive, la fadoq et les Marguerites volantes, ces organismes sont toujours en pause. R

Les anges gardiens déchus, suite de la page 3

Les gens sortent désillusionnés de cette formation très écourtée et le milieu du travail ne tient pas non plus ses promesses (salaire moindre que celui promis, temps partiel et non temps plein). Le manque de personnel touche plusieurs professions, pas seulement les préposés; les cadres engagés pour la gestion du personnel sont souvent inexpérimentés et parachutés dans des secteurs dont ils ne connaissent pratiquement pas les rouages. Rien pour apporter du soutien aux équipes en place.

Il est difficile de croire en cette montée de la popularité du chef de parti dans la population : 76 %, du jamais vu sur la scène politique québécoise. On se demande qui a été sondé, certainement pas les employés du secteur public, en santé ou en éducation.

Nous sommes piégés dans un cercle vicieux : le manque de personnel crée des conditions de travail extrêmement difficiles, poussant le réseau à rechercher du personnel supplémentaire, mais ces conditions de travail provoquent le départ des employés et n'attirent pas de sang nouveau. À quand une réelle amélioration? Pourquoi laisser les négociations du secteur public traîner en longueur? Le gouvernement Legault a des décisions à prendre. Face au contexte actuel de pandémie, nous devrions pouvoir nous attendre à un certain respect de la part de notre premier ministre envers ses « anges gardiens ». Car plus que de salaire, il est ici question d'attitude.

Source :
(1) Tommy Chouinard et Henri Ouellette-Vézina, La Presse, 21 octobre 2020.
(2) Marco Bélair-Cirino, Le Devoir, 10 décembre 2018.

Le Reflet du canton de Lingwick

Le Reflet du canton de Lingwick

ATTENTION

Compte tenu du ralentissement des activités dans le canton, le conseil d'administration du journal a décidé de diminuer le nombre de parutions par année.

Donc, pour l'année 2021, nous vous garantissons un minimum de six parutions (février, avril, juin, septembre, novembre et décembre). Nous évaluerons le nombre total pour l'année selon la situation.

Merci de votre compréhension.

Le conseil d'administration du journal Le Reflet du canton de Lingwick

À l'aube d'un hiver…

Suzanne Paradis

À l'aube d'un hiver
avec foulard et masque…

Résumé de la séance du conseil du 2 novembre 2020

Administration générale

- Déclaration des intérêts pécuniaires : comme à chaque année, les élus municipaux doivent faire cette déclaration qui sera déposée au ministère des Affaires municipales et de l'Habitation (MAMH) par la directrice générale.
- Règlement taxation 2021 : un avis de motion pour le règlement de taxation 2021 est déposé. L'assemblée extraordinaire du budget aura lieu le lundi 14 décembre 2020, à 19 h et le projet de règlement de taxation 2021 y sera présenté.
- Horaire des fêtes : le bureau municipal sera fermé du lundi 21 décembre 2020 au 31 décembre 2020. Il rouvrira le lundi 4 janvier 2021.
- Calendrier 2021 des séances du conseil : les membres du conseil ont adopté le calendrier des séances qui se dérouleront le premier lundi de chaque mois sauf exceptions des séances des premiers mardis d'avril et de septembre ainsi que du lundi 15 novembre. Le calendrier paraîtra dans le journal *Le Reflet*.
- Vérificateurs des états financiers : les services de la firme Raymond, Chabot, Grant, Thornton, de Thetford Mines ont été retenus selon l'offre de service du 14 octobre 2020, au coût de 12 950 $, plus les taxes.
- Démarche MADA (Municipalité amie des aînés) : le conseil se joint aux autres municipalités de la MRC du Haut-Saint-François pour la démarche collective MADA. La subvention demandée par la MRC servira à l'engagement d'une ressource. Le conseiller Guy Lapointe représentera Lingwick auprès de ce programme.
- Vœux dans Le Reflet : à l'occasion des fêtes de Noël, les vœux du conseil à la population seront publiés dans le journal *Le Reflet* de décembre, au coût de 110 $ pour une demi-page en couleur.
- Service Web : le conseil a renouvelé son entente avec GraphAlba du 1er janvier au 31 décembre 2021. Le service consiste à la mise à jour régulière du site Web de la municipalité au coût de 1 495 $, sans taxe.
- Adhésion annuelle : le conseil renouvelle son adhésion pour 2021 à la Fédération québécoise des municipalités (FQM) au coût de 993,89 $. C'est une grande source d'information pour la direction générale et les élus municipaux.
- Remerciements : les membres du conseil tiennent à remercier Mariette Bénard et Marcel Langlois pour le temps investi à la préparation de la trousse d'accueil et du panier cadeau offerts aux nouveaux résidents propriétaires. Ils ont sollicité de nombreux commanditaires et les paniers et pochettes ont une valeur de 300 $. Les nouveaux résidents propriétaires apprécient beaucoup le contenu des paniers et de la pochette d'information.
- Commandite : la somme de 50 $ est consentie pour le Gala des mérites de la cité-école Louis-Saint-Laurent qui aura lieu en juin 2021.
- Caisse Desjardins : une entente de tarification, concernant les tarifs bancaires est renouvelée entre la municipalité et la caisse Desjardins. Si le volume de transactions n'augmente pas de plus de 20 %, c'est un service sans frais.
- Cadeau aux employés : la pandémie de la COVID-19 force à annuler les rencontres. Habituellement, le conseil recevait les employés de la municipalité lors d'un souper. Pour combler cette situation, le conseil leur offrira une carte cadeau de 50 $ ainsi qu'une carte de vœux.

Réseau routier et voirie

- Déneigement : les chauffeurs sur appel, pour le déneigement de l'hiver 2020-2021, seront choisis sur la liste établie. Tous doivent posséder de l'expérience et un permis de conduire de classe 3. Leur salaire horaire sera de 21 $.
- Programme TECQ (programme de la taxe sur l'essence et de la contribution du Québec) pour 2019-2023 : le conseil a pris connaissance du guide et s'engage à en respecter les modalités et à être seul responsable face aux réclamations. Le conseil a envoyé la programmation des travaux au MAMH (ministère des Affaires municipales et de l'Habitation).

Hygiène du milieu

- Le plan d'action sur le compostage domestique, recommandé par le CCE (comité consultatif en environnement), vise à ce que 70 % des gens compostent leurs matières organiques afin d'éviter l'utilisation du bac brun.
-Un sondage téléphonique sera effectué avant le 31 décembre par Monique Théoret afin de savoir quel est le pourcentage de gens qui compostent, afin d'avoir le portrait actuel de la pratique.

Suite page 6

Comité consultatif en environnement

Sondage téléphonique

Monique Théoret

Au sujet du compostage domestique

Au nom de la municipalité de Lingwick et du comité consultatif en environnement, je joindrai par téléphone tous les résidents du canton pour établir un portrait à jour des citoyens au sujet de la gestion des matières organiques putrescibles. Ce sondage téléphonique sera complété d'ici la fin de l'année 2020. Les résultats statistiques seront éventuellement publiés dans le journal communautaire *Le Reflet du canton de Lingwick*. Le sondage comporte moins d'une dizaine de questions et demandera peu de votre temps. Merci de participer en nous accordant ces quelques minutes.

Pour vous aider à vous préparer, voici un aperçu des questions qui vous seront posées. Le formulaire ci-joint est un document de travail à l'usage de la personne qui vous appellera, vous n'avez pas à le remplir. R

Portrait citoyen de la gestion des matières résiduelles putrescibles à Lingwick en 2020		
Adresse de la résidence :		
Faites-vous votre compost à la maison (domestique)? Incluant différentes techniques : tas, bac, nourrir animaux…	Oui	Non
Si la réponse à la question précédente est non : Avez-vous l'intention de débuter? Quand ?	Oui	Non
Quelles matières mettez-vous dans votre compost?	Végétaux uniquement	Autres
Continuez-vous à accumuler la matière organique l'hiver?	Oui	Non
Désirez-vous être sur une liste pour obtenir du soutien?	Oui	Non
Si vous possédiez un bac brun, l'utiliseriez-vous?	Oui	Non
Quelles matières mettriez-vous dans le bac brun?	Végétaux uniquement	Autres

À l'aube d'un hiver…, suite de la page 5

- Suite à cette étape, le CCE s'interrogera sur les moyens à prendre pour atteindre le 70 % et la faisabilité, selon le résultat du sondage. Le compostage s'effectue soit dans des bacs à compost, soit simplement par une mise en tas sur le terrain. Mme Théoret sera rémunérée au taux horaire d'un journalier.

Urbanisme, aménagement et développement

- Le conseil accorde à l'entreprise Réal Loubier et fils un délai pour effectuer les travaux de construction sur le terrain industriel et commercial de la municipalité sis sur la route 108. Les travaux devront débuter le 15 mai 2021 et se terminer au plus tard le 31 juillet 2021.
- La municipalité, par une résolution, joint sa voix aux autres municipalités membres de la FMQ (Fédération des municipalités du Québec) afin de demander de laisser l'article 81 dans le projet de Loi 49 et non dans le projet de Loi 67. Les municipalités veulent ainsi conserver leurs pouvoirs de zonage en ce qui a trait aux établissements d'hébergement touristique exploités dans les résidences principales (location de type Airbnb).

Loisir et culture

- Il y aura installation de 115 balises, d'Aménagement Dryades inc., le long du sentier du parc du Belvédère, au coût de 615 $, plus les taxes. Il sera ainsi possible de s'adonner à la raquette durant l'hiver.
- La cotisation annuelle au Réseau biblio Estrie pour 2021 s'élève à 3,95 $, plus les taxes, par citoyen.

Telephone Survey

Monique Théoret and Serge LaRochelle

Regarding home composting

On behalf of the municipality of Lingwick and the environmental advisory committee, I will contact all residents in the Township by phone to establish an up-to-date portrait of citizens regarding the management of putrescible organic matter. This telephone survey will be completed by the end of 2020. The statistical results will eventually be published in the community newspaper Le Reflet du canton de Lingwick. The survey has less than ten questions and will take up little of your time. Thank you for participating by giving us these few minutes.

To help you prepare, here is an overview of the questions you will be asked. This form is a working document; it will be used by interviewer. You do not have to complete this form in writing as you will be contacted by phone. R

Citizen portrait of putrescible waste management for the township of Lingwick in 2020		
Resident address :		
Do you make your compost at home (domestic)? Including different techniques: heap, bin, feeding animals…	Yes	No
If the answer to the previous question is no : Do you intend to start? When?	Yes	No
What materials do you put in your compost?	Only organic residues	Other
Do you continue to accumulate organic matter in the winter?	Yes	No
Would you like to be on a list for support?	Yes	No
If you had a brown bin, would you use it?	Yes	No
What materials would you put in the brown bin?	Only organic residues	Other

À l'aube d'un hiver…

- Le conseil accorde 500 $ à Tourisme Haut-Saint-François pour les outils de promotion des attraits touristiques et des activités se déroulant dans le Haut-Saint-François.
- Une aide financière de 250 $ a été accordée au Centre culturel Oscar-Dhu pour la création d'un site Web.
- Trois nouveaux bacs à fleurs mesurant 2 pieds x 10 pieds x 28 pouces seront construits par Alain Bureau. Le coût des matériaux est d'environ 900 $, plus les taxes, et la main d'œuvre à 20 $/h pour environ 15 heures de travail.
- Le maire de Scotstown, M. Iain MacAulay, est décédé subitement à l'âge de 55 ans. Le conseil enverra une carte de condoléances ainsi qu'un don de 50 $ au cimetière Riverview de Scotstown.
- Le ministère des Affaires municipales et de l'Occupation du territoire (MAMOT) versera en deux paiements, la somme de 24 035 $ à notre municipalité afin d'atténuer les impacts de la pandémie de la COVID-19.
- Une citoyenne a voulu sensibiliser les membres du conseil en rapport à une mésentente entre voisins.

Prochaines séances

- Séance ordinaire le lundi 7 décembre 2020, à 19 h.
- Assemblée extraordinaire du budget le lundi 14 décembre 2020.

Bienvenue à tous. R

Chronique d'un vieux fou

Est-ce Dieu qui tue?

Malois (2020-11-01)

Au cours des siècles passés, de grandes organisations religieuses ont commis des crimes atroces. Citons quelques exemples : le catholicisme avec l'Inquisition et ses bûchers et avec ses croisades pour reprendre la Terre sainte des mains des musulmans; l'anglicanisme avec ses persécutions des papistes; l'islam avec ses guerres territoriales et ses guerres contre les « chiens de chrétiens ».

Heureusement, tant dans les prises de positions officielles de ces religions que dans les faits, ces choses horribles font partie du passé.

Quoique…

Les rivalités demeurent et lorsque les circonstances s'y prêtent, elles s'expriment. Et l'islam inquiète.

La revue satirique française *Charlie Hebdo* pourfend la bêtise humaine. Politiques, chefs d'entreprises et, généralement, les personnes et organismes aux commandes sont pris à partie. Elle attaque violemment les religions. Le pape, les rabbins, Mahomet y attrapent des volées de bois vert. Par des caricatures très irrévérencieuses. Personne n'y échappe.

Elle a publié des caricatures de Mahomet comme des autres chefs religieux. Elles ont offensé des musulmans, comme d'autres caricatures ont offensé des croyants d'autres religions. Mais celles-ci ont déclenché le carnage du personnel de la revue. Récemment, toujours en France, de nouveaux meurtres horribles ont été commis au nom d'Allah dont le prophète Mahomet était insulté.

Les musulmans prétendent que leur religion en est une de paix et d'amour.

L'islam est bâti sur cinq piliers : la profession de foi, la prière, l'aumône, le jeûne du ramadan et le pèlerinage à La Mecque.

Alors, les meurtres, les carnages au nom d'Allah? Reprend-on la guerre aux infidèles? Comme sixième pilier?

Un haut responsable musulman de France a fermement condamné les meurtres récents et recommande, par solidarité, de ne pas fêter l'anniversaire de Mahomet, cette année.

Les responsables musulmans québécois condamnent-ils les meurtres au nom d'Allah avec une telle vigueur? R

Informations du canton de Lingwick

Séance extraordinaire budget 2021

La séance extraordinaire sur l'adoption du budget 2021 aura lieu le lundi 14 décembre 2020, à 19 h, à la salle du conseil. Le projet de règlement concernant la taxation 2021 y sera présenté.

Séances ordinaires 2021

Le conseil municipal a adopté, à la séance ordinaire du 2 novembre 2020, le calendrier de ses séances ordinaires pour l'année 2021. Les séances ordinaires se tiendront à la salle du conseil située au 72, route 108, à Lingwick et elles débuteront à 19 h.

Fermeture du bureau municipal pendant les fêtes

Le bureau municipal sera fermé du lundi 21 décembre au jeudi 31 décembre 2020, inclusivement. L'horaire régulier d'ouverture reprendra le lundi 4 janvier 2020. Le bureau municipal est toujours fermé le vendredi.

Calendrier des séances ordinaires 2021

Mois	Date	Journée	Mois	Date	Journée	Mois	Date	Journée
Janvier	11	Lundi	Mai	3	Lundi	Septembre	7	Mardi
Février	1er	Lundi	Juin	7	Lundi	Octobre	4	Lundi
Mars	1er	Lundi	Juillet	5	Lundi	Novembre	15	Lundi
Avril	6	Mardi	Août	2	Lundi	Décembre	6	Lundi

An Old Fool's Chronicle

Is it God who kills?

Malois (2020-11-01)

In past centuries, large religious organizations have committed atrocious crimes. Examples include Catholicism with the Inquisition and its stakes and its crusades to take back the Holy Land from the hands of Muslims; Anglicanism with its persecution of the papists; Islam with its territorial wars and wars against the "Christian dogs".

Fortunately, both in the official positions of these religions and in fact, these horrible things are matter of the past.

Though…

Rivalries remain and when circumstances are appropriate, they are expressed. And Islam worries.

The French satirical magazine Charlie Hebdo hunts human stupidity. Politicians, business leaders and, generally, people and organizations at the helm are tackled. It violently attacks religions. The pope, the rabbis, Muhammad catch shovelfull. By very irreverent caricatures. No one escapes.

It has published caricatures of Muhammad as well as of other religious leaders. They offended Muslims as other caricatures offended believers of other religions. But these ones triggered the carnage of the magazine's staff. Recently, in France again, other horrific murders were committed in the name of *Allah* whose prophet Muhammad was insulted.

Muslims claim that their religion is one of peace and love.

Islam is based on five pillars: the profession of faith, the prayer, almsgiving, fasting of Ramadan and the pilgrimage to Mecca.

So, the murders, the carnage in the name of Allah? Does that resume the wars on the infidels? As a sixth pillar?

A senior Muslim official in France strongly condemned the recent killings and recommends, out of solidarity, not to celebrate Muhammad's birthday, this year.

Do Quebec Muslim leaders condemn killings in the name of Allah with the same vigor? R

Ferme Croque-Saisons

Bio chez nous

Caroline Poirier

Le 6 septembre dernier, la Ferme Croque-Saisons a été l'hôte de l'Expo Champs bio, un événement de formation agricole organisé par la Coopérative pour l'Agriculture de Proximité Écologique (CAPÉ). La CAPÉ compte plus de trois cents membres, pour la plupart des fermes biologiques diversifiées qui mettent elles-mêmes en marché leurs produits.

Compte tenu des circonstances (COVID-19), l'événement a été limité à deux-cent-cinquante personnes mais l'intérêt était grand, les billets étaient écoulés plus de dix jours avant la tenue de l'événement. La programmation était variée (engrais verts, sarclage mécanique, ergonomie du travail, implantation de petits fruits, biodiversité fonctionnelle, etc.) et a permis aux personnes participantes de profiter de l'expertise de plusieurs expert(e)s de la région.

La journée s'est terminée en beauté et notre nouveau chapiteau permanent, au centre du village, a accueilli sa première soirée festive. Toutes et tous ont pu admirer sa superbe construction et ont constaté le dynamisme de notre communauté.

Nous tenons à remercier le canton de Lingwick pour son soutien (espaces de stationnement et prêt du chapiteau), le Marché de la petite école (prêt d'équipements), les Amis de la culture (prêt de tables) et notre indispensable voisin, Jean-Noël Gaulin, chez qui s'est tenu l'accueil des participantes et participants. R

Suite page 21

Pourquoi éviter
les rassemblements
privés ?
Éviter de se rencontrer
entre amis ou en famille
limite les contacts et freine
la propagation du virus.
On doit réagir maintenant.
2 m
Québec.ca/coronavirus
1 877 644-4545
Votre gouvernement
Québec

Calendrier des activités

NOVEMBRE 2020

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
15 Messe 10:45	16 Parution du Reflet	17	18 Inspect. municipal 8:30 à 16:30	19 Bibliothèque 18:30 à 20:00	20	21 Décoration au centre du village
22 Messe 10:45	23	24	25 Inspect. municipal 8:30 à 16:30	26 Bibliothèque 18:30 à 20:00	27	28 Donner les noms des enfants
29 Messe 10:45	30		Du 16 novembre 2020 au 31 mars 2021: feu à ciel ouvert autorisé sans permis		Collecte de pneus du 15 octobre au 1er décembre	

DÉCEMBRE 2020

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
		1er	2	3 Bibliothèque 18:30 à 20:00	4	5 Visite du père Noël de 13:00 à 15:00
6 Messe 10:45	7 Conseil municipal 19:00 Tombée des articles Reflet	8	9 Inspect. municipal 8:30 à 16:30	10 Bibliothèque 18:30 à 20:00	11	12
13 Messe 10:45	14	15	16	17 Bibliothèque 18:30 à 20:00	18	19
20 Messe 10:45	21 Parution du Reflet	22	23	24 Messe de Noël 22:00	25 Jour de Noël 	26

Voici Raphaël, mon deuxième petit-fils.
Il est né le 29 septembre 2020.

Je suis vraiment choyée de ce deuxième beau cadeau de la vie.

Grand-maman, Monique Théoret.

Photo : famille

Décembre

Le 1er, Christine Apostolakos;
le 1er, Bertrand Duquette;
le 5, Clermont Rousseau;
le 7, Denis Blais;
le 18, Suzane Beaudoin;
le 19, Jacques Dussault;
le 19, Jean-Noël Gaulin;
le 19, Ghisline Rancourt;
le 20, Régine Ward et
le 30, Gaston Cloutier.

Décoration du centre-village pour les fêtes

Ce n'est pas parce que rien n'est plus pareil en cette année 2020
qu'il faut oublier d'enjoliver notre décor.
D'accord avec ça?
Nous vous invitons à venir vous changer les idées
en venant aider l'équipe du Village de Noël à décorer le centre-village.

Ça se fera le samedi 21 novembre prochain, à 13 h.

Retrouvez-nous à l'abri permanent,
on aura tout ce qu'il faut pour mettre un peu de couleur et
de gaieté dans notre communauté.
Notez que les mesures sanitaires de la Santé publique en vigueur
seront appliquées.

Au plaisir !

Le Reflet du canton de Lingwick

Un abonnement cadeau?

Toutes les coordonnées
en page 2.

Dates de tombée 2021

1er février, 5 avril,
7 juin, 6 septembre,
1er novembre et 6 décembre.

Ho ! Ho ! Ho !

Père Noël est content !
Il nous aime tellement qu'il sort de son confinement exprès pour venir nous voir.
Oui, oui, vous n'aurez pas la berlue !
Père Noël, le vrai de vrai, viendra rendre visite aux petits amis du canton de Lingwick.

Date limite pour donner les noms des enfants est le samedi 28 novembre.

Tu as été sage, tu veux qu'il passe chez toi?
Rien de plus simple,
demande à maman ou à papa de confirmer que tu seras bel et bien chez toi,
l'après-midi du 5 décembre, entre 13 h et 15 h.

Il suffit d'envoyer un courriel à mrousso@axion.ca ou
de téléphoner au 819 349-3495.
S,V,P., **indiquez-nous le nombre d'enfants, l'âge et l'adresse.**

Voilà, c'est aussi simple que ça.

C'est l'*fun* hein !

On aime ça dans le canton, la belle visite!

L'équipe du Village de Noël

Qu’est-ce que la radiographie?

Roxanne Morin

Ce mois-ci, j’ai cru bon vous expliquer en quoi consiste un de mes outils de travail indispensable lors de conditions cliniques particulières : la radiographie.

Qui peut les prescrire et les analyser?

Elle est utilisée par seulement un nombre restreint de professionnels de la santé. En fait, certaines indications cliniques porteront les professionnels de la santé à utiliser ou pas l’examen radiographique.

Au Québec, seuls les chiropraticiens, dentistes, podiatres et médecins démontrant les compétences nécessaires à leur ordre professionnel peuvent prescrire et analyser les clichés radiographiques qu’ils ont demandés dans le cadre de leur exercice.

Quand l’utiliser?

De multiples raisons peuvent pousser un professionnel à utiliser la radiographie standard. Par exemple, selon les paramètres utilisés, ce sera bien utile pour déterminer la présence d’une fracture, d’une scoliose, d’arthrose, de caries, d’une pneumonie et même pour détecter certains cancers.

Mais qu’est-ce que c’est au juste la radiographie?

C’est une technique d’imagerie qui utilise les rayons X à faible dose. Grossièrement, une machine envoie des rayons qui vont traverser le corps humain et être captés sur une plaque derrière le patient afin de produire une image sur un film.

C’est la différence de densité entre les os, les muscles, les organes et les autres tissus qui permet d’obtenir une image lorsque les rayons les traversent. (Voir illustration). La radiographie offre donc des images en deux dimensions du corps humain.

Est-ce risqué?

La radiographie permet d’obtenir de l’information menant à un diagnostic, mais présente quand même un risque lié à l’irradiation. Considérant les très faibles doses utilisées, les risques de développer un cancer sont très minimes.

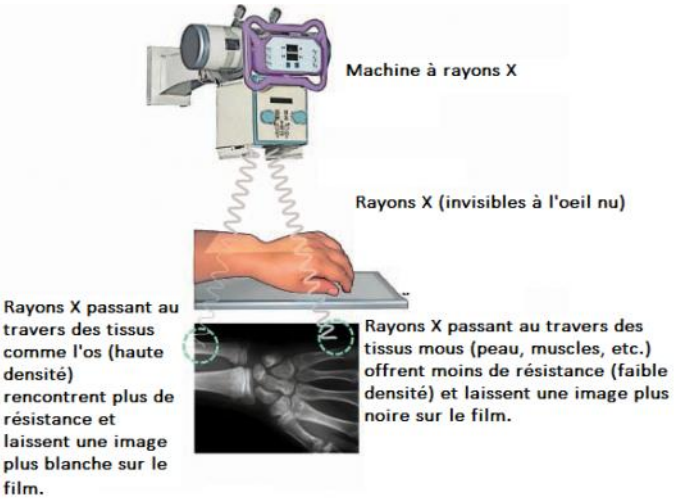


Image Google à utilisation autorisée

Illustration : Explication du fonctionnement de la radiographie

Sachez que tout le monde, sans exception, est exposé à de la radiation sur terre même s’il ne passe aucun examen radiographique au courant de sa vie. En effet, il y a de la radiation naturelle qui provient du sol et du cosmos (soleil, etc.)

Voici quelques exemples de doses de radiation reçues selon différents examens. La radiation se calcule en milisieverts (mSv). Voici un tableau comparatif des expositions aux radiations.

Cliché dentaire	0,01 mSv
Cliché du cou	0,02 mSv
Voyage en avion New York/Los Angeles	0,04 mSv
Mammographie des seins	3 mSv
Examen complet lombaire	1mSv
Exposition naturelle au rayonnement du sol et du cosmos(soleil, etc.) d’une année à Montréal	1,6 mSv

Bref la radiographie comporte son lot d’avantages et a révolutionné les soins de santé tels qu’on les connaît aujourd’hui !

À bientôt. R

Source : Commission Canadienne de sûreté nucléaire : http://nuclearsafety.gc.ca/fra/resources/radiation/introduction-to-radiation/radiation-doses.cfm

Nourrir les oiseaux en hiver

Danielle Leclerc

Un grand plaisir pour moi en hiver est d'observer les oiseaux qui viennent à ma mangeoire. Quel beau spectacle de la nature! Les couleurs sont tellement belles avec tout ce blanc autour. De plus, c'est tout un bonheur de partager mon engouement avec mes petits-enfants, qui ont passé des mois avec nous en raison de la pandémie. Les jeunes ont la capacité d'apprendre facilement et rapidement les principes de base de l'observation de la gent ailée. Et ce qu'il y a de merveilleux, c'est que ce qu'ils apprennent tout jeunes avec leurs grands-parents vont demeurer pour toujours dans leur mémoire, surtout si des émotions positives y sont associées.

Cet apprentissage est aussi l'occasion de manipuler des livres, de connaître leur utilité essentielle dans tous les domaines de la vie. Les enfants de cette génération sont tellement à l'aise avec l'ordinateur, le contact avec les livres devient pour eux un complément très enrichissant, que ce soit pour identifier des oiseaux, des insectes, des champignons, des fleurs ou des reptiles. J'aime bien entendre ''grand-maman, as-tu un livre pour trouver cette chenille?'' Ça me rend heureuse, j'ai réussi à inculquer le plaisir associé à cette recherche de connaissance au sujet de son environnement.

Les oiseaux n'ont habituellement pas besoin de notre intervention pour se nourrir en hiver, encore moins en été. C'est pour notre propre plaisir que nous installons des mangeoires. Pas besoin de beaucoup investir pour profiter de cette activité. Minimalement, un simple plateau monté sur un poteau suffit, sur lequel on dépose des graines de tournesol. Il est préférable que ce plateau soit abrité, d'une manière ou d'une autre, pour préserver la qualité des graines. On choisira des petites graines de tournesol noires, plus faciles à broyer, qui permettent d'attirer la plus grande part des oiseaux d'hiver. Les mélanges de graines ne sont pas recommandés, car plusieurs des graines qu'ils contiennent ne sont pas mangées et pourrissent dans la mangeoire ou tombent au sol et attirent des visiteurs indésirables.

Ainsi, vous pourrez déjà observer différentes sortes d'oiseaux : mésanges à tête noire, sitelles à poitrine rousse/blanche, juncos ardoisés, chardonnerets jaunes, cardinaux rouges, roselins pourprés/familiers, dur-becs des pins, gros becs errants, geais bleus, sizerins flammés, grimpereaux bruns, jaseurs des cèdres, tourterelles tristes et même certains bruants qui restent chez nous en hiver. Les oiseaux ont la capacité d'abaisser leur température corporelle la nuit pour conserver leur énergie.

Il existe différents types de mangeoires sur le marché. Les plus populaires sont les mangeoires cylindriques en silo, qui sont offertes à différents prix et parfois pour un usage spécifique, pour les graines de chardon, par exemple, qui sont très petites. La mienne est munie d'un système qui prévient la venue des écureuils : elle bloque l'accès aux graines quand le poids du visiteur est plus lourd que celui d'un oiseau sur le perchoir. Certains bricolages sont proposés sur internet pour fabriquer des mangeoires avec des objets familiers : bouteilles de boisson gazeuse, cartons de lait, noix de coco. À vous de choisir.

Il ne faut pas oublier qu'il est nécessaire de nettoyer régulièrement la mangeoire ou le plateau pour enlever les graines rancies et aussi éviter la propagation de certaines maladies chez les oiseaux.

Si vous voulez élargir la variété de vos visiteurs, vous pouvez ajouter une offre de suif dans votre environnement. Vous aurez alors peut-être la chance d'observer de plus près un pic mineur, un pic chevelu ou encore, oh merveille, un grand pic! Bien des oiseaux profiteront de cet apport calorique bénéfique par grand froid. Les petits fruits, les noix et les cacahouètes seront également appréciés de plusieurs oiseaux.

Un moyen facile de présenter ces aliments aux oiseaux est de préparer un mélange maison composé environ de 1/3 de gras (suif, saindoux, beurre ou margarine non salé), 1/3 de beurre d'arachides sans sucre ni sel, auxquels on ajoute pour le dernier tiers des fruits frais ou secs, des graines de tournesol ou autres et de la farine de maïs. On peut façonner notre mélange en boules qui pourront être placées dans un filet récupéré à accrocher à une branche. Les boules se conservent au réfrigérateur et peuvent aussi être congelées.

Une autre façon est de faire des trous autour d'une bûche de bois avec une perceuse et un emporte-pièce, qui seront ensuite remplis avec le mélange. On suspend la bûche à un arbre ou autre support. Le mélange de gras peut aussi être étendu sur des cocottes de pins à

Nourrir les oiseaux en hiver

suspendre, bricolage amusant à faire avec les petits! Faire sécher les cocottes au four avant de les utiliser pour bien les ouvrir et les rendre moins collantes.

D'autres oiseaux peuvent être observés l'hiver aux abords des mangeoires : des oiseaux chasseurs, redoutables prédateurs : la buse à queue rousse, la pie grièche grise, l'épervier de Cooper et l'épervier brun. Ils sont vraiment très beaux à voir. Mais les petits oiseaux ont aussi d'autres ennemis : les chats et les écureuils!

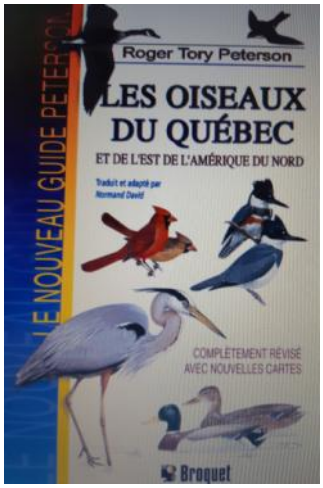
Idéalement, un bon livre de référence en identification et une bonne paire de jumelles seront appréciés pour aider à l'identification de vos visiteurs. Je vous recommande vivement le classique de Rober Tory Peterson, aux éditions Broquet, Les oiseaux du Québec et de l'Est de l'Amérique du Nord. Il est reconnu pour avoir les planches d'identification les plus précises.

Je vous encourage vivement à aller visiter le site Web de la société de loisir ornithologique de l'Estrie (SLOE) qui fournit gratuitement quantité d'informations très intéressantes au sujet des oiseaux, de leur observation et de leur alimentation. On y désigne les mangeoires comme étant des postes d'alimentation. Le site propose des solutions aux problèmes que l'on peut rencontrer en pratiquant cette activité.

Une petite anecdote en terminant : mon fils se demandait bien quels oiseaux pouvaient venir vider sa mangeoire pleine en une seule nuit : il s'agissait des plus gros visiteurs à la mangeoire que j'ai jamais vus : des chevreuils ! Ils poussent la mangeoire avec leur museau pour faire tomber les graines ou les attrapent avec leur langue directement dans la mangeoire!

Bon hiver d'observation à tous. R

Autres suggestions :
- Le livre
Attirer les oiseaux aux mangeoires, de Jean Paquin, éditions Michel Quintin.
- Sur le Web :
Plateforme Ebird Québec (Québec oiseaux) : programme de listes d'observations en ligne et en temps réel, recueillant des informations pour le suivi des populations d'oiseaux, auquel la population peut participer.



11-12-2014.
Mangeoire avec toît et tuyau

31-10-2020.
Mésange et sittelle
à la mangeoire

4-2-2012. Oiseau prédateur.
Buse à queue rousse

3-11-2020. Cardinal

Cinq photos : Danielle Leclerc et Serge Adam

S.O.S. Grossesse Estrie

La seule ressource Pro-choix en Estrie est S.O.S. Grossesse Estrie.
Services d'aide gratuits, confidentiels et accessibles.
Projet pilote : service de clavardage connecté à une intervenante professionnelle.
Info. : Paskale Hamel, info@sosgrossesseestrie.qc.ca / 819 822-1147

Comprendre les restrictions en zone rouge

En zone rouge, la situation est critique. Des mesures plus strictes doivent être mises en place, car le nombre de cas augmente trop rapidement. Il est important de limiter au maximum les contacts sociaux pour éviter la transmission du virus. C'est en appliquant l'ensemble des mesures qu'on peut lutter contre la COVID-19. Aucune mesure prise seule ne peut être efficace.

Plus nous limitons nos contacts avec les autres, plus vite nous pourrons reprendre nos activités.

Pourquoi les restaurants et les bars sont-ils des établissements jugés à risque pour la propagation de la COVID-19 ?

Les restaurants et les bars sont des endroits où on se réunit normalement pour socialiser avec nos amis, notre famille ou nos collègues. Dans ces endroits, nous sommes souvent à proximité les uns des autres. Le fait de parler et de manger ensemble constitue également des risques importants de transmission du virus. Le resserrement des mesures en zone rouge vise à minimiser les contacts étroits entre les personnes qui n'habitent pas à la même adresse.

Pourquoi interdire les activités se déroulant devant un auditoire dans un lieu public ?

Des lieux où un plus grand nombre de personnes se rassemblent peuvent constituer des risques importants de transmission du virus. L'interdiction des activités se déroulant devant un auditoire dans un lieu public en zone rouge vise à minimiser les contacts sociaux entre les personnes qui n'habitent pas à la même adresse. Lorsqu'une personne participe à ces activités, il s'agit d'une occasion supplémentaire pour elle de socialiser avec d'autres personnes. De plus, dans ces endroits, nous sommes souvent à proximité les uns des autres.

Votre gouvernement

Pourquoi doit-on cesser les sports collectifs et fermer les gyms ?

Lorsqu'une personne se rend dans une salle d'entraînement, c'est une occasion pour elle de socialiser avec d'autres personnes. C'est également le cas dans la pratique de plusieurs sports ou activités de loisir. Les sports pratiqués en groupe suscitent d'emblée l'envie de contacts sociaux avec nos coéquipiers, par exemple. De plus, il n'est pas toujours facile de respecter la distanciation physique lors de la pratique de certains sports. Le resserrement des mesures en zone rouge vise à réduire les contacts étroits entre les individus et ainsi freiner la propagation de la COVID-19.

Pourquoi le port du couvre-visage en classe est-il obligatoire au secondaire en zone rouge?

Actuellement, les jeunes sont surreprésentés dans les cas de COVID-19 et on observe plusieurs situations d'éclosion dans le réseau scolaire, principalement dans les zones rouges. Selon des observations faites sur le terrain et selon la transmissibilité connue à ce jour du virus, les écoles secondaires posent davantage de risques que les écoles primaires.

Au secondaire, les élèves sont plus âgés, ils sont en mesure de porter le masque ou le couvre-visage pour une plus longue période. Ainsi, en zone de niveau d'alerte rouge, le port d'un couvre-visage par tous les élèves du secondaire est obligatoire en tout temps dans les lieux communs, incluant en classe dans leur groupe-classe stable, sur le terrain de l'école et lors des cours à option avec un groupe-classe différent.

On doit réagir maintenant

Pour connaître le niveau d'alerte dans votre région, consultez la carte des paliers d'alerte par région sur ***Québec.ca/paliersalerte***

Québec.ca/zonerouge

1 877 644-4545

Québec

Une saison différente

Monique Théoret

Bilan du Marché de la petite école 2020

Bien sûr, le marché n'a pu afficher ses couleurs habituelles : lieu de rencontre des amis et familles autour d'un repas ou d'une consommation. Découvertes et partages faits lors d'ateliers d'information et de prestations musicales. L'ambiance n'était pas la même, mais le mouvement pour l'achat local, promu à grande échelle, a donné un nouveau souffle aux exposants présents.

La nouvelle structure de l'abri permanent, érigé par la municipalité, a sûrement attiré les gens par son impact visuel saisissant. Comme partout ailleurs, les mesures sanitaires étaient désagréables à faire respecter, nous avions au moins l'avantage de ne pas être masqués car nous étions en plein air.

Voici un bref portrait de la saison

Sept exposants permanents et trois exposants temporaires accueillaient les clients. Malgré l'absence du P'tit pub et du service de restauration, les exposants ont été satisfaits de l'achalandage et de la demande pour leurs produits. Certains clients ont consulté la publication Facebook entretenue hebdomadairement par Isabelle Mandalian pour faire la promotion du marché et de ses exposants.

Nouveauté attendue pour 2021

Les bénévoles Daniel Audet, Louise Pigeon, Sylvain Ross et Daniel Gendron ont participé à la construction d'un four à pain au bois sous la supervision de Pierre Nadeau de Terra Kama. Edmond Yergeau n'a pas mis la main au mortier, il a soutenu par ses encouragements, tout le reste de l'équipe de travail. Vous pouvez voir le résultat fini sous la charpente du chapiteau permanent. C'est grâce à une subvention de 100 ^{o} (initiative de Québec en Forme) que ce projet a pris forme de manière à pouvoir offrir des animations aux : école primaire, garderie, cuisine collective...

Été 2020.
Rémi Alix et Caroline Poirier

Un autre volet de l'utilisation du four à pain au bois est que des jeunes recrues pourront vous régaler en vous préparant des repas style bistro lors de la saison 2021 du Marché de la petite école. C'est un rendez-vous à ne pas manquer.

Trois photos : Isabelle Mandalian

Été 2020. Dominique Pelchat

Été 2020. Monique Gosselin et Denis Rousseau

Le coin lecture

La plus belle histoire du bonheur

André Mathieu

La vie ne vaut d'être vécue que si elle apporte sa part de bonheur. Où peut-on trouver le bonheur? Existe-t-il une recette ou plusieurs recettes, selon chaque individu? La réussite personnelle, l'argent, les plaisirs, la santé, l'espérance de jours meilleurs, ce sont des pistes que chacun explore dans sa vie. Est-ce suffisant pour se dire heureux?

Ce livre nous raconte l'histoire de la recherche du bonheur à travers le temps. Les trois auteurs nous donnent leurs versions, celle du philosophe, du croyant et de l'historien, soit André Comte-Sponville, Jean Delumeau et Arlette Lafarge.

Une première lecture en 2005 et une relecture dernièrement m'ont donné l'occasion de réfléchir à ce qui peut être le but premier de nos vies; n'aspirons-nous pas tous à une vie plus heureuse? R

Aux éditions du Seuil,
LA PLUS BELLE HISTOIRE
DU BONHEUR

Économologis

Un service gratuit pour
les ménages à revenu modeste

Le programme Économologis de Transition énergétique Québec revient pour la saison 2020-2021. C'est un programme saisonnier offert d'octobre à mars. Cette année, environ 400 foyers de l'Estrie recevront la visite d'un conseiller en efficacité énergétique de l'ACEF Estrie.

Tableau des seuils de revenus avant impôt	
Nombre de tous les occupants	Revenu total
1 personne	26 426 $
2 personnes	32 899 $
3 personnes	40 445 $
4 personnes	49 106 $
5 personnes	55 695 $
6 personnes	62 814 $
7 personnes et plus	69 935 $

Suite page 26

Une saison différente

Pour l'année 2020, le Marché de Noël du canton de Lingwick fera relâche.
Nous vous offrons les coordonnées des exposants qui étaient prévus.
Vous pourrez donc les contacter par courriel pour vous procurer vos cadeaux.

Contact	Produits disponibles	Courriel
Mylène Belleau	Masques, sacs à sandwichs et collations	belleaularoche@hotmail.ca
Jacinthe Bolduc	Cartes personnalisées de tout genre	auduc@hotmail.com
Criadorable	Articles faits en laine d'alpaga	Karinegle.kb@gmail.com
Ferme Renaissance	Terrines, rillettes, cretons de sanglier et cerf rouge	info@lafermerenaissance.com
Dominique Pelchat	Articles tissés : linges à vaisselle et de comptoir, serviettes à main, catalognes, etc.	dedoum@outlook.com
Ferme Ô P'tits Soins	Viande de tout genre et œufs frais	fermeoptitssoins@gmail.com
Fumoir de l'étang	Saumon et canard fumés	fumoirdeletang@gmail.com

Et les gagnants sont …

Catherine Bouffard

Comme bien des activités partout au Québec, le congrès de l'AMECQ (Association des médias écrits communautaires du Québec) prévu au début du mois de mai dernier a été reporté en octobre. Mais devant la menace d'une deuxième vague de la COVID-19, il a été annulé.

L'AMECQ a donc choisi de tenir l'AGA (assemblée générale annuelle) et la remise des prix de façon virtuelle les 1er et 2 octobre respectivement. Marcel Langlois et moi avons assisté à l'AGA le jeudi soir. Et le vendredi, c'était la remise des prix de l'AMECQ.

Encore une fois, notre journal a fait bonne figure. Nous étions en nomination pour trois catégories de prix :

Catégorie Opinion (petit tirage) : *Agir pour le verre* de Danielle Leclerc, paru en novembre 2019.

Catégorie Chronique : *La réussite… est toujours un travail d'équipe* de Daniel Audet et Monique Théoret, paru aussi en novembre 2019.

Catégorie Conception graphique, magazine : *Volume 33, numéro 5, juin 2019* par Suzanne Paradis, Jacqueline Pelchat-Bouffard et Ghislaine Pezat.

Nous sommes fiers d'être en nomination parmi autant de journaux communautaires. D'autant plus que le nôtre est entièrement produit de A à Z chez nous, dans notre canton. Nous avons donc remporté le 1er prix pour l'article *La réussite… est toujours un travail d'équipe* de Daniel Audet et Monique Théoret.

Et le 3e prix pour l'article *Agir pour le verre* de Danielle Leclerc.

Félicitations à vous trois pour ces prix grandement mérités. C'est avec honneur que nous les accrocherons à notre mur déjà bien garni.

Nous sommes aussi très fiers de remporter ces prix car c'est la récompense de tous les efforts faits pour produire un journal de qualité.

Que cette fierté vous soit partagée, à vous chères lectrices et chers lecteurs. R

Photo : André Mathieu

21-10-2020. Danielle Leclerc

Deux photos : Catherine Bouffard

2-11-2020. Daniel Audet

2-11-2020. Monique Théoret

Nouvelle opportunité de formation

Formation de base le soir à Weedon pour les gens de 16 ans et plus; le mardi de 18 h à 21 h. Contactez-nous au 819 832-4059.
http://www.csep-hsf.org/

LE CENTRE DE SERVICES ÉDUCATIFS POPULAIRES H.S.F.

Projet «Accès-cible»
offre des formations de mise à niveau depuis le 20 octobre à Weedon, de 18 h à 21 h.

Inscriptions en tout temps

Français, mathématiques, etc. Ces formations sont destinées à tous. Pour les personnes monoparentales, 10 $ par semaine est remis pour les frais de garde.

Hommage

À Martine Fordin

Récemment, j'ai appris le décès de Martine Fordin, survenu en mars dernier. J'ai eu envie de vous partager mes bonnes pensées pour elle.

Martine et le Cochon SouRiant ont été, avec Daniel Audet de la Ruée vers Gould, nos premiers alliés au village. Je me rappelle notre kiosque de légumes devant la petite école en 2009. L'embryon de ce qu'est devenu le Marché de la petite école, aujourd'hui.

Pendant de nombreuses années, le Cochon SouRiant a non seulement accueilli le marché sur son terrain mais il lui a aussi fourni l'eau, l'électricité et s'est impliqué sur son conseil d'administration.

Je me rappelle aussi notre étonnement et notre joie, à Sébastien Alix et moi, de constater que Lingwick avait une vie culturelle ! Dans un si petit patelin, vivaient du théâtre, de la musique, des artistes !

Martine était aussi Madame barbe-à-papa, au plus grand plaisir des enfants lors des fêtes de village au théâtre du Cochon SouRiant ou à la Saint-Jean (fête nationale) au pont couvert.

Pour tous ces beaux souvenirs, je remercie Martine d'avoir fait partie de notre vie ici.

Caroline Poirier,
Ferme Croque-Saisons

2009, kiosque à légumes

2015, Loukace Daigneault, Rémi Alix et Martine Fordin

Deux photos : photographes inconnus

Bio chez nous,
suite de la page 9

6 septembre 2020.
Participant(e)s de l'Expo Champs bio à la Ferme Croque-Saisons

Participant(e)s de l'Expo Champs bio au village de Lingwick

Deux photos : Ariane Paquin

Des nouvelles de votre MRC

Ça bouge dans le Haut!

Projets financés avec le FDT Local

Des municipalités qui se démarquent

Le FDT Local (Fonds de Développement des Territoires dans son volet local) finance les projets soumis par les municipalités qui répondent à des critères précis. Voici la liste des projets retenus au conseil de la MRC de juin.

La politique d'investissement du FDT - Local vise à soutenir les projets de chaque municipalité, projets :

- **visant un ou des objectifs du plan d'action municipal, tel que défini par l'équipe de développement local et approuvé par le conseil municipal**
- **et permettant de rallier tous les acteurs autour d'une vision commune**
- **afin de réaliser des projets innovants apportant une plus-value à la communauté et financés par de multiples partenaires.**

Projet «Café historique»
Municipalité de Dudswell

Coût total : 150 000 $
Municipalité : 50 000 $ (33.3 %)
Partenaires corporatifs : 25 000 $ (16.7 %)
FDT – Local : 75 000 $ (50 %)

Projet «Plan directeur de l'offre de plein air»
Municipalité de Dudswell

Coût total : 30 000 $
Municipalité : 12 000 $ (40 %)
Partenaires corporatifs : 3000 $ (10 %)
FDT – Local : 15 000 $ (50 %)

Projet «Infrastructures de développement du dynamisme villageois – phase 1»
Municipalité de Lingwick

Coût total : 65 991 $
Municipalité : 16 498 $ (25 %)
FDT – Local : 49 493 $ (75 %)

Projet «Légendes et culture d'Écosse – phase 1»
Municipalités de Scotstown et Hampden

Coût total : 13 997.50 $
Municipalités : 1435.15 $ (10.3 %)
FDT – Local : 12 562.32 $ (89.7 %)

Projet «Camping Rivière étoilée – phase 2»
Municipalités de Scotstown et Hampden

Coût total : 63 000 $
Municipalités : 3150 $ (5 %)
FDT – Local : 59 850 $ (95 %)

Centre d'activités et d'échange des générations
Ville de Cookshire-Eaton

Coût total : 191 000 $
Municipalité : 75 157.44 $ (39.3 %)
FDT - Local : 115 842.56 $ (60.7 %)

Projets financés par le PAGIEPS

Lutte contre la pauvreté

En partenariat avec les Alliances pour la solidarité et le ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale

Québec

Grâce au Plan d'action gouvernemental pour l'inclusion économique et la participation sociale 2017-2023 (PAGIEPS), la MRC dispose de 438 791 $ sur 5 ans pour lutter contre la pauvreté. Un appel de projets a eu lieu et 4 projets ont été retenus par le comité «Solidarité HSF».

Continuum HSF

Promoteur :
CDC du Haut-Saint-François

Projet :

Outiller l'ensemble des acteurs du milieu en contact avec les personnes en cheminement vers l'inclusion sociale et économique pour qu'ils puissent les référer adéquatement vers les bonnes ressources

Le Continuum HSF est un projet multisectoriel qui a pour objectif de produire un

Les projets financés par le PAGIEPS du CSEP, de la Relève et de Moisson Haut-Saint-François ont identifié

MRC du Haut-Saint-François 85, rue du Parc, Cookshire-Eaton (Québec) 819-560-8400 www.mrchsf.com

changement de culture dans les organisations, afin de mieux accueillir et accompagner les personnes en cheminement vers l'inclusion sociale et économique. L'intégration de pratiques gagnantes en matière d'accueil, de référence et d'accompagnement favorise l'accessibilité aux ressources et services. Le projet cible l'ensemble des organisations du territoire du Haut-Saint-François qu'elles soient issues du secteur communautaire, municipal, institutionnel, caritatif ou autres.

CSEP Apprendre savoir pouvoir

Accès-cible

Promoteur :

Centre de services éducatifs populaires (CSEP) du Haut-Saint-François

Projet :

Le CSEP proposera des services d'éducation populaire adaptés à des personnes en situation de précarité. Ces services seront offerts, en priorité, aux mères monoparentales peu scolarisées et aux travailleurs / travailleuses du HSF. Accès-cible offrira aux personnes peu scolarisées l'occasion d'améliorer leurs compétences de base grâce à une programmation variée telle que des ateliers de lecture, d'écriture, de calcul, d'informatique, d'éducation financière et citoyenne.

Ce projet s'inscrit bien dans le Continuum de services HSF parce que les usagers des services du CSEP sont référés et souvent accompagnés dans les services d'autres organismes. De plus, les organisations qui constituent le Continuum font en sorte qu'un projet individuel peut rapidement être supporté et développé en collaboration avec d'autres organisations qui offrent des services complémentaires ou à une clientèle similaire. Le Centre de services scolaires des Hauts-Cantons ainsi que le Carrefour jeunesse-emploi du Haut-Saint-François ont déjà manifesté un intérêt à contribuer à «Accès cible» et leur disponibilité pour rencontrer le promoteur.

La Relève du Haut-Saint-François

NOTRE ORGANISME FAMILLE

Travail de proximité

Promoteur :

Relève du Haut-Saint-François

Projet :

Le projet «Travail de proximité 0-100 ans bilingue» a pour objectif de développer un service d'intervention terrain en embauchant deux travailleurs/travailleuses de proximité qui pourront interagir en anglais et en français auprès des personnes vivant en contexte de vulnérabilité, isolées ou éloignées des services.

Le rôle des travailleurs/travailleuses de proximité s'appuie sur un savoir-être et sur une présence répétée dans le temps dans les communautés où ils interviennent. Le lien de confiance que les travailleurs/travailleuses de proximité développent avec les personnes leur permet de les accompagner, à leur rythme et selon les besoins qu'elles identifient pour elles-mêmes, vers des ressources, vers le développement de leur réseau personnel de soutien et vers une meilleure inclusion dans leur communauté.

Dans un projet tel que celui-ci, le Continuum de services fait partie intégrante de son déploiement, car il permettra, tant aux travailleurs/travailleuses de proximité de référer/accompagner vers les services qu'aux organismes dispensant des services de référer les usagers vers eux. C'est l'esprit même du Continuum HSF.

Déjà, il est envisagé que soit créé au sein du Continuum HSF un sous-comité réunissant les travailleurs de proximité qui seront en poste dans le but de décloisonner les services et par le fait même, en faciliter l'accès. Cette rencontre est une action qui illustre bien l'esprit de continuum ; c'est-à-dire permettre à tous les acteurs du milieu de considérer toutes les facettes de la vie des personnes pour les accompagner vers les ressources répondant le mieux à leurs besoins.

Moisson Haut-Saint-François

Structurer, transformer et redistribuer les aliments en fin de vie provenant du HSF en favorisant la mise en mouvement des bénéficiaires de Moisson HSF

Promoteur :

Moisson Haut-Saint-François

Projet :

Récupérer et transformer les aliments en fin de vie afin de les distribuer aux bénéficiaires de Moisson HSF et aux usagers du Frigo-collectif. Ensuite, la création d'un mini-marché pour vendre les produits transformés est envisagée. Ce projet se veut aussi un moyen de mettre en mouvement les bénéficiaires de l'organisme en les impliquant dans la transformation des aliments.

Ce projet s'insère bien dans le Continuum de services HSF parce qu'il donne la possibilité de créer des liens de confiance et de mieux connaître et comprendre les bénéficiaires pour ainsi les guider adéquatement vers les ressources les plus susceptibles de répondre aux besoins qu'ils ont identifiés.

leurs indicateurs de résultats afin de valider l'atteinte de leurs objectifs. La démarche doit produire un effet concret et des répercussions positives dans le milieu quant à la lutte contre la pauvreté.

M.R.C. du Haut-Saint-François engagé vers l'avenir

Novembre 2000

Le Furet

Dans l'éditorial *La faim… justifie les moyens,* Daniel Pezat fait une véritable *montée de lait*. Il se dit en faveur de l'égalité des femmes et des hommes. Le combat que mènent les femmes pour être reconnues à l'égal des hommes est, selon lui, un triste combat. Depuis des siècles, les femmes sont tassées dans les cuisines et les emplois sous-payés. La marche des femmes et autres manifestations n'aboutiront que lorsqu'elles auront les clés du pouvoir. Il conclut son texte en disant : « Les femmes n'auront que ce qu'elles prendront ! »

Joyeuse camaraderie est signé par Laurienne Rousseau-Vachon. À l'occasion du brunch paroissial du 8 octobre, elle se dit émerveillée par la générosité des paroissiens de Lingwick. Toute la communauté a mis la main à la pâte, que ce soit pour la préparation de la nourriture ou de l'organisation de l'activité. Tout s'est fait sous le signe de la bonne humeur et de la camaraderie. Le brunch a rapporté 1 592 $.

Dans la rubrique *Visage au féminin*, Ghislaine Pezat propose *Le bonheur de mes proches*. Gaétane Boucher s'est installée sur sa terre de la route 108 en 1979 avec son mari Bertrand Duquette. Elle voulait avoir cinq enfants, elle en aura quatre. Pour elle, les enfants sont toute sa vie. Elle participe à toutes les activités, été comme hiver. Elle conjugue sa vie de famille avec sa charge d'échevin et la ferme MACK.

Daniel Pezat propose un retour sur le colloque automnal de l'AMECQ (Association des médias écrits communautaires du Québec). Ce colloque portait essentiellement sur une formation en informatique. À cette époque, on parle de Windows 95, de sauvegarder ses travaux sur des disquettes, le logiciel de mise en pages Publisher était alors ce qui se faisait de mieux. Cette formation démystifie le copier-coller, la mise en pages sur trois colonnes, l'utilisation d'une caméra numérique, des avantages de numériser en ROC (reconnaissance de texte) et du traitement de texte sur Word.

Malois et *Nos Mots, Notre âme*, disserte sur le mot arrêt que nous lisons sur les panneaux. Pour lui, arrêt est moins correct que le mot stop entré dans la langue française en 1792.

Dana la moyenne provinciale. Dans ce texte, Céline Gagné, alors enseignante à la polyvalente Louis-Saint-Laurent, fait un examen des résultats scolaires des élèves de juin 1999. Le taux de réussite pour l'ensemble des examens : 87,5 %. Taux de réussite aux examens pour les écoles de milieux semblables : 85,2 %. Taux de réussite au niveau provincial : 87,5 %. Elle précise : « … je ne nie pas qu'il sera toujours possible de s'améliorer. Mais je crois tout de même que nos écoliers sont loin de vivre la situation idéale. Le temps que les élèves passent à se promener dans les autobus, c'est de la fatigue en plus et du temps en moins pour apprendre. »

Marie-Jeanne Breault-Lapointe rapporte dans son texte *De Vie active à Des Roses d'or,* les faits marquants de la journée de secteur à Lac-Mégantic. Cinq membres du conseil d'administration de l'Âge d'Or y ont participé. Conférences, ateliers et discussions ont bien rempli cette journée du 11 octobre 2000.

Claude Blais, Lise Roy et Marie-Jeanne Breault-Lapointe sont allés à la soirée d'Halloween du 31 octobre, à Scotstown. Marie-Jeanne a gagné un prix de présence.

Dans son article *Savez-vous que,* Stéphane Théoret relate les faits marquants de la cinquième saison du théâtre ambulant Le Cochon SouRiant. Il tient à remercier toutes les personnes qui ont de près ou de loin contribué à la réussite de cette saison. Grand ménage à la maison pour la préparation de l'A.G.A (assemblée générale annuelle). Le spectacle *Amatxi raconte* a été présenté à Sherbrooke. Il était aussi présent à la Marche mondiale des femmes, au théâtre Granada, au salon du livre de Sherbrooke ainsi qu'à l'inauguration des murales des jeunes du projet Art Mural 2.

La *Nuit blanche 2000* à la maison des Jeunes est relatée par Édith Blais. 27 octobre 2000, une trentaine de jeunes arrivent costumés et pleins d'entrain. Musique, film, jeux et Internet ont tenu les participants réveillés… enfin, pas tous. Elle remercie les adultes qui ont assuré la surveillance : Ghislaine Pezat, Hélène Gaulin, Michel Vézina et Urbain Desbois.

Centre d'aide aux aînés victimes de maltraitance

La bienveillance

La bienveillance pour prévenir la maltraitance

La bienveillance est un des éléments de prévention contre la maltraitance envers les aînés. Cela se caractérise par des gestes et des attentions du quotidien envers soi et envers autrui : reconnaître nos besoins et les combler, reconnaître nos limites et notre pouvoir, développer la bienveillance envers l'autre.

Bienveillance envers soi : besoin d'amour et d'appartenance

« Réjeanne, c'est ma voisine et mon amie. Je la connais depuis douze ans. Elle est gentille, on joue aux cartes ensemble. Ça fait passer le temps et on jase. Depuis quelques mois, elle a commencé à me demander de l'argent parce qu'elle dit avoir plus de dépenses et que c'est difficile pour elle de payer ses choses. Au début, ça ne me dérangeait pas et je me disais que les amies c'est fait pour ça. En plus, ça la mettait de bonne humeur et elle venait plus souvent me voir.

Maintenant, ça commence à me stresser. J'ai été voir mon compte bancaire et je n'ai presque plus d'économies. Moi qui devais faire réparer mon auto bientôt… Je n'ose pas lui dire que je ne peux plus lui donner d'argent, j'ai peur qu'elle ne veuille plus me parler. C'est ma seule amie. Je ne sais pas quoi faire. J'en ai parlé à mon concierge et il m'a donné le numéro de DIRA-Estrie. Je vais essayer de leur en parler. »

Se sentir aimé par ses proches représente un besoin important, ça favorise un sentiment d'appartenance, nous donne de la valeur et nous sécurise. Malheureusement, il arrive que, pour se faire aimer, nous repoussions nos limites personnelles et que cela nous mette en difficulté. Pour sortir de cette situation, des organismes tels que DIRA-Estrie peuvent vous accompagner pour vous aider à apporter les changements nécessaires.

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

DIRA-Estrie
Centre d'aide aux aînés
victimes de maltraitance
Carrefour des aînés
300, rue du Conseil, bureau 337,
Sherbrooke. 819 346-0679
info@dira-estrie.org
www.dira-estrie.org

Novembre 2000, suite de la page 24

Un texte d'opinion de Colette Boulanger, *Une suggestion*. Elle revient sur un texte paru le mois passé concernant le fonctionnement du conseil municipal. Elle dit qu'il faut d'abord s'informer auprès des gens impliqués avant de critiquer. Elle suggère qu'un rapport d'activité du conseil soit publié régulièrement dans *Le Reflet*.

Le frère Rhéo Bureau nous écrit de Sept-Îles. Il nous propose une réflexion sur l'utilisation ou la compréhension que nous avons de « Pratiques-tu encore ? ». Pour lui, outre l'idée de pratique religieuse, il fait remarquer que nous pratiquons un sport, un métier, les médecins ont leur pratique, un musicien doit se pratiquer régulièrement, tout comme un sportif de haut niveau. Nous oublions souvent le sens des mots.

Jean Boulanger, avec un texte d'opinion, *Que celui ou celle qui n'a péché lui lance la première pierre*, réplique à Céline Gagné et à son texte du mois dernier. Il soutient qu'il ne faut pas juger la vie au conseil de l'extérieur. Les conseillers sont là pour gérer la municipalité et assurer le bien-être de la communauté. L'exercice de la démocratie doit se faire en fonction des normes du ministère des Affaires municipales.

Une bonne personne à la mairie. C'est avec ce titre que Céline Gagné trace un portrait de la personne candidate à la mairie. Cette dernière devrait avoir une bonne expérience des affaires municipales, être capable de gérer les séances du conseil, d'y maintenir une saine discipline pour permettre à tous de s'exprimer et de prendre soin des finances.

Nous faisons bouger les choses. Josée Bolduc, pour les Gais Lurons, fait un bilan des travaux et des activités de l'été dernier. Les bandes du terrain multifonctionnel ont été changées,
le chalet des loisirs s'est refait une beauté, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur. Le Parc-en-Ciel a, lui aussi, pris un coup de jeune. Durant l'été, on se souviendra de la journée d'activités qui s'est terminée par un méchoui et une soirée avec orchestre.

Souvenons-nous.

- Le 17 octobre 2000, Abygäel est née; elle est la fille de Nelly Viens et de Martin Bureau.
- Le 25 mars 2000, Mélanie Lavoie et Alain Thibault se sont mariés. R

Météo locale

Observations de Mme météo

Jacqueline P.-Bouffard

Octobre	2020		2019		2018		2017		2016	
Pluie	139,8 mm		105,8 mm		120,6 mm		153,8 mm		138,2 mm	
Tonnerre	10 et 11		1e 1er		—		le 5		—	
Neige Verglas Giboulée	5,4 cm — 17 et 26		— — —		1,6 cm le 27 le 27		— — —		5,4 cm — le 23	
Brume	7 jours		6 jours		7 jours		8 jours		6 jours	
T° maximale	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°
	10	22 °C	14	20 °C	9	25 °C	4, 22	26 °C	7	26 °C
	15,23	21 °C	11	19 °C	4, 10	22 °C	8,15,19, 23	24 °C	6,12,18, 21	22 °C
	1,6	18 °C	1,2,9,10, 12,21,22	17 °C	5	18 °C	3,5,7, 10,16	22 °C	5,8,13, 19	20 °C
T° minimale	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°	Date	T°
	31	-12°C	5,20	-5 °C	27	-8 °C	12,13, 17	-3 °C	15	-5 °C
	12,28	-7 °C	6,14,27	-4 °C	26	-6 °C	1, 28	-2 °C	11, 26	-3.5°C
	9,18,25,30	-6 °C	3,9,10, 21,26	-2 °C	15,18,19, 21,22,23, 25	-2 °C	2, 3, 21	-1 °C	10, 14, 16, 20	-1 °C
Vents violents	—		—		les 16, 18 et 20		—		—	

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

2016, première moitié du mois : chaud et ensoleillé; deuxième moitié: froid et pluvieux.
2017, visibilité nulle, le 11. La moitié du mois avec des températures au-dessus de 20 °C.
2018, mois froid et pluvieux. Pas d'été des indiens. Encore des merles le 31.
2019, mois assez froid en général avec quelques belles journées ensoleillées.
Une soirée d'Halloween chaude et pluvieuse.
2020, première neige le 17, près de 5 cm. Le 31: jour d'Halloween, pleine lune et changement d'heure. R

Économis, suite de la page 19

Économis comporte deux volets :
- Le premier inclut des conseils pratiques pour économiser en matière de chauffage et d'électricité et la réalisation de travaux légers pour faire face à l'hiver, comme le calfeutrage de fenêtres, l'installation de coupe-froid, l'isolation de prises électriques, etc.
- Le deuxième volet prévoit le remplacement de thermostats mécaniques pour des électroniques, programmables ou non, sous certaines conditions.

Le participant (propriétaire ou locataire) doit respecter les seuils de revenus avant impôt.

Pour le volet 2, il doit également recevoir une facture d'énergie pour le chauffage de son domicile.

Suite page 28

Table de concertation des personnes aînées du HSF

Conseil d'administration

Soumis par Suzanne Paradis, membre de la Table de concertation et résidente de Lingwick

Nouveau conseil d'administration

L'assemblée générale annuelle de la Table de concertation des personnes aînées du Haut-Saint-François qui s'est tenue le 17 septembre 2020, à laquelle participaient, en présentiel, quatorze personnes, a apporté quelques modifications au conseil d'administration qui s'est enrichi d'une nouvelle personne. Nous retrouvons donc Mmes Carole F. Plante, présidente, Suzanne Duranleau, vice-présidente, Suzanne Paradis, trésorière, M. Marcel Grégoire, secrétaire et Mme Lucille Chabot, nouvelle administratrice.

Notre Table de concertation a pour mission d'améliorer l'ensemble des conditions de vie et des services offerts aux aînés afin d'encourager ceux-ci à prendre part aux décisions qui les concernent.

Pour 2019-2020, près de cinq cents personnes aînées ont participé à l'une ou l'autre des conférences/déjeuners-causerie, présentation d'une pièce de théâtre ou d'un film, sans oublier les activités dans le cadre de la Journée mondiale de lutte contre la maltraitance envers les personnes aînées. D'ailleurs, pour souligner cette Journée, quarante-cinq organisations de notre milieu ont signé la charte de la Bientraitance.

Quant aux perspectives pour 2020-2021, la Table étant composée majoritairement de gens aînés, et les personnes qui assistent aux activités l'étant aussi, la COVID-19 rend la tâche un peu plus compliquée. Déjà, des activités ont été reportées, puis annulées. Et comme le dit la présidente, Mme F. Plante, « ...nous étions sur une belle lancée, car grâce au programme Nouveaux Horizons pour les aînés, nous avons pu faire l'achat d'équipements pour mieux répondre aux besoins d'audition et de vision des aînés qui participent à nos activités. Ce n'est que partie remise... ».

Pour répondre au présent contexte, selon les règles sanitaires et la distanciation, la Table travaille pour que quelques activités de sensibilisation sur différentes thématiques puissent voir le jour, soit en présentiel, soit en réorganisation avec le virtuel.

Malgré cette pandémie, les membres de la Table poursuivent les représentations et participations aux différentes Tables régionales et comités. R

Source :
Claude Roy, adjointe administrative
de la Table de concertation
des personnes aînées
du Haut-Saint-François.

Paniers de Noël 2020

Afin de respecter les mesures de distanciation et d'hygiène et pour pouvoir continuer longtemps notre travail ainsi que par souci d'uniformiser nos paniers de Noël sur le territoire de la MRC du Haut-Saint-François, voici le fonctionnement.

Demandes

Moisson Haut-Saint-François

En raison de la COVID-19, nous pouvons faire la livraison aux gens en situation particulière.
819 943-2781 ou
Moissonhsf@gmail.com

53, rue Angus Sud, East Angus

En décembre, les clients réguliers de Moisson HSF obtiendront des paniers bonifiés (horaire régulier), sinon il faut remplir une demande de dépannage. moissonhsf@gmail.com ou 819 943-2781.

Prendre note que la Guignolée des médias 2020 est annulée directement par les instances gouvernementales et les organisateurs; nous installerons des boîtes de cueillette de denrées dans les commerces du territoire et dans certaines écoles. Nous annulons aussi notre campagne de produits de Noël.

Résumé d'un texte de *Katia Palardy*, directrice de Moisson Haut-Saint-François, 53, rue Angus Sud, East Angus

Ministère des Affaires municipales et de l'Habitation

Initiatives locales de vitalisation

Résumé par Catherine Bouffard

Premier appel de projets pour soutenir des initiatives locales de vitalisation.

La ministre des Affaires municipales et de l'Habitation, Mme Andrée Laforest, s'était engagée à créer un nouveau Fonds régions et ruralité (FRR) dans le cadre du Partenariat 2020-2024 : Pour des municipalités et des régions encore plus fortes, communément appelé « pacte fiscal ». Le 30 octobre dernier, elle était fière d'annoncer le lancement du premier appel de projets de l'Aide financière pour des projets locaux de vitalisation, dotée d'une enveloppe de 2,5 M $ pour 2020-2021.

Ce soutien permettra d'agir dans les milieux qui présentent de grands défis économiques. Les initiatives soutenues auront lieu dans une municipalité locale admissible où l'indice de vitalité économique (IVE) est plus faible. La liste complète [1] est disponible sur le site Web du ministère des Affaires municipales et de l'Habitation (MAMH). Le canton de Lingwick fait partie de cette liste.

Cette aide financière pour des projets locaux de vitalisation soutiendra des initiatives structurantes qui favoriseront encore plus le dynamisme des régions. Selon Mme Laforest, ces investissements permettront assurément d'augmenter la vitalité des milieux de vie, que ce soit sur le plan social, touristique ou culturel.

Des initiatives peuvent aussi être financées sur le territoire d'une municipalité locale non couverte par une entente de vitalisation [2]. Ces initiatives doivent contribuer à la vitalité du milieu et être compromises par une difficulté financière empêchant leur réalisation.

Ce soutien financier peut atteindre 50 000 $ et le taux d'aide maximal est déterminé selon le quintile de l'IVE associé à la municipalité locale où se déroule le projet.

Elle invite toutes les entreprises et tous les organismes qui le souhaitent à déposer rapidement leur demande.

> Le premier appel de projets se terminera le 1er décembre 2020 et le deuxième est prévu en février prochain.

Pour déposer une demande dans le cadre de l'Aide financière pour des projets locaux de vitalisation, les organismes admissibles doivent utiliser le formulaire disponible dans la section Axe Vitalisation sur la page Web concernant le volet 4 Soutien à la vitalisation et à la coopération intermunicipale [3] du FRR.

Pour en savoir plus sur les activités du ministère des Affaires municipales et de l'Habitation, suivez-les sur les médias sociaux (Facebook [4], Twitter [5]).

[1] https://www.mamh.gouv.qc.ca/developpement-territorial/fonds-et-programmes/fonds-regions-et-ruralite-frr/volet-4-soutien-a-la-vitalisation-et-a-la-cooperation-intermunicipale/
[2] https://www.mamh.gouv.qc.ca/developpement-territorial/fonds-et-programmes/fonds-regions-et-ruralite-frr/volet-1-soutien-au-rayonnement-des-regions/gestion-regionale/
[3] https://www.mamh.gouv.qc.ca/developpement-territorial/fonds-et-programmes/fonds-regions-et-ruralite-frr/volet-4-soutien-a-la-vitalisation-et-a-la-cooperation-intermunicipale/%20
[4] https://www.facebook.com/AffairesMunicipalesHabitation
[5] https://twitter.com/MAMhQC/

Économologis, suite de la page 26

Aucun occupant du logement ne doit avoir reçu la visite d'un conseiller dans le cadre du programme Économologis ou d'un programme de même nature géré par Transition énergétique Québec, et ce, au cours des cinq dernières années ou des trois dernières années s'il a déménagé.

Pour obtenir plus d'information et prendre rendez-vous avec un conseiller, communiquez avec l'ACEF Estrie au 819 563-1585 ou appelez Transition énergétique Québec au 1 866 266-0008.
Tous les détails du programme sont accessibles à econologis.gouv.qc.ca.
En Estrie, le programme est livré par l'Association coopérative d'économie familiale (ACEF Estrie), qui privilégie la défense et la promotion des droits et des intérêts des consommateurs avec un souci particulier pour les personnes à faible ou moyen revenu.

Source : *Hugo Payeur*, 819 563-8144

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
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 Rousso, photographe
www.manonroussophotographe.com
Magasin général Morin
www.magasingeneralmorin.com
Régie incendie des rivières :
http://regiedesrivieres.ca

SVP, nous faire nous connaître votre site Web et nous le publierons gratuitement. Merci.

Hon. Marie-Claude Bibeau
DÉPUTÉE COMPTON • STANSTEAD M.P.
MINISTRE DE L'AGRICULTURE ET DE L'AGROALIMENTAIRE
MINISTER OF AGRICULTURE AND AGRI-FOOD

819 347-2598
www.mcbibeau.liberal.ca
mclaudebibeau
175, rue Queen, bureau 204
Sherbrooke (Québec) J1M 1K1
marie-claude.bibeau@parl.gc.ca

Carte simple ou double
N&B ou couleur
Coordonnées en page deux
819 877-3560
info@lereflet.org

Le Reflet du canton de Lingwick

25 $ pour une carte professionnelle pour un an.
50 $ pour une carte double.
50 $ pour une carte simple en **couleur**.
100 $ pour une carte double en **couleur**.
6 parutions par année. 290 copies imprimées chaque fois.
Reçus émis. 819 877-3560. info@lereflet.org

Voeux des fêtes : ¼ de page, 30 $; ½ page, 55 $; une page, 100 $. Pour la couleur il faut doubler le coût.

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

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

La Pisciculture Magnétique inc.
119, route 108, Lingwick
819 312-8300
Producteur d'omble de fontaine

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

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

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
Téléc. : 418 486-2115

RAMONAGE MALEX Enr.

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

MEMBRE
APECS
RBQ # : 8291-1900-11

Éric Pelletier, prop.
Tél. : 819 657-4578
Cell. : 819 582-9206
785, ch. du Cimetière,
Milan, QC, GOY 1E0

494, 2e Avenue, Weedon, QC, J0B 3J0
CMMTQ
PLOMBERIE GILLES PHANEUF
Vente et réparation de pompes à eau. Traitement d'eau.
Système de chauffage à air pulsé et à eau chaude.
Système de chauffage radiant dans les planchers.
819 877-2483 gpplomberie@Live.ca

J.N. Denis inc.
SOUDURE GÉNÉRALE ET MÉCANIQUE
Machinerie lourde, forestière
Suspension de camions et remorques
Fabrication de boyaux hydrauliques
Système d'air climatisé
Réparation de véhicules récréatifs
Tél. : 819 877-2433
169, 2e Avenue (rte 112), Weedon

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

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

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.
819 872-3873 1 866 663-3873
661, route 108, Bury, QC, J0B 1J0
www.aubergelorchidee.com

Café l'Orchidée
Café
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 information
Isabelle ou Mario

Auto PLACE
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,
OTO BOX
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
atelierrn6522626@gmail.com

Sans frais 1 800 363-4228
819 877-2378 Pompes à béton
Béton préparé et coffrage
Déménagement de maisons
Léo Barolet & Ciés
Excavation
Léo Barolet, président
250, 2e Av., Weedon
Grue 22 tonnes
Terre et gravier

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

Affûtage Bédard
Mario Bédard, prop.
425, route 108
Stornoway, QC
AFFÛTAGE BÉDARD
G0Y 1N0
819 652-2855 affutagebedard@outlook.fr
Planeur, *chipper*, mèches à entailler
Aiguisage de scie à ruban et de couteaux

AUBERGE RESTAURANT
La Mara
127, Gosford Sud, **Ham Sud** **819 877-5189**
www.aubergelamara.com (4 saisons)
aubergerestaurantlamara@gmail.com

Logements Lingwick
89, route 108
12 logements : 3½
À louer : à court, moyen
ou long terme
½ 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
Matériaux granulaires
Transport
Excavation
Chemins et
drainage forestier
Fosses septiques
Clément : **819 820-9215**
Yves : **819 820-9216**
Gérémy : **819 583-7256**
Bureau : 819 652-2451

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

CLD HAUT-SAINT-FRANÇOIS
Centre local de développement
Tél.: 819 560-8500
61, rue Laurier
East Angus (Qc)
J0B 1R0
LE SOUTIEN NÉCESSAIRE POUR RÉALISER VOS PROJETS D'ENTREPRISES OU COLLECTIFS
www.cldhsf.com

Tél. : 819 877-2929
tra08737weedon@sobeys.com
• LES MARCHÉS •
Tradition
Marché Lagassé
285, 2e 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
aucoeurduhameau@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
DENIS ROUSSEAU
819 822-9241/819 877-2849
LINGWICK
Service de laser
ripel
terriere
bocket en V

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

Geneviève Lussier
GraphAlba
Design graphique/Web
& projets connexes
(Traitement de photo
Mise en page documents variés
Tableaux de calculs & formulaires
Montage audio-vidéo de base, etc.)
Portfolio
www.graphalba.com
We speak english
Lingwick - 819 877-2919 - graphalba@gmail.com

Catherine Bouffard, Dt.P.
Diététiste-nutritionniste (B.Sc.)
Membre de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec
Approche personnalisée ou en groupe
Courriel : bou.cath80@gmail.com
Tél. : 819 238-7192

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

Dre Roxanne Morin, chiropraticienne
Courriel : roxannemorin.dc@gmail.com
DreRoxanneMorinChiropraticienne

www.fermearcenciel.ca
Viande ovine et porcine,
poulets de grains, oeufs frais.
Ferme Arc-En-Ciel
1848,1er rang, Weedon
1 450 531-9538

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

CHRISTIAN BOLDUC AUTO inc.
Cell. : 819 572-3099
819 877-3847
www.autochristianbolduc.com
Vente - échange - mécanique générale
Financement sur place
129, 2e 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
Miraco
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 spaghettis
Pizza, poulet frit, sous-marins

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

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

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

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

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

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

POMPES ET TRAITEMENTS D'EAU
Bureau
Tommy Bureau, prop.
#RBQ 5669-1439-01
www.eau-bureau.com
819.674.0311
Installation nettoyage et réparation de puits

Manon Roussé
Maître Photographe Émérite
- Photos de famille et scolaire
- Cours de photographie

819 877-3495
www.manonroussophotographe.com

Maréchal-ferrant
Mathieu Boulanger
Diplômé de l'ITA
Chevaux légers et lourds
6, ch. Fontainebleau,
Lingwick
Tél. : 819 877-3715

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

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

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

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

Ferme Croque-Saisons
Caroline et Sébastien
819 640-5254
111, route 108, Lingwick
www.croque-saisons.com
Légumes bio et œufs bio

Frédérick 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
Lingwick, QC J0B 2Z0
819 877-2400
www.caexpert.com
info@caexpert.com

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

Dodge Chrysler Jeep Ram
CPO Étoiles
Weedon Auto
La clé de la confiance
Vente
neuf, usagé.
Pièces - Service
Carrosserie
Tél. : 819 877-2833
www.weedonauto.com
info@weedonauto.com

Sirop et produits d'érable disponibles à l'année.
ferme MACK
Monsieur Érable
Mr. Maple
Props : famille Duquette
819 582-9419
micduq@gmail.com
124, route 108,
Lingwick, QC, J0B 2Z0

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