

# L'AMI

**Janvier 2020**

 MUNICIPALITÉ DE  
NOTRE-DAME-DE-STANBRIDGE  
*Une communauté entre champs et rivière*

*Bonne  
Année* 2020

## **Brunch annuel / des pompiers**

**de Notre-Dame  
de-Stanbridge**



À la salle municipale au 900 rue Principale  
Notre-Dame-de-Stanbridge

**Le dimanche  
26 janvier 2020**

**De 9h00 à 13h00**

Admission \$13.00 (adultes)  
\$6 (enfants de 5 à 12 ans)  
Gratuit (5 ans et moins)



## **ASSEMBLÉE ANNUELLE Comité des Loisirs**

**URGENT:** besoin de nouveaux membres  
au sein du comité.

Vous êtes invités à la 58<sup>ième</sup>  
Assemblée générale annuelle  
du comité des Loisirs.

**Le mardi 28 janvier 2020  
à 19h00**

À la salle du conseil, 900 rue Principale,  
Notre-Dame-de-Stanbridge

***Bienvenue à tous !***



## HEURES D'OUVERTURE DU BUREAU MUNICIPAL

LUNDI - MERCREDI - JEUDI :  
de 8h00 à 12h00 et de 13h15 à 17h00

Tél.: 450 296-4710 / Télécopieur : 450 296-5001  
Adresse courriel : [notredamedestanbridge@videotron.ca](mailto:notredamedestanbridge@videotron.ca)  
Site internet : [www.notredamedestanbridge.qc.ca](http://www.notredamedestanbridge.qc.ca)

***Pour rejoindre l'inspecteur en voirie:*** M. Réal Pinsonnault cell.: 450 357-6358

***Vous pouvez venir rencontrer l'inspectrice en bâtiment et en environnement***  
Mme Évelyne Tremblay les lundis de **8h30 à 12h00**

Vous pouvez aussi consulter les procès-verbaux, les règlements ainsi que les règlements d'urbanisme sur le site web de la municipalité.

## CALENDRIER DES ASSEMBLÉES DES DIFFÉRENTS ORGANISMES DE LA MUNICIPALITÉ EN 2020



**Conseil municipal:** Le lundi 3 février à 19h30 à l'Hôtel de ville.

**Comité des Loisirs:** Le mardi 4 février à 19h00 aux Loisirs

**Comité du CDS:** Les mercredi 19 février à 19h00 à l'Hôtel de ville  
*(toujours valider les dates des réunions sur le site web de la municipalité).*

**Fabrique:** Le mardi 11 février à 19h à la Sacristie

### *Pour tout savoir à Notre-Dame-de-Stanbridge*

1. Lire l'Ami, votre journal
2. Visiter [www.notredamedestanbridge.qc.ca](http://www.notredamedestanbridge.qc.ca)
3. Voir le Babillard chez AXEP
4. Participer aux projets du comité de développement stanbridgeois

L'AMI

Heure de tombée pour le journal L'AMI : Remettre vos articles pour le dernier vendredi du mois.  
Pour l'AMI du mois de février 2020 ce sera vendredi 31 janvier 2020,  
par courriel : [notredamedestanbridge@videotron.ca](mailto:notredamedestanbridge@videotron.ca)

*Le journal L'AMI est distribué en 305 exemplaires dans Notre-Dame-de-Stanbridge.*

**Collaborateurs(trices)** Sylvie Poulin: *graphiste, mise en page*, [ressources.nds@videotron.ca](mailto:ressources.nds@videotron.ca)  
Jacques DeLadurantaye: *photographe*.  
Carole Dansereau, Ginette S. Gendreault, Gisèle Bonhomme, Eve Paquin.  
Suzanne Marcoux: *correction*

# Calendrier des activités de loisirs, culture et vie communautaire du 15 janvier 2020 au 15 février 2020

Assemblée du conseil municipal, Assemblée Comité Développement Stanbridgeois ; 900 rue Principale, Hôtel de ville.  
Assemblée Comité des Loisirs, Cours de Zumba, BootCamp, Bingo, Karaté, Jeux de cartes et de société  
et Bibliothèque municipale : au Locaux des Loisirs, 750 rue Gauvin.

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
			<b>15 JANVIER</b> <b>Bibliothèque</b> 17h à 18h30 au local des Loisirs <hr/> <b>Zumba Loisirs</b> À 18h30 <hr/> <b>Assemblée CDS</b> À 19h à l'Hôtel de ville	<b>16 JAN</b> <b>Bingo : 14h00</b> aux Loisirs <hr/> <b>BootCamp</b> aux Loisirs à <b>18h30</b>	<b>17 JAN</b> <b>Jeux de cartes</b> aux Loisirs 13h30 à 16h30	<b>18 JAN</b> <b>Bibliothèque</b> 10h à midi au local des Loisirs
<b>19 JAN</b>	<b>20 JAN</b> <b>NOUVEAU</b> <b>COURS</b> <b>DE KARATÉ</b> 18h30 à 19h20 (enfant) aux Loisirs 19h30 à 21h (adulte) aux Loisirs	<b>21 JAN</b>	<b>22 JAN</b> <b>Bibliothèque</b> 17h à 18h30 au local des Loisirs <hr/> <b>Zumba Loisirs</b> À 18h30	<b>23 JAN</b> <b>Bingo : 14h00</b> aux Loisirs <hr/> <b>BootCamp</b> aux Loisirs à <b>18h30</b>	<b>24 JAN</b> <b>Jeux de cartes</b> aux Loisirs 13h30 à 16h30	<b>25 JAN</b> <b>Bibliothèque</b> 10h à midi au local des Loisirs
<b>26 JAN</b> <b>BRUNCH</b> <b>POMPIERS</b> de 9h à 13h Salle communau- taire, 900 rue Principale	<b>27 JAN</b> <b>COURS</b> <b>DE KARATÉ</b> 18h30 à 19h20 (enfant) aux Loisirs 19h30 à 21h (adulte) aux Loisirs	<b>28 JAN</b> <b>Assemblée gé-                      nérale annuelle                      des Loisirs</b> 19h, salle du conseil 900 rue Principale	<b>29 JAN</b> <b>Bibliothèque</b> 17h à 18h30 au local des Loisirs <hr/> <b>Zumba Loisirs</b> À 18h30	<b>30 JAN</b> <b>Bingo : 14h00</b> aux Loisirs <hr/> <b>BootCamp</b> aux Loisirs à <b>18h30</b>	<b>31 JAN</b> <b>Jeux de cartes</b> aux Loisirs 13h30 à 16h30	<b>1 FÉVRIER</b> <b>Bibliothèque</b> 10h à midi au local des Loisirs
<b>2 FÉV</b>	<b>3 FÉV</b> <b>Assemblée                      du conseil                      municipal</b> 19h30 <hr/> <b>COURS</b> <b>DE KARATÉ</b> 18h30 à 19h20 (enfant) aux Loisirs 19h30 à 21h (adulte) aux Loisirs	<b>4 FÉV</b> <b>Assemblée                      Loisirs</b> 19h00 aux Loisirs	<b>5 FÉV</b> <b>Bibliothèque</b> 17h à 18h30 au local des Loisirs <hr/> <b>Zumba Loisirs</b> À 18h30	<b>6 FÉV</b> <b>Bingo : 14h00</b> aux Loisirs <hr/> <b>BootCamp</b> aux Loisirs à <b>18h30</b>	<b>7 FÉV</b> <b>Jeux de cartes</b> aux Loisirs 13h30 à 16h30	<b>8 FÉV</b> <b>Bibliothèque</b> 10h à midi au local des Loisirs
<b>9 FÉV</b>	<b>10 FÉV</b> <b>COURS</b> <b>DE KARATÉ</b> 18h30 à 19h20 (enfant) aux Loisirs 19h30 à 21h (adulte) aux Loisirs	<b>11 FÉV</b> <b>Assemblée                      De la Fabrique</b> 19h00 à la Sacristie	<b>12 FÉV</b> <b>Bibliothèque</b> 17h à 18h30 au local des Loisirs <hr/> <b>Zumba Loisirs</b> À 18h30	<b>13 FÉV</b> <b>Bingo : 14h00</b> aux Loisirs <hr/> <b>BootCamp</b> aux Loisirs à <b>18h30</b>	<b>14 FÉV</b> <b>Jeux de cartes</b> aux Loisirs 13h30 à 16h30	<b>15 FÉV</b> <b>Bibliothèque</b> 10h à midi au local des Loisirs

# MOT du Maire

En ce début d'année, je veux vous souhaiter tous mes vœux de bonheur, santé et prospérité.

L'année 2019 fut bien remplie et le conseil travaille fort pour tenir votre municipalité dynamique. Ça demande beaucoup de travail afin d'arriver à structurer un projet, pour lui faire prendre forme. Des heures de casse tête pour des demandes de subvention, des rencontres avec nos députés. Notre directrice générale travaille fort elle aussi pour nous aider à réaliser ses projets.



L'année qui vient sera chargée, de beaux projets s'en viennent, dont le jardin communautaire intergénérationnel, qui fera partie de MADA (Municipalité amie des aînées) ainsi que nos jeunes de l'école.

Cette année nous allons travailler sur notre site d'assainissement des eaux. Depuis plusieurs années, notre site n'est pas conforme au rejet du phosphore selon de nouvelles normes. Nous sommes présentement à étudier du type de système qui sera en remplacement. Nous allons devoir cogner aux portes de Ministère pour avoir des subventions. Nous vous tiendrons au courant au cours de l'année.

De plus, je vous invite à prendre rendez-vous avec moi au (450) 296-4710 pour vos besoins d'informations sur n'importe quel dossier de la municipalité, ou vous pouvez assister à une de nos réunions du conseil, que ce soit pour des questions, des inquiétudes ou pour apporter vos bonnes idées.

En terminant, j'aimerais féliciter notre organisme des loisirs, pour avoir si bien illuminé le parc derrière notre hôtel de ville. J'ai eu énormément de félicitations de gens d'un peu partout. Les gens ont trouvé cela très beau. La tradition s'est poursuivie avec le Père Noël qui s'est déplacé chez nous pour donner des cadeaux à nos enfants. Ça prouve que nos enfants ont été sages pour que le Père Noël se déplace jusque chez nous.

Encore une fois une très bonne année 2020 à vous tous  
Daniel Tétreault, Maire

## Résumé de la séance ordinaire du Conseil municipal du 13 janvier 2020

- La Municipalité a adopté une politique de prévention du harcèlement de l'incivilité et de la violence au travail ;
- Un avis de motion a été déposé concernant un projet de règlement no 434-20 modifiant le règlement no 315-08 intitulé Zonage, afin d'intégrer les modifications apportées au schéma d'aménagement et de développement révisé relatives aux territoires incompatibles à l'activité minière ;
- Appui au CDS pour la demande de subvention au Programme Soutien aux actions favorisant les saines habitudes de vie (jardin intergénérationnel) ;

Voici un résumé des règlements adoptés lors de l'assemblée du 13 janvier 2020 :

**431-20 concernant la rémunération des élus** Augmentation du salaire des élus municipaux de 2.5%.

### **432-20 sur l'imposition des taxes municipales et le taux d'intérêts applicable pour l'année 2020**

Il sera prélevé sur tous les immeubles imposables de la municipalité :

- **une taxe foncière générale** de 0.5890\$ du cent dollars d'évaluation ;
- **une taxe foncière à l'ensemble** pour le service de la dette de 0,01064 \$ du cent dollars d'évaluation.

Il sera prélevé sur tous les **immeubles imposables concernés par le réseau d'égout sanitaire municipal**

- une taxe selon le frontage de 6.10\$ le mètre, si le frontage est supérieur à 37,50m les premiers 37,50 m seront taxés à 100% et l'excédent sera taxé à 50%.
- une taxe selon le nombre d'unité taxable, pour 1 unité le montant est de 78.18\$.
- une taxe d'entretien pour l'assainissement des eaux usées de 239.22\$ par unité;

Les taxes de plus de 300\$ pourront être payées en 4 versements ;

Le taux d'intérêts pour 2020 est maintenu à 12%.

### **433-20 concernant la collecte des matières résiduelles dans la Municipalité et la compensation à appliquer pour l'année 2020**

- La collecte des matières recyclables se fera dans des bacs roulants bleus de 360 litres, une fois par deux semaines, le jeudi.
- La collecte des ordures ménagères se fera dans des bacs roulants une fois par mois, le mercredi.
- La collecte des matières organiques se fera dans des bacs roulants bruns de 240 litres, les lundis une fois par semaine du mois d'avril au mois d'octobre inclusivement et aux deux semaines pour les autres mois ;

- Le montant de la compensation soit 59.03\$ pour les ordures ménagères, 89.34\$ pour le recyclage et de 97.15\$ pour les matières organiques, sera prélevé sur chaque unité de logement ou sur chaque unité de commerce (à l'exception des matières organiques) portant un numéro civique dans les limites de la Municipalité.
- Tout contribuable (particulier ou entreprise), pour chaque numéro civique distinct, qui en permanence dépose plus que l'équivalent d'un bac de 360 litres d'ordures ménagères, de matières recyclables à chaque collecte sera taxé en conséquence ou de matières organiques. C'est à dire : pour l'équivalent de 2 bacs de 360 litres un montant de deux fois la compensation de base et ainsi de suite.

Commentaires: Si vous mettez régulièrement à chaque collecte plusieurs bacs (ou l'équivalence de plusieurs bacs), la taxe sera ajustée en fonction du nombre de bacs (ou l'équivalence) qui seront ramassés.

\*\*\*\*\*

### *Une centenaire dans notre municipalité.*

Mme Germaine Gendron (Fontaine) qui habite à la résidence Duhamel de Notre-Dame-de-Stanbridge a fêté son centième anniversaire de naissance.

Pour cette occasion, Mme Johanne Duhamel, propriétaire de l'établissement pour personnes âgées, avait invité M. Daniel Tétreault maire de la municipalité.

Mme Germaine Gendron (Fontaine) est née le 12 janvier 1920

*Joyeux centième anniversaire*





## Le Comité de Développement Stanbridgeois

Par: Carole Dansereau

### Jardin pédagogique intergénérationnel

Le projet consiste à mettre en place, au cœur du village, un jardin pédagogique intergénérationnel. Il sera situé derrière l'église, adjacent à l'école. Cet espace sera partagé entre les élèves et les citoyens.

#### Nous proposons de:

Partager nos connaissances horticoles ;

Mettre en commun et partager des plantes que nous possédons pour les installer dans le futur jardin pédagogique intergénérationnel ;

Présenter huit ateliers horticoles sous la supervision d'une personne ressource ;

Présenter dans le cadre du projet « *De la fourche à la fourchette* » six ateliers culinaires sous la supervision d'une personne ressource ;

Cuisiner les produits du jardin en offrant des ateliers culinaires de transformation et des ateliers de cuisines thématiques ;

Diminuer le gaspillage alimentaire en utilisant les surplus alimentaires du Marché Gendreau ;

D'améliorer notre condition physique en offrant trois ateliers d'exercices physiques à privilégier lorsque nous travaillons dans le jardin, sous la supervision d'une personne ressource ;

D'organiser au cours de la saison estivale et automnale cinq événements rassembleurs, dont un repas communautaire réalisé en collaboration avec les élèves et les citoyens (La Fête des Récoltes).



### **APPEL À TOUS !!!**

Nous sommes à la recherche d'outils et d'instruments pouvant servir au jardinage, tels que :

Brouette, pelles, râteaux, sarcloir, etc.-



Aussi, comme il y aura des *ateliers culinaires* nous recherchons des accessoires de cuisine:

marmites, plaques à biscuits, gros bols, planche à découper, vaisselles, ustensiles etc...



Vous déménagez, videz la maison, ou vous ne les utilisez plus.

Contactez : Pauline :450-296-4567 [bonomapal@hotmail.com](mailto:bonomapal@hotmail.com)

Carole : 450-248-4692 [carole.dansereau@gmail.com](mailto:carole.dansereau@gmail.com)



## Le Comité de Développement Stanbridgeois

Par: Carole Dansereau

### Notre première levée de terre a été tournée !

Merci du fond du cœur aux vingt-cinq citoyens qui ont affronté le dimanche 19 janvier, froid et neige pour venir partager leur point de vue sur notre futur jardin pédagogique intergénérationnel.

Plein d'idées, de partages de connaissances, d'expériences tant en ressources humaines que matérielles, ont fait l'objet de cette rencontre. Bref beaucoup de générosité et de chaleur humaine, remplissait cette salle, ce matin-là!

Ce n'est qu'un début! Nous vous invitons à nous suivre! Ne manquez surtout pas le prochain Ami. Une date de rencontre sera indiquée pour un atelier sur les semis. Un rendez-vous à ne pas manquer.

Carole Dansereau,  
Pour le Comité de développement Stanbridgeois





## Le Comité de Développement Stanbridgeois

### Barrage à lamproie, saison 2019

Le premier tableau rapporte le décompte annuel des lamproies adultes capturées à la barrière installée sur le ruisseau Morpion. Résultats entre 2014 et 2019.



**Tableau- 1**

Année Barrière Morpion	Date d'installation	Date de la Première prise	Date de la Dernière prise	Abaissement des grilles – la date	Nombre annuel des captures
2014	Avril-25	Mai-9	Juin-13	Juin-18	134
2015	Mai - 1er	Mai-4	Juin-8	Juin -29	248
2016	Avril -20	Avril-22	Mai-31	Juin-16	140
2017	Avril -25	Avril-27	Mai-26	Juin-26	30
2018	Mai -9	Mai-10	Juin -1e	Juin -19	40
2019	Mai-7	Mai-10	Juin-17	Juillet-1	177

### La capture de larves et d'ammocètes ,(jeunes en transformation)

Ce tableau # 2 est une estimation pondérée des captures liées à une surface prédéterminée du site # 2 et sur deux TYPES d'habitat (sol du fond de rivière ) **entre le rang Saint-Charles et le barrage au village de Notre-Dame-de-Stanbridge.**

**Tableau – 2**

Lieu Rivière au Brochet	Fond type -I densité larvaire par mètre carré	Fond type-II densité larvaire mètre carré	Population lamproies larvaires estimée	Population d'ammocète estimée
Site-2 en 2014	2.183	0.414	27,133	487
Site-2 en 2015	1.417	0.067	12.583	146
Site- 2 en 2016	0.083	0.226	13,124	6,010
Site-2 en 2017	0.283	0.133	5,515	2,652
Site-2 en 2018	0.500	0.200	2,405	323
Site-2 en 2019	0.617	0.067	3,732	518

### Captures de larves et d'ammocètes dans le ruisseau Morpion.

Pour dénombrer les quantités présentes dans les eaux du ruisseau, la démarcation se situe entre le confluent de la rivière aux Brochets à Notre-dame et sa source à Béranger, soit sur une distance de 29,5 km.

Les estimations calculées pour 2019 donnent des densités de population de 53,057 larves et de 3,151 ammocètes, ou jeunes en croissance.

Un rapport de BJ.Allaire biologiste pour la US Fish and Wildlife Service. Traduction libre J.deladurantaye pour le CDS.





# Service Incendie



## Cuisez en toute sécurité

*Une envie de frites maison peut transformer votre demeure en véritable brasier!*

La plupart des feux de cuisine sont malheureusement causés par des chaudrons d'huile bouillante sur des cuisinières très chaudes. Ces incendies peuvent être heureusement prévenus par un investissement modeste dans un appareil de cuisson à l'huile et à la graisse muni d'un thermostat et homologué.

### *Friture et huile de cuisson*

Il est important de savoir que de cuisiner avec un chaudron d'huile sur une plaque de cuisinière à température élevée représente un risque. En quelques secondes, l'huile peut surchauffer et du même coup s'enflammer et provoquer rapidement un incendie qui devient impossible à maîtriser.



Il serait donc beaucoup plus sécuritaire de **ne jamais faire chauffer de l'huile ou de la graisse dans un chaudron sur une plaque de la cuisinière.**

**Utiliser une friteuse homologuée** et de bien suivre les directives du fabricant pour l'utilisation, l'entretien et le nettoyage de cette dernière.

### Règles de sécurité

- Soyez toujours très prudent et vigilant lorsque vous cuisinez avec de l'huile ou de la graisse :
- Gardez à portée de la main un couvercle ou une plaque à biscuits afin de couvrir le chaudron ou la poêle à frire si le contenu prend feu.
- Si vous voyez des flammes, ne déplacez jamais le chaudron ou la poêle à frire, le mouvement risque fortement de propager l'incendie.
- Éteignez la chaleur et laissez le contenant refroidir et surtout, **ne jetez JAMAIS d'eau sur un feu d'huile ou de graisse;** cela attiserait fortement les flammes, risquerait de propager l'incendie et vous causerait des blessures graves. Bien sûr, si cela se produit, avisez sans délai les services d'urgence.
- Ne laissez pas d'objets qui pourraient prendre feu tels que papier essuie-tout, rideaux et linges à vaisselle sur la surface de travail autour de la cuisinière.
- Tournez les poignées des contenants utilisés pour la cuisson vers l'intérieur, au-dessus des comptoirs, afin d'éviter de les renverser ou de se brûler.
- N'utilisez jamais votre cuisinière comme appareil de chauffage.



### Source

#### *Les hottes de cuisinière*

- Les hottes de cuisinière doivent être **bien installées** et raccordées à un **conduit menant à l'extérieur.**



- Les hottes conçues et destinées à ventiler, à l'intérieur du bâtiment, sont munies de **filtres à charbon** qui doivent être nettoyés et remplacés régulièrement.
- Assurez-vous de toujours de garder la **hotte propre** tout comme le dessus de votre cuisinière.

### **Cuisson au four**

- Il est important de **garder votre four le plus propre possible**; l'accumulation de résidus d'éclaboussures de graisse et d'aliments peut s'enflammer à haute température et, du même coup, mettre le feu au four.
- **Suivez les directives de cuisson** au four pour la recette ou le produit que vous désirez faire cuire.
- Lorsque vous utilisez le grilloir :  
placez la **grille à au moins 50 mm (2 pouces)** de l'élément du grilloir.  
placez toujours **un récipient sous la grille** pour recueillir la graisse.  
n'utilisez **jamais de papier d'aluminium** puisque la graisse qui s'y accumule peut s'enflammer.
- **Si le contenu de votre four s'enflamme**, fermez la chaleur du four, gardez la porte du four fermée, et téléphonez aux services d'urgence pour obtenir du secours.



### **Feux de four micro-ondes**

- N'utilisez **pas de papier aluminium** ou de contenant en métal dans votre four à micro-ondes.
- Faites **attention aux étincelles** qui peuvent mettre le feu à un essuie-tout ou à la nourriture.



### **Si le contenu prend feu :**

- **Gardez la porte du four fermée** et débranchez le four à micro-ondes.
- Avant de le réutiliser, faites-le vérifier par un réparateur qualifié qui pourra déterminer s'il y a des dommages ou non.
- **Manipulez les aliments cuits** dans un four micro-ondes **avec prudence**. Certains aliments se réchauffent plus rapidement que d'autres et parfois les contenants aussi peuvent avoir absorbés beaucoup de chaleur.

N.B. N'oubliez pas le déjeuner organisé par les pompiers Dimanche le 26 Janvier 2020, comme vous le savez les profits sert à faire l'achat d'équipement pour le Service Des Incendies. Dites-vous qu'avec l'achat d'un billet, vous avez un bon repas et vous participez à une activité sociale de la communauté. Vous aussi, vous faites de la prévention incendie en contribuant à L'achat de matériel pour mieux protéger des incendies de la municipalité. Lors du déjeuner, si vous avez des questions n'hésitez pas à nous les demander, au plaisir de se rencontrer.

Pierre Le Blanc t.p.i.  
Service Des Incendies  
Notre-Dame-de-Stanbridge



## **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE**

*Vous êtes invités à la 58<sup>ième</sup> assemblée générale annuelle  
du comité des Loisirs.*

**Mardi le 28 janvier 2020 à 19h00**

Dans la salle du conseil, au 900 rue Principale, Notre-Dame-de-Stanbridge

**Directeurs sortants rééligibles :** Michel Bellavance, Patrick Girard, Martin Arseneault  
2 postes vacants à combler

*Vous voulez faire partie d'un comité dynamique qui organise des activités tant pour  
les aînés que pour tous les groupes d'âge ? Venez faire équipe avec nous !*

*Nous recherchons des personnes qui ont à cœur le bien-être et  
l'activité physique et qui ont de nouvelles idées à proposer.*

*Nous vous attendons à notre assemblée générale annuelle.*

**VOUS ÊTES NOUVELLEMENT ARRIVÉS DANS NOTRE MUNICIPALITÉ,  
VOUS ÊTES LES BIENVENUE AUPRÈS DE NOTRE COMITÉ**

### ***Du volleyball intérieur à Notre-Dame ça vous intéresse ?***



Le comité des Loisirs aimerait connaître l'intérêt des gens pour des joutes de volleyball qui se dérouleraient dans le gymnase de l'école à 18h30 une fois par semaine, soit le mardi ou le mercredi, dès début février.

Vous êtes intéressés, communiquez avec :

*Sylvie au 450-296-4710*



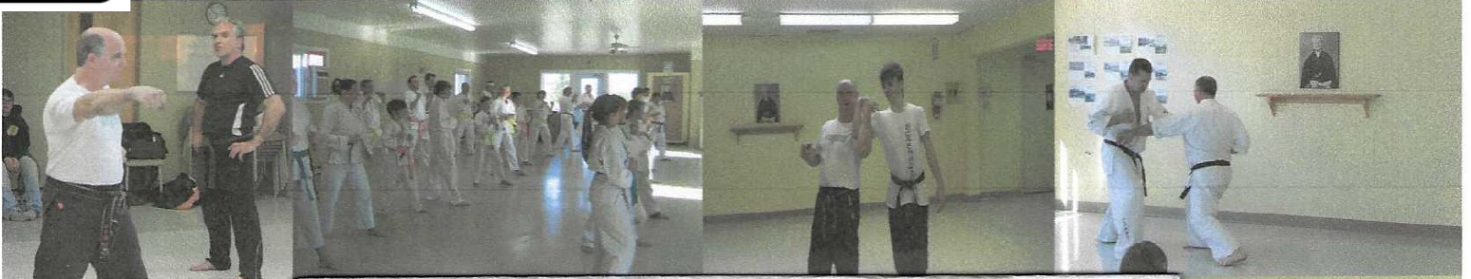
## **CARNAVAL 2020**

### **Le 22 février à partir de 13h**

***Activités pour tous !***

**Tournoi de ballon balai, super, marche aux flambeaux.**  
Un horaire détaillé suivra dans le prochain journal l'Ami.

Pour le tournoi de ballon balai, inscrivez-vous sur notre page Facebook  
où auprès des membres des Loisirs



## Karaté multiforme

sensei Réjean Tremblay

salle des loisirs

Notre Dame de Stanbridge

750 rue Gauvin

Cours pour tous, adultes et enfants

Session débutant lundi le 20 janvier 2020

Enfant 6 ans a 10 ans de 6:30 a 7:20

Adulte 12 ans et plus 7:30 a 9:00

Prix Enfant 10 cours : \$110,00

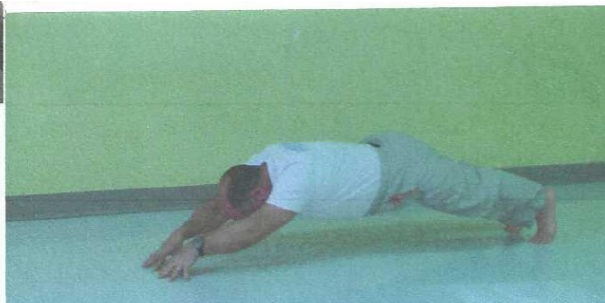
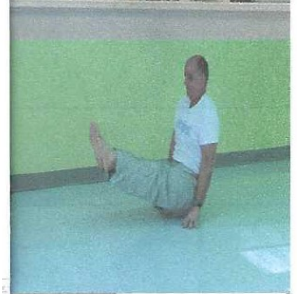
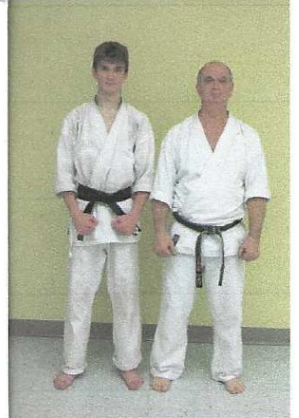
Adulte 20 cours : \$160,00

Le parent pourra s'entraîner avec son enfant

Multi-karaté, technique d'auto défense, combat  
kata, mouvement de boxe, concentration  
surtout confiance en soi

information : Carole Barabé 450-348-6309

Gérald Touchette 450-248-7620





# MATIÈRES RÉSIDUELLES



Le déchet qu'on ne produit pas est celui qui coûte le moins cher et qui est le plus facile à gérer, donc réduisons à la source.



Venez assister à la conférence *À vos frigos*, présentée par un(e) expert(e) en lutte au gaspillage alimentaire du Jour de la Terre. Au menu : une heure de discussion autour des enjeux entourant le gaspillage alimentaire, ainsi que des trucs et astuces à mettre en pratique à la maison, au bureau et dans toutes vos recettes !

**DATE ET HEURE :** Jeudi 20 février 2020 à 19 h

**LIEU :** MRC Brome-Missisquoi, salle Arthur-Fauteux

**INFORMATIONS :** 749, rue Principale  
Cowansville (QC) J2K 1J8  
Confirmez votre place au 450-266-4900 # 221

Le programme *À vos frigos* par le Fonds Éco IGA offre des conférences gratuites pour vous outiller dans votre lutte contre le gaspillage alimentaire, grâce à des conseils simples et pratiques, partout au Québec et au Nouveau-Brunswick. [jourdelaterre.org/avosfrigos](http://jourdelaterre.org/avosfrigos)



Propulsé par  **Fonds Éco IGA**  
Par le Jour de la Terre™



### Le curcuma, l'or jaune des plantes.

Le curcuma est cultivé en Chine et en Inde depuis au moins 5 000 ans. En Inde, on a longtemps pratiqué des sacrifices pour assurer de bonnes récoltes de curcuma. Ce rhizome jaune contient plusieurs vitamines et minéraux : vitamines B1, B2, B3, cuivre, fer, potassium, sélénium, zinc, chrome, manganèse et phosphore. On l'utilise d'ailleurs comme épice dans diverses recettes et dans les mélanges d'épices comme le garam masala et le cari.

Le curcuma possède les propriétés suivantes : anti-inflammatoire, antioxydant, anti-ulcéreux, carminatif, cholagogue, hépatoprotecteur et antalgique. Il agit beaucoup sur la sphère digestive, cardiovasculaire et musculaire et grâce à sa grande polyvalence il soigne et prévient différents troubles de santé dégénératifs.

On l'utilise traditionnellement pour contrer l'acidité gastrique et son effet antibactérien agit sur la bactérie qui est responsable de la plupart des ulcères gastriques et duodénaux. Le curcuma agit aussi sur la bile, donc en activant sa production il a pour effet d'améliorer la digestion des gras et ainsi contribuer à l'abaissement du taux de cholestérol. Il aide par-dessus tout à maintenir le système immunitaire en santé, à purifier le sang et à tonifier le métabolisme.

Puisqu'on le retrouve le plus souvent en poudre ou en capsule, je vous donne une recette que j'adore et qui, en plus, nous réchauffe durant l'hiver.

#### Lait d'Or

- ½ cu. à thé de curcuma en poudre
- ¼ cu. à thé de cannelle moulue
- ½ cu. à thé de gingembre frais râpé
- Un peu de poivre noir
- ¼ de tasse d'eau
- 1 cu. à thé de sirop d'érable

1 tasse de lait, de lait de soya ou d'amande ou autre

Dans une casserole mélanger les épices et l'eau à feu doux. Laisser mijoter 3 minutes. Verser le lait et le sirop d'érable et chauffer quelques minutes. Passer au tamis et verser dans une tasse. Déguster !

Selon plusieurs sources, on peut utiliser le curcuma en prévention ou en traitement pour certaines sortes de cancer tel estomac, intestin, colon, peau et foie. On peut même l'appliquer en externe sur les plaies pour prévenir les infections et activer la guérison.

On peut dire sans l'ombre d'un doute avec son superbe pédigrée, que le curcuma, ce rhizome de l'Inde, est vraiment l'or des plantes venu de l'Est.

Les recettes sont tirées du cours *Herb Art 3* de l'Herbothèque.

**Eve Paquin** Herboriste en formation

Pour informations ou questions (450) 334-3304





Pour bien commencer l'année, deux communiqués provenant du Service des communications et de la prévention de la Sûreté du Québec :

## PRUDENCE SUR LES ROUTES

Avec la période hivernale bien installée, la Sûreté du Québec désire rappeler à tous les conducteurs l'importance d'adapter leur conduite aux conditions climatiques et routières. En le faisant, ils réduisent les risques d'être impliqués dans une sortie de route ou dans une collision potentiellement mortelle.

Les policiers pourraient signifier des constats d'infraction s'ils constatent que la vitesse d'un automobiliste est excessive par rapport aux conditions routières, et ce, même si la limite indiquée sur les panneaux de signalisation est respectée.

En effet, selon l'article 330 du Code de la sécurité routière (CSR), le conducteur doit réduire sa vitesse lorsque les conditions de visibilité sont rendues insuffisantes à cause de l'obscurité, du brouillard, de la pluie ou de précipitations ou lorsque la chaussée est glissante ou partiellement dégagée. Les contrevenants s'exposent à une amende minimale de 60 \$ plus les frais et à deux points d'inaptitude.

Les usagers doivent aussi déneiger leur véhicule et s'assurer que le pare-brise, les vitres, les phares, les feux de changement de direction et la plaque d'immatriculation sont libres de glace et de neige. Ne pas respecter ces règles de sécurité augmente les risques de collision, constitue un danger pour le conducteur, mais également pour tous les autres usagers sur la route et vous expose à des amendes.

De plus, depuis le 1<sup>er</sup> décembre, les véhicules doivent être munis de pneus conformes aux normes et conçus spécifiquement pour la conduite hivernale. Soulignons que l'utilisation de pneus d'hiver en bon état réduit de 25 % la distance de freinage d'un véhicule. »

Également, un bilan routier record pour l'année 2019 :

## LA SÛRETÉ DU QUÉBEC ENREGISTRE SON MEILLEUR BILAN ROUTIER DE LA DÉCENNIE



Nous dévoilerons aujourd'hui les données provisoires de notre bilan routier 2019 qui révèlent que le nombre de collisions mortelles est en baisse sur notre territoire passant de 237 à 216 entre 2018 et 2019. L'année 2019 est une année notable où le nombre de collisions mortelles a atteint le plus bas niveau enregistré.

Notons qu'en 2010 le nombre de décès sur les routes du Québec s'élevait à plus de 340. Les efforts soutenus ont permis de diminuer ce nombre à 232 victimes en 2019. Bien qu'il y ait plusieurs facteurs contributifs à cette amélioration continue du bilan routier, la Sûreté a su innover dans la mise en



place d'outils permettant de déterminer avec précision les sites, les heures et les conditions accidentogènes ainsi que pour détecter les comportements à risques pouvant causer une collision. Ces outils ont permis d'établir un diagnostic précis et efficace permettant d'intervenir au bon endroit, au bon moment et sur les causes problématiques réelles.

Bien que la tendance soit à la baisse depuis dix ans, certains comportements à risques perdurent chez les automobilistes.

- ✦ La vitesse excessive : toujours en tête des causes les plus fréquentes de collisions mortelles
- ✦ La conduite avec les capacités affaiblies par l'alcool, la drogue ou une combinaison des deux est maintenant au deuxième rang des causes probables de collisions mortelles
- ✦ La distraction au volant est toujours un fléau

## **Recette du mois**

### **Pomme de terre Hasselback**

Portions : 8    Préparation: 10 minutes    Cuisson : 45 minutes

#### **Ingrédients**

- 6 à 10 **pommes de terre** (selon leur taille), lavées (environ 1,5kg/3lbs)
- 30 ml (2 c. à soupe) de **beurre** ou de margarine non hydrogénée, fondu
- 15 ml (1 c. à soupe) d'**huile de canola**
- 5 ml (1 c. à thé) de **paprika**
- 2 ml (½ c. à thé) de **thym séché** (facultatif)

**Sel et poivre** au goût

#### **Préparation**

1. Placer la grille au milieu du four et préchauffer le four à 200°C (400°F).
2. Couper les **pommes de terre** en fines tranches sans couper jusqu'à la base, de façon à ce que la pomme de terre se tienne encore.
3. Placer les **pommes de terre** dans un moule carré de 20 cm (8 pouces). Utiliser un plus grand plat ou une plaque à pâtisserie, si nécessaire.
4. Mélanger le **beurre** ou la margarine fondu et l'**huile** dans un petit bol et verser sur les pommes de terre.
5. Saupoudrer de **sel, poivre, paprika** et, si désiré, de **thym**.
6. Cuire environ 45 min, ou jusqu'à ce que les pommes de terre soient dorées et qu'une fourchette s'insère facilement. Quelques fois durant la cuisson, arroser les pommes de terre avec le beurre au fond du plat.

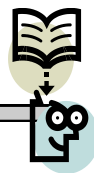
Dégustez immédiatement votre pomme de terre Hasselback en accompagnement d'un plat de volaille!

**Source: Fondation Olo**





# Bibliothèque Municipale



La Bibliothèque municipale est aménagée au 750 rue Gauvin dans le bâtiment du comité des Loisirs de Notre-Dame-de-Stanbridge. Téléphone : 450-296-4350

## HEURES D'OUVERTURE DE LA BIBLIOTHÈQUE

➔ **MERCREDI SOIR : de 17h00 à 18h30 et SAMEDI MATIN : 10h00 à 12h00**

Pour connaître nos activités et nos nouveautés, lisez l'Ami ou consultez notre site web.

**Si vous avez des suggestions pour l'achat de nouveaux livres, vous pouvez les faire par courriel à : [bibliotredame@hotmail.ca](mailto:bibliotredame@hotmail.ca) ou en personne à la bibliothèque.**

Vous pouvez également consulter la liste des livres sur le site web de la municipalité : [www.notredamedestanbridge.qc.ca/bibliotheque.htm](http://www.notredamedestanbridge.qc.ca/bibliotheque.htm)

### Horaire des bénévoles pour le mois de février 2020

Jour	Date	Noms
Samedi	01 février	Pauline Bonneau
Mercredi	05 février	Micheline Dufour
Samedi	08 février	Gisèle Bonhomme
Mercredi	12 février	Claudette Pinsonneault
Samedi	15 février	Guy Lambert
Mercredi	19 février	Annie St-Pierre
Samedi	22 février	Ève Paquin
Mercredi	26 février	Gisèle Bonhomme
Samedi	29 février	Pauline Bonneau

### **Pensée du mois**

*Le corps a besoin de repos, l'esprit a besoin de paix,  
et le cœur a besoin de joie*



## Nouveautés décembre 2019

<b>Auteur</b>	<b>Titre</b>
Carole Auger	Paroissiens de Champs de Grace T. 3
Lise Bergeron	La rivières aux adieux T. 2
Mario Bergeron	Le pain de Guillaume
Marjolaine Bouchard	Les jolies deuils T. 1
Catherine Bourgault	L'Appart de ma nouvelle vie
Donato Carrisi	Le jeu du chuchoteur
Jean-Pierre Charland	Le vieil amour T. 1 Odile et Xavier
Louise Chevrier	La quête d'Alice Gagnon T. 2
Harlan Coben	Ne t'enfuis plus
Claude Dion	Des cœurs en exil
Joy Fielding	Blind Date
Pauline Gill	Une bourgeoise d'expectation
Richard Gougeon	Les chemins du destin T. 1
Rosette Laberge	Rue Principale 1967 T. 2
Nathalie Lagasse	Tel était leur destin T. 3
Cynthia Maréchal	Maudites chicanes de famille
Denis Monette	La maitresse de l'horloger
Jojo Moyes	Le vent nous portera
Katherine Pancol	Bed Bug
Fred Pellerin	Un village en trois dés
Marylene Pion	Rumeur d'un village t. 2
Julie Rivard	L'Affaire Eva Black
Julie Rivard	L'Affaire Leane Cohen
Patrick Sénécal	Ceux de la-bas
Danielle Steel	Mise en scene
Louise D. Tremblay	Du côté des Laurentides T. 1
Michel Tremblay	Le cœur en bandoulière
Ruth Ware	La mort de Mrs. Westway

## Collection Jeunesse et B.D.

Richard Vallerand	Les Laborats No. 1
Caroline Heroux	Les Pareils No. 5
Maxim Cyr	Victor et Igor No. 1
Kazu Kibuishi	Amulet No. 3
Jean Yves Ferri	Asterix No. 38 La fille du Vercingétorix



## Quelques nouvelles de la paroisse Notre-Dame-des-Anges

Les fêtes sont déjà terminées, et nous reprenons la cédule normale à compter du 1<sup>er</sup> février, soit d'avoir des célébrations les premiers et troisièmes dimanches de chaque mois. Notre souhait pour la nouvelle année serait que les messes dominicales reviennent à 9 :30; une heure souhaitée par la majorité des paroissiens, mais pour le moment Patrice étant en Afrique jusqu'au premier février, nous devons attendre mars pour connaître ses orientations pour la prochaine année.

Notre assemblée de fabrique est une équipe jeune et dynamique qui fait tout son possible pour garder la paroisse active tant du côté administratif que liturgique. Dans nos offres de services et nos besoins liturgiques, il faut aussi tenir compte des bénévoles de tous âges, qui donnent beaucoup de leur temps mais ils ont aussi des obligations envers leurs vies et leurs familles. Pour respecter ce fait, il est primordial de discuter avec le principal intéressé, notre célébrant, pour conclure une entente qui sera bien accueillie de tous.

Une rencontre de discussions entre notre conseil de Fabrique et le conseil de Pastoral permettra à tous de faire valoir nos points de vue respectifs.

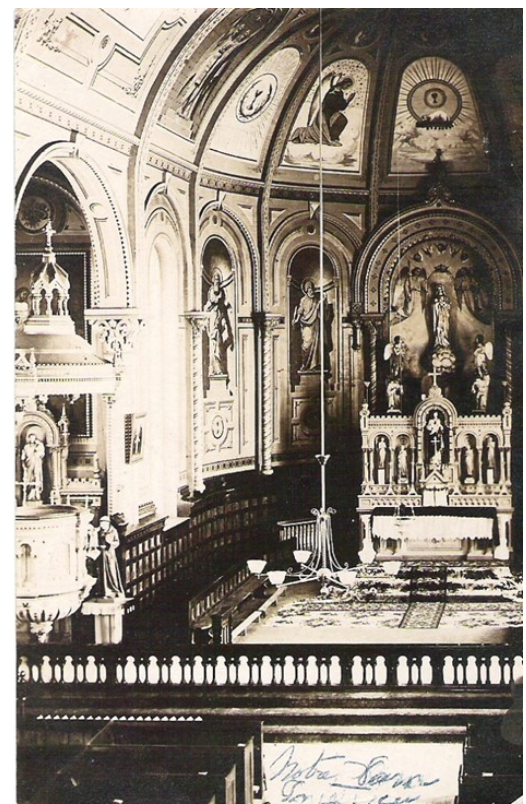
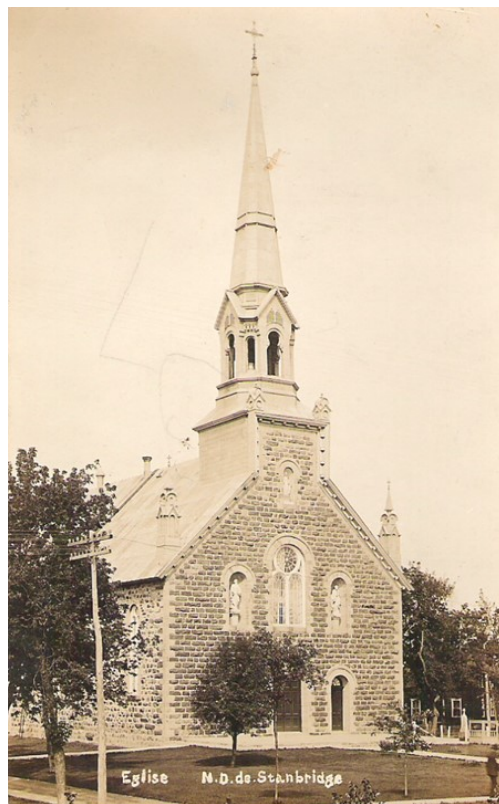
Le printemps est aussi l'annonce de notre dîner de fabrique du mois d'avril. Cette levée de fonds plus qu'importante pour notre communauté est aussi une belle occasion de nous rassembler et de partager repas et discussions comme autrefois sur le perron de l'église après la messe... C'est aussi une ressource importante qui règle les factures de chauffage et d'entretien de nos bâtiments.

Pour cette occasion, votre participation est toujours grandement appréciée; alors n'hésitez pas si le cœur vous en dit, d'offrir votre aide pour la réussite de cette journée! Il y a toujours de la place pour des « bras » supplémentaires.

De plus, l'année 2020 soulignera le 175<sup>ième</sup> anniversaire de la fondation de la paroisse Notre-Dame-des-Anges-de-Stanbridge....Nos marguilliers sont à y « mijoter »!

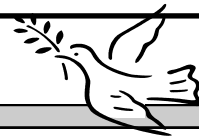
Au nom de tous les marguilliers je veux vous offrir nos meilleurs vœux de santé et de bonheur pour cette nouvelle année!

Ginette Simard Gendreau,  
Présidente





## Sincères condoléances



Un dernier salut à M. Norman Hanigan, un bâtisseur de chez-nous.

Le 25 décembre dernier, le jour de son anniversaire décédait un membre éminent de notre communauté, M. Norman Hanigan, époux de Mme Henriette Nolin. Il avait 92 ans.

Les funérailles, précédées des témoignages de sympathies à la famille, eurent lieu à l'église Notre-Dame-des-Anges le 11 janvier dernier. De nombreux parents, amis, voisins, camarades de travail et connaissances, prirent part à cette cérémonie qui voulait souligner sa présence constante et sa participation dans notre municipalité.



Issu d'une famille pionnière de notre paroisse, Norman forme avec son frère Lawrence et sa sœur Kathleen, la quatrième génération de cette famille Irlandaise installée chez-nous avant 1850. Fils de John Henry et Blanche Alice Lareau, petit-fils de John et Mary Thérèse Ryan, et arrière petit fils de Patrick et Julia Welch, il perpétue sa descendance avec son épouse Henriette Nolin et ses enfants Lucy et Stephen.

Impliqué dans sa communauté il est le fondateur de l'entreprise familiale Transport Hanigan et membre fondateur de l'Association Nationale des Camionneurs Artisans Indépendants. Homme discret aux valeurs sûres et indéniables il a inculqué à ses enfants le désir de préserver et de continuer l'histoire des ancêtres arrivés au pays, il y a maintenant près de 200 ans.

À toute la famille de Norman, à son épouse Henriette Nolin, à ses enfants Lucy (Renald Landry) et Stephen (Diane Duval) et à la sixième génération, John-Patrick et Allysson; nos plus sincères sympathies.

Ginette Simard Gendreault  
Au nom de la Fabrique Notre-dame-des-Anges



### Horaire du bureau à Bedford

**Du lundi au jeudi de 9h00 à 15h**

26 rue de l'Église, Bedford, Qc J0J 1A0

Tél.: 450 248-3347

Télec.: 450 248-0354

Courriel : [pastofrontieres@gmail.com](mailto:pastofrontieres@gmail.com)

Site Web : [cathofrontieres.org](http://cathofrontieres.org)

### **CONFESION:**

*Tous les samedis de 14h00 à 15h00*

*Ou contacter M. le curé au : 450 230-8026*





## DEMAIN

L'organisme Conservation Baie Missisquoi présentera gratuitement mercredi le 29 janvier prochain le film-documentaire **Demain**.

Ce film-documentaire propose des solutions aux crises écologiques, économiques et sociales que traversent nos pays.

Réalisé en 2015 par Cyril Dion et Mélanie Laurent ce documentaire a été distribué dans 27 pays et en 2016 a été récipiendaire d'un César pour le meilleur documentaire.

C'est donc un rendez-vous au Centre culturel de Venise-en-Québec le 29 janvier prochain. Une causerie suivra après le visionnement.

Les portes ouvrent à 18h30 et le film débute à 19h00 et **c'est gratuit**.

**Adresse** : 239 16 ième avenue

Au plaisir de vous rencontrer

**L'équipe de Conservation Baie Missisquoi**

*Gens de Brome-Missisquoi, la MRC a besoin de vous pour s'inspirer.*

**Dans votre idéal, comment sera Brome-Missisquoi en 2035 ?**



Pour se déplacer



Pour se divertir



Pour s'épanouir



Pour y vivre



Pour protéger l'environnement



MRC BROME-MISSISQUOI.CA

*Laissez aller votre imagination...* [amenagement@mrcbm.qc.ca](mailto:amenagement@mrcbm.qc.ca)



Les Productions  
**NICHOLAS ROUSSEAU**

DJ | ANIMATION PROFESSIONNELLE  
SON | ÉCLAIRAGE | VIDÉO

450 701.5436

[ecrire@nicholasrousseau.com](mailto:ecrire@nicholasrousseau.com)

[nicholasrousseau.com](http://nicholasrousseau.com)



*Plus de 20 ans d'expérience  
pour vous servir !*

# Sirop d'érable à l'ancienne



Tél.: 450-296-4453  
Cell.: 450-542-8262

**Roger et Anne Marie Santerre**

*Résidence Duhamel inc.*

POUR QUE LA VIE CONTINUE

Johanne Duhamel,  
propriétaire et  
infirmière auxiliaire

450 296-4458

facebook

1128 rue Principale,  
Notre-Dame-de-Stanbridge (Québec)  
J0J 1M0

residenceduhamel@gmail.com  
www.residenceduhamel.com



**AUTOPRO**

www.napaautopro.com

Pierre Larocque  
Propriétaire

Jean-François Côté  
Propriétaire

**Mécanique LACO Inc.**

817, rue Principale  
Notre-Dame-de-Stanbridge, QC  
J0J1M0  
Tél. : 450 296-8827

Alignement  
Suspension  
Climatisation  
Freins  
Électronique



**Fromages artisanaux  
au lait cru de chèvre**

Ouvert les samedis  
ou sur rendez-vous  
438-494-8831

641 rang de l'Ange Gardien

www.cornesetsabots.com



hpaquette.com  
hpaquette57@gmail.com  
450 248.0777

Courtier immobilier

*Stéphanie Vaquette*

**MES BRETÈLLES ?**  
Je ne me les pète pas,  
je me les être pour  
mieux vous servir !



**Desjardins**  
Gestion de patrimoine  
Valeurs mobilières

Groupe JFS,

ANDRÉE COUTURE, Pl. Fin.  
Conseillère en placement

145, rue Sherbrooke,  
bureau 102  
Cowansville (Québec)  
J2K 5E7



450 263-7555  
1 855 263-7555  
Télécopieur : 450 263-5805

groupejfs.com

groupejfs@desjardins.com

**United**  
CONSTRUCTION

Simon Larose  
Tél.: 514 882-0954

R.B.Q. 5658711601

Entreprendre, Réaliser et Accomplir

1560 Petit Rang, Sainte-Marie-Madeleine, Qc J0H 1S0

**MicroBytes** - Ordinateurs  
**Mb** Service à domicile

Vente neuf et usagé, Réparation, nettoyage

**Jean-Pierre TRAVERS**

450-348-5300

info@microbytes-stjean.com

950 Principale, Notre-Dame-de-Stanbridge

AXEP

# Marché Gendreault

Depuis 1944

Boucherie, micro-brasserie 1097 rue Principale  
fruits et légumes, traiteur, essence Notre-Dame-de-Stanbridge, Qc  
450-296-4337

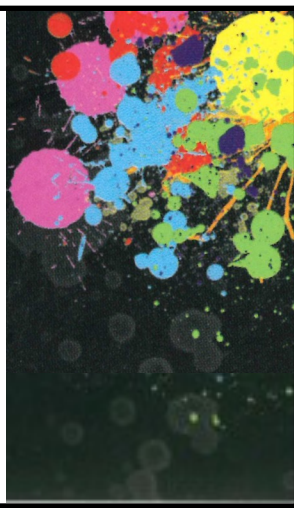
## Martine Bellavance

Artiste peintre,  
Professeur et Auteure

(514) 820-1185

[martine\\_bellavance@hotmail.com](mailto:martine_bellavance@hotmail.com)

- \*Atelier de peinture décorative
- \*Cours de peinture



**RÉPARATION ET CHANGEMENT  
DE VITRES D'AUTOS,  
APPROUVÉS PAR LES ASSUREURS**

**Vente de véhicules  
usagés ou neufs**



**COURTAGE AUTOMOBILE TÉTREAU**  
817, Principale  
Notre-Dame-de-Stanbridge  
**450-542-1556**

*Au delà de l'herboristerie*

**Eve Paquin**

*Maître Reiki et herboriste*

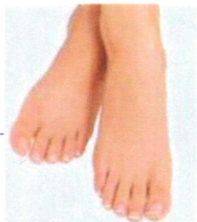
(450)-334-3304 rés.  
(514)-703-1283 cell.

Reiki  
Herboristerie  
Fleurs de Bach  
Magie blanche  
Radiesthésie et Kinésiologie



1051, rue Principale, Notre-Dame-de-Stanbridge

**France Boulet**  
*Soins des pieds*



- \*Amincissement et/ou coupe d'ongles
- \*Nettoyage des ongles
- \*Prévention d'ongles incarnés
- \*Amincissement des cors et des callosités

**Service à domicile**

**Pour rendez-vous  
Tél. : 450-296-4584**

# ATELIER

## MATHIEU FORGUES INC.

ACIER | ALUMINIUM | ACIER INOXYDABLE

Soudure | Réparation | Modification | Fabrication | Unité mobile

821, Rue Principale, Notre-Dame-de-Stanbridge  
QC J0J 1M0 | T. 450.334.0769 | C. 450.357.0769

[atelier.mathieuforgues@hotmail.com](mailto:atelier.mathieuforgues@hotmail.com)

# cuisines DESPRO

*Spécialisé en armoires de cuisine, salle de bain  
et meubles sur mesure.*

**SALLE DE MONTRE: sur rendez-vous**  
au 364 rang St-Joseph, Notre-Dame-de-Stanbridge

[www.cuisinesdespro.com](http://www.cuisinesdespro.com) tél : 450-296-4440  
Bertrand Provost et Anne-Marie Després

900, rue Principale, Notre-Dame-de-Stanbridge, J0J 1M0 Téléphone 296-4710 Télécopieur: 296-5001  
Site internet: [www.notredamedestanbridge.qc.ca](http://www.notredamedestanbridge.qc.ca)