



NOUVEAU

Entraînement pour tous. Bienvenue aux aînés

**AU LOCAL DES LOISIRS
LE MARDI À PARTIR DU 4 JUIN
Deux cours: 9h30 et 18h30**

Voir à la page 13



À FÊTE NATIONALE RASSEMBLÉE

Lundi 24 juin 2019

**À STANBRIDGE STATION
UN MONDE DE TRADITION**

229, rue Principale Hôtel de ville de Stanbridge Station
Début des festivités à 10h avec la messe sous la tente.

Horaire en page 14



13 Juillet

De 11h à 14h

au centre communautaire, 900 rue Principale,
Notre-Dame-de-Stanbridge



Voir p. 12

La Fête dans l'rang 2019

au cœur du village...

Célébrons les **75** ans du Marché Gendreault



SAMEDI 17 AOÛT 2019

Voir page 15 et 16



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
Site internet : 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 2019



- Conseil municipal:** Le mardi 2 juillet, lundi 5 août et mardi 3 septembre 19h30 à l'Hôtel de ville.
- Comité des Loisirs:** Les mardis 2 juillet, 6 août et 3 septembre à 19h00 aux Loisirs.
- Comité du CDS:** Le mercredi 19 juin à 19h00 à l'Hôtel de ville
Pas d'assemblée en juillet
(*toujours valider les dates des réunions sur le site web de la municipalité*).
- Fabrique:** Pas d'assemblée pour l'été.

Pour tout savoir à Notre-Dame-de-Stanbridge

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



Votre journal l'AMI fait relâche pour les mois de juillet et août de retour en septembre. Le comité vous souhaite un excellent été !

Heure de tombée pour le journal L'AMI : Remettre vos articles pour le dernier vendredi du mois.
Pour l'AMI du mois de septembre 2019 ce sera vendredi 30 août 2019,
par courriel : 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
Jacques DeLadurantaye: *photographe*.
Carole Dansereau, Gaston Chouinard, Ginette S. Gendreau, Gisèle Bonhomme, Eve Paquin.
Suzanne Marcoux: *correction*

MOT du Maire

L'été arrive enfin!

Quel plaisir nous avons eu ce samedi 8 juin, lors du rassemblement de la fête de la pêche. Plus de 75 personnes étaient présentes. Malgré qu'il y ait eu peut de poisson pêché, tous se sont amusés. Une agente du ministère des Forêts, de la faune et des Parcs est venue informer nos jeunes concernant la réglementation de la pêche. Un expert pêcheur, ainsi que les scouts de la région étaient aussi présents. Jacques a fait la plus belle pêche, il s'est rendu en dessous de la barrière à lamproie pour nous montrer quelques espèces de poisson, dont une perchaude, un achigan à petite bouche et plusieurs autres, sans oublier la fameuse lamproie.

Une anguille a été capturée par un pêcheur, elle mesurait environ 26 pouces. Par la suite, nous avons eu droit à un dîner amical, avec comme cuisiniers, des membres des loisirs, qui année après année sont toujours présents pour que l'on puisse casser la croûte et nous désaltérer entre amis.

La municipalité, aidée de nos bénévoles, a organisé cette belle fête, avec la participation de tous, ce fût une réussite. Merci à vous tous.

Nos bénévoles sont comme des fourmis, cet été ils travailleront fort afin de vous divertir par le biais de diverses activités. La Fête Nationale Rassemblée, qui se tiendra cette année le 24 juin à Stanbridge Station. Cette fête est organisée par un regroupement de 7 municipalités. Notre comité des Loisirs, nous représente bien sur ce comité de la Fête Nationale.

D'autres activités sont aussi prévues, le 13 juillet, le Festi-Poutine de nos pompiers dont la réputation n'est plus à faire. La fête dans l'rang, cette année, aura lieu le 17 août au village, sous une forme écoresponsable, elle vous divertira plusieurs heures. Un grand merci à vous. Vous êtes remarquables et représenter bien le dynamisme de Notre-Dame-de-Stanbridge.



Le conteneur de verre est maintenant installé à l'arrière du stationnement de l'hôtel de ville, rien ne vous oblige à trier le verre. Vous pouvez toujours le mettre dans votre bac bleu, cependant le verre trié est mieux revalorisé et ne contamine pas le reste du recyclage. Un grand pas ECORESPONSABLE pensons à l'avenir, recyclons maintenant.

Maintenant sur une touche un peu moins agréable nous savons que la Grande-Ligne EST n'est pas très carrossable. Nous communiquons régulièrement avec le MTQ, soit par résolution ou appels téléphoniques, afin que des travaux de réfection soient entrepris. Vous pouvez vous aussi faire une plainte au MTQ, qui sais ça ira peut être plus vite avec votre contribution !

Daniel Tétreault, Maire

Calendrier des activités de loisirs, culture et vie communautaire du 15 juin 2019 au 15 septembre 2019

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

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
						15 JUIN Bibliothèque 10h à midi au local des Loisirs
16 JUIN 	17 JUIN	18 JUIN BootCamp aux Loisirs Mise en forme pour tous! Bienvenue aux aînés Avant-midi 9h30 Et en soirée à 18h30	19 JUIN Bibliothèque 17h à 18h30 au local des Loisirs Assemblée du CDS À l'Hôtel de ville 19h30	20 JUIN Bingo : 14h00 aux Loisirs	21 JUIN Jeux de cartes aux Loisirs 13h30 à 16h30	22 JUIN Bibliothèque 10h à midi au local des Loisirs
23 JUIN	24 JUIN Fête Nationale Rassemblement À Stanbridge- Station, Hôtel de ville	25 JUIN BootCamp aux Loisirs 9h30 et 18h30	26 JUIN Bibliothèque 17h à 18h30 au local des Loisirs	27 JUIN Bingo : 14h00 aux Loisirs	28 JUIN Jeux de cartes aux Loisirs 13h30 à 16h30	29 JUIN Bibliothèque 10h à midi au local des Loisirs
30 JUIN	1 JUILLET Fête du Canada 	2 JUILLET Assemblée du conseil municipal 19h30 Assemblée Loisirs 19h00 aux Loisirs BootCamp Aux Loisirs 9h30 et 18h30	3 JUILLET Bibliothèque 17h à 18h30 au local des Loisirs	4 JUILLET Bingo : 14h00 aux Loisirs	5 JUILLET Jeux de cartes aux Loisirs 13h30 à 16h30	6 JUILLET Bibliothèque 10h à midi au local des Loisirs
7 JUILLET	8 JUILLET	9 JUILLET BootCamp Aux Loisirs 9h30 et 18h30	10 JUILLET Bibliothèque 17h à 18h30 au local des Loisirs	11 JUILLET Bingo : 14h00 aux Loisirs	12 JUILLET Jeux de cartes aux Loisirs 13h30 à 16h30	13 JUILLET Bibliothèque 10h à midi FESTI-POUTINE DES POMPIERS De 11h à 14h Salle communau- taire
14 JUILLET	15 JUILLET	16 JUILLET BootCamp Aux Loisirs 9h30 et 18h30	17 JUILLET Bibliothèque 17h à 18h30 au local des Loisirs	18 JUILLET Bingo : 14h00 aux Loisirs	19 JUILLET Jeux de cartes aux Loisirs 13h30 à 16h30	20 JUILLET Bibliothèque 10h à midi au local des Loisirs

Calendrier des activités de loisirs, culture et vie communautaire du 15 juin 2019 au 15 septembre 2019

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

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
21 JUILLET	22 JUILLET	23 JUILLET BootCamp aux Loisirs 9h30 et 18h30	24 JUILLET Bibliothèque 17h à 18h30 Local des Loisirs	25 JUILLET Bingo : 14h00 aux Loisirs	26 JUILLET Jeux de cartes aux Loisirs 13h30 à 16h30	27 JUILLET Bibliothèque 10h à midi local des Loisirs
FERMETURE ESTIVALE DU BUREAU MUNICIPAL						
28 JUILLET	29 JUILLET	30 JUILLET BootCamp aux Loisirs 9h30 et 18h30	31 JUILLET Bibliothèque 17h à 18h30 Local des Loisirs	1 AOÛT Bingo : 14h00 aux Loisirs	2 AOÛT Jeux de cartes aux Loisirs 13h30 à 16h30	3 AOÛT Bibliothèque 10h à midi Local des Loisirs
4 AOÛT	5 AOÛT Assemblée du conseil municipal 19h30	6 AOÛT BootCamp aux Loisirs 9h30 et 18h30 Assemblée Loisirs 19h00 aux Loisirs	7 AOÛT Bibliothèque 17h à 18h30 Local des Loisirs	8 AOÛT Bingo : 14h00 aux Loisirs	9 AOÛT Jeux de cartes aux Loisirs 13h30 à 16h30	10 AOÛT Bibliothèque 10h à midi Local des Loisirs
11 AOÛT	12 AOÛT	13 AOÛT BootCamp aux Loisirs 9h30 et 18h30	14 AOÛT Bibliothèque 17h à 18h30 Local des Loisirs	15 AOÛT Bingo : 14h00 aux Loisirs	16 AOÛT Jeux de cartes aux Loisirs 13h30 à 16h30	17 AOÛT Bibliothèque 10h à midi Local des Loisirs Fête dans l'rang De 11h à 14h Terrain de l'Église
18 AOÛT	19 AOÛT	20 AOÛT BootCamp aux Loisirs 9h30 et 18h30	21 AOÛT Bibliothèque 17h à 18h30 Local des Loisirs	22 AOÛT Bingo : 14h00 aux Loisirs	23 AOÛT Jeux de cartes aux Loisirs 13h30 à 16h30	24 AOÛT Bibliothèque 10h à midi Local des Loisirs
25 AOÛT	26 AOÛT	27 AOÛT BootCamp aux Loisirs 9h30 et 18h30	28 AOÛT Bibliothèque 17h à 18h30 Local des Loisirs	29 AOÛT Bingo : 14h00 aux Loisirs	30 AOÛT Jeux de cartes aux Loisirs 13h30 à 16h30	31 AOÛT Bibliothèque 10h à midi Local des Loisirs
1er SEPT.	2 SEPT.	3 SEPT. Ass. conseil municipal 19h30 Ass. Loisirs 19h00	4 SEPT. Bibliothèque 17h à 18h30 local des Loisirs	5 SEPT. Bingo : 14h00 aux Loisirs	6 SEPT. Jeux de cartes aux Loisirs 13h30 à 16h30	7 SEPT. Bibliothèque 10h à midi Local des Loisirs
8 SEPT.	9 SEPT.	10 SEPT.	11 SEPT. Bibliothèque 17h à 18h30 Local des Loisirs	12 SEPT. Bingo : 14h00 aux Loisirs	13 SEPT. Jeux de cartes aux Loisirs 13h30 à 16h30	14 SEPT. Bibliothèque 10h à midi Local des Loisirs
15 SEPT.						

Résumé de la séance ordinaire du Conseil municipal du 3 juin 2019

- Adoption du Règlement RM 410 concernant le contrôle des animaux;
- Cette année la proposition, de 2 599 \$ plus les taxes applicables, d'André Paris inc. a été acceptée pour le fauchage des bords de routes municipales;
- Lancement des appels de propositions concernant le lignage des routes pour 2019;
- Adoption de la charte « Déclaration d'accueil MRC Brome-Missisquoi » concernant l'importance des personnes immigrantes;
- Premier versement de la subvention au Comité des Loisirs de Notre-Dame au montant de 4000\$;
- La municipalité versera une contribution de 100\$ à la Fondation Claude DeSerres.

Rappel : 3ème paiement du compte de **taxes municipales**

le jeudi 15 juillet 2019

Vous pouvez payer par chèque, au guichet automatique ou par internet et au bureau municipal qui est ouvert lundi, mercredi et jeudi de 8h à 12h et de 13h15 à 17h.

**Le bureau municipal sera fermé, durant la période estivale
du lundi 22 juillet au vendredi 26 juillet 2019**



Assemblée de consultation publique, mardi le 2 juillet 2019 à 19 :00 à l'Hôtel de ville au 900 rue Principale portant sur deux projets de règlement :

- Le projet de règlement 429-19, intitulé zonage, afin de modifier les normes minimales d'implantation des bâtiments principaux dans les secteurs à développement à l'intérieur du périmètre urbain;
- Le projet de règlement 430-19, intitulé lotissement, afin de modifier les normes de dimensions minimales et maximales des terrains dans les secteurs à développement à l'intérieur du périmètre urbain;

Dates des prochaines assemblées de Conseil : Mardi 2 juillet 2019 à 19h30

Lundi 5 août 2019 à 19h30

Mardi 3 septembre 2019 à 19h30



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.



L'Écocentre est ouvert le 2e Samedi à Bedford.
Pour l'été : les samedis 13 juillet, 10 août, 14 septembre

En plus du recyclage et du compostage, la valorisation des matières d'origine résidentielles se fait dans les écocentres. Cela permet d'éviter de remplir inutilement le site d'enfouissement.

D	L	M	M	J	V	S
						●
						●
						●
						●
						●

1^{er} • BROMONT

20, rue du Pacifique Est • 450 534-3420

2^e • BEDFORD + LAC BROME

Bedford : 100, rue Champagnat • 450 248-2440
Lac-Brome : 50, rue Mill • 450 243-6111

3^e • COWANSVILLE

2500, rang St-Joseph • 450 263-0279

4^e • FARNHAM + SUTTON

Farnham : 1180, boul. Industriel • 450 293-3178
Sutton : 260, rue Principale Sud • 450 538-2290

5^e • Pas d'écocentre • No ecocentre

La municipalité s'est dotée d'un conteneur pour le verre.
Vous le trouverez au fond du stationnement à l'Hôtel de ville.

RECYCLEZ LE VERRE!

MATIÈRES ACCEPTÉES:

Tous les contenants alimentaires en verre sont acceptés. Par exemple, vous pouvez y déposer des **bouteilles de vin**, des **pots de cornichons**, des **pots de jus**, des **pots de confiture** et des **pots masson**. Vous n'avez pas besoin d'enlever l'étiquette sur le pot ni le couvercle.

MATIÈRES REFUSÉES:

Le verre culinaire (**vaisselle** et **plats transparents**) ou les verres spéciaux ne sont pas acceptés dans le conteneur.

Vous ne pouvez pas donc pas y déposer des **verres à vin**, des **lunettes**, des **ampoules d'éclairage**, des **vitres**, des **écrans de télévision**, **pare-brise**, etc.



La directrice générale Suzanne Marcoux en compagnie de Daniel Tétreault, Maire de Notre-Dame-de-Stanbridge.



Des nouvelles de Notre-Dame-de-Stanbridge

Par Carole Dansereau

Portes ouvertes à La fromagerie « Cornes et Sabots »

Les propriétaires de la fromagerie Cornes et Sabots, Nicola Cunha et Jean-François Larche, sont très satisfaits de leur première expérience de portes ouvertes qui s'est déroulée à la ferme, le samedi 18 mai dernier. Malgré une température incertaine, cela n'a pas empêché les mordus de vélos, quelques uns habitant aussi loin que Sherbrooke, de prendre un moment pour visiter la ferme.

Ils ont pu déguster et apprécier le délicieux fromage fêta et la Corne pointue, produits distribués un peu partout dans la région et dans les meilleures fromageries de Montréal et de ses environs. D'autres visiteurs moins actifs, mais tout aussi curieux telle une association de motocyclistes se sont, eux aussi, arrêtés et montrés fort intéressés par les pratiques de cette ferme. Des familles de St Alexandre, Notre-Dame-de-Stanbridge, Venise-en-Québec, Bromont, Bedford et les environs ainsi que des citoyens de Montréal sont repartis enchantés de leur expérience.



Certains ont dit qu'ils regrettaient de ne pas avoir été là, lors de l'inauguration de la fromagerie en août dernier, pour la traditionnelle rencontre annuelle de la Fête dans l'rang et qu'ils étaient heureux de se reprendre aujourd'hui. Une artiste a même demandé si elle pouvait venir, cet été, pour dessiner des scènes de cette vie champêtre comme au temps de Monet !

Enfin, d'autres, autant les enfants que les adultes, récidivaient l'expérience de l'année dernière, lors de la Fête dans l'rang, tous charmés par ces magnifiques chèvres et par l'ensemble de la ménagerie. Ils ont pu se replonger dans ce lieu unique et champêtre et ont constaté l'ajout de nouvelles chèvres à la bergerie. Nous en comptons maintenant une cinquantaine. Félicitations à nos deux propriétaires Nicola et Jean François pour ce chemin parcouru en si peu de temps!



Veillez prendre note que la Fromagerie, située au 641 rang de l'Ange Gardien à Notre-Dame-de-Stanbridge est ouverte le samedi. Vous pouvez aussi vous procurer leurs produits au Marché Gendreau à Notre-Dame-de-Stanbridge ou dans les fromageries de notre région et / ou à Montréal.

Pour visiter leur site
www.cornesetsabots.com



Des nouvelles de Notre-Dame-de-Stanbridge

Par Carole Dansereau

Et oui...c'est parti !!!

En route vers le futur jardin pédagogique intergénérationnel

Par : Carole Dansereau

Les élèves de la classe de Madame Marie-Maude Auger ont manifestement apprécié plonger les mains dans la terre pour mélanger le compost et le terreau, apprendre à sélectionner les plantes et les fines herbes compatibles les unes avec les autres pour ensuite les disposer dans des bacs à fleurs qu'ils présenteront le 17 août prochain, lors de la Fête dans l'rang.

Ces ambassadeurs désignés auront le plaisir de dévoiler le nouveau jardin pédagogique intergénérationnel qui sera élaboré dès la rentrée des classes en septembre prochain. Le personnel de l'école, la Fabrique Notre-Dame-des-Saint Anges, le Comité des loisirs, le Comité de développement Stanbridgeois, la Municipalité vont collaborer dans le but de créer au sein de notre communauté ce projet rassembleur. Le jardin, situé derrière l'église, sur le côté de la cour de récréation des élèves, sera un lieu de retrouvailles et d'échanges où, comme dans le bon vieux temps, il était agréable et divertissant de se retrouver entre voisins.

C'est donc avec grand enthousiasme qu'une première pelletée de terre a été réalisée sous la supervision de deux bénévoles passionnés de jardinage. Monsieur André Forte, bénévole aîné, s'est montré agréablement surpris de la curiosité et la connaissance des jeunes apprentis. Ainsi, lorsqu'il a demandé : « Dans quelle proportion doit-on mélanger le terreau et le compost pour obtenir un sol propice à la culture des plantes potagères ? », Hugo, 12 ans, a spontanément répondu. Correctement.

Comment expliquer cette vivacité ? L'année dernière, il fréquentait une école où se trouvait un jardin pédagogique et adorait ces moments passés à jouer dans la terre. À voir la rapidité avec laquelle il répondait aux questions, il faut croire qu'il est tout à fait possible d'apprendre... en s'amusant !

Nos jardiniers en herbes sont donc tous repartis à la maison, chacun avec un plan, heureux et fiers de participer à ce futur projet.

Un rendez-vous à ne pas manquer le 17 août prochain, au village !





Célébrer la Famille - Fête de la Pêche

Le 8 juin dernier avait lieu la Fête de la Pêche. Des citoyens de tous âges, grands et petits, étaient de la partie. Une autre belle opportunité pour les pêcheurs d'expérience de partager leur savoir, et raconter de belles histoires de pêche. Merci aux bénévoles et à Notre-Dame pour cette journée familiale et intergénérationnelle!

La Fondation Claude de Serres

Certains équipements peuvent faire toute la différence pour une personne en perte d'autonomie. Or, la facture pour leur acquisition peut parfois être salée, voire impossible à payer pour bien des individus aux revenus précaires. La Fondation Claude de Serres a une solution pour remédier à ce genre de situation : le prêt de matériel. C'est ce que rapportait le Journal Voix de l'est dernièrement.



« Avec le vieillissement de la population, les besoins sont toujours croissants. L'an dernier, on a prêté environ 275 équipements. Bien des gens préfèrent rester dans leur maison plutôt que de déménager dans une chambre minuscule. Notre but est de faire en sorte que ces personnes puissent garder leur autonomie, dans une certaine mesure, aussi longtemps que possible. Les gens gardent les équipements aussi longtemps qu'ils en ont besoin. Court terme, long

terme, peu importe. » Madame Louise Forgues, Vice-Présidente (à gauche sur la photo) de la Fondation et bénévole chevronnée résidente de Notre-Dame oeuvre bénévolement au sein de la Fondation depuis nombreuses années. .

S'informer pour mieux reconnaître la Maltraitance

Le 30 avril, le Comité MADA recevait l'organisme Justice Alternative et Médiation lors d'un atelier de sensibilisation sur la Maltraitance des aînés. Membres du Conseil Municipal, Comité MADA, pompiers, invités et d'autres intervenants auprès des aînés prenaient part à cette formation interactive. L'atelier était animé par Andréanne Larouche, Chargée de Projet, Justice Alternative et Médiation de concert avec Sophie Langlois, Travailleuse de milieu (ITMAV).

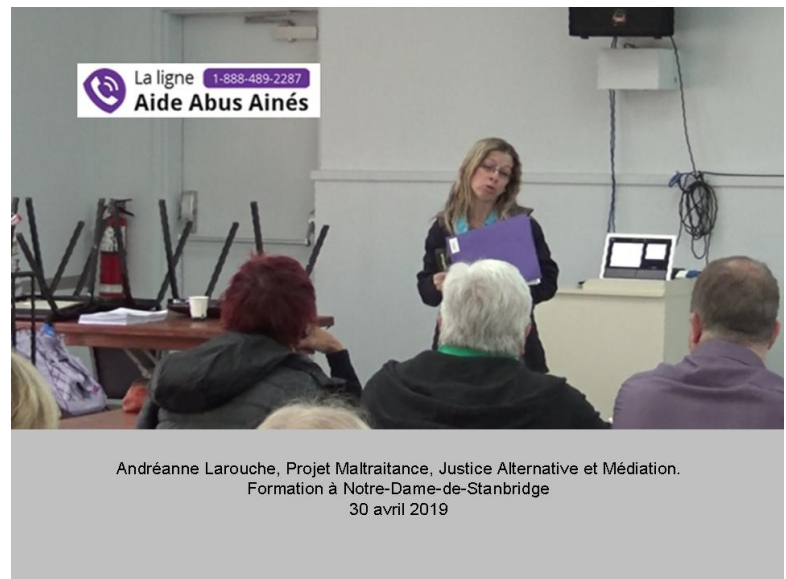


Selon le Gouvernement du Québec, « Il y a maltraitance quand un geste singulier ou répétitif, ou une absence d'action appropriée, intentionnel ou non, se produit dans une relation où il devrait y avoir de la confiance, et que cela cause du tort ou de la détresse chez une personne aînée. »

Il existe 7 formes de maltraitance, selon Andréanne Larouche, Chargée de projet, Justice Alternative et Médiation.

* maltraitance psychologique; maltraitance physique; maltraitance sexuelle; maltraitance matérielle ou financière; maltraitance organisationnelle; âgisme; violation des droits.

'C'est facile de tomber dans l'âgisme sans s'en rendre compte' disait un participant. Il s'agit de sensibiliser les acteurs du milieu, soient-ils élus, organismes ou bénévoles oeuvrant auprès des aînés, aux différentes formes (parfois subtiles) de maltraitance. La Ligne Aide Abus est ouverte à tous pour demander de l'information ou pour prendre conseil (que vous soyez témoin ou victime d'abus). C'est un service gratuit, strictement anonyme et confidentiel, se veut une ressource essentielle tant pour les aînés victimes de maltraitance, les témoins de celle-ci ainsi que pour tout intervenant et organisme au service des aînés. Que ce soit pour rapporter une maltraitance, pour demander conseil, ou pour consulter anonymement, la Ligne est ouverte de 8h à 20h tous les jours.



'La Pension Auclair' - 20 juin à 13h30

À l'occasion de la Journée internationale de sensibilisation à la maltraitance des aînés, le Théâtre des Tournesols en collaboration avec la Table de concertation pour aînés de Brome-Missisquoi et Justice Alternative et Médiation présente une pièce de théâtre intitulée 'La Pension Auclair', dans le cadre du projet de sensibilisation sur la Maltraitance des aînés. Les billets (5\$ l'unité) sont disponibles au bureau de la Municipalité.

Un Jardin Pédagogique Intergénérationnel

Ce projet de Jardin Pédagogique s'inscrit dans le cadre du Plan d'Action MADA. Initié par la conseillère Carole Dansereau, le projet sera porté par le Comité de développement stanbridgeois en collaboration avec d'autres partenaires de la région. Le projet fera l'objet d'une demande de subvention (QADA, Québec Amie des Aînés) dans le cadre du programme Municipalité Amie des Aînés. Ce sera une belle récolte pour les enfants de l'École St-Joseph, les citoyens aînés de Notre-Dame et collaborateurs. La subvention sera déposée par le CDS pour répondre aux exigences de QADA. Un projet de 24 mois prévu pour 2020 et mené par le CDS. Tous les détails sur ce projet à multiples facettes suivront dans les prochains mois!

Nouveau Service - Aide psycho-social (811)

Info-Social 811 est un service de consultation téléphonique gratuit et confidentiel. Le 811 est le numéro de téléphone unique de ce service. Composer le 811 permet de joindre rapidement un professionnel en intervention psychosociale en cas de problème psychosocial. Le service est offert 24 heures par jour, 365 jours par année. Toute personne résidant au Québec peut appeler Info-Social 811 pour elle-même ou pour un proche.

Pour qui et pour quoi?

Voici des exemples de situations où vous pouvez appeler Info-Social 811 :

- Vous traversez une situation qui vous fait vivre de l'anxiété.
- Vous avez des inquiétudes pour un proche.
- Vous vivez des difficultés dans votre famille ou votre couple.
- Vous vivez un deuil.
- Vous avez des questions concernant d'autres situations ou comportements qui vous inquiètent.

Les professionnels du service Info-Social 811 donnent des conseils et peuvent répondre aux questions d'ordre psychosocial. Ils peuvent aussi, au besoin, vous référer vers une ressource appropriée

dans le réseau de la santé et des services sociaux ou une ressource communautaire.

L'appel dure en moyenne de 20 à 25 minutes et se déroule en 3 ou 4 étapes. Le professionnel en intervention psychosociale :

- recueille certains renseignements personnels;
- évalue votre besoin;
- répond à votre besoin;

vous oriente vers une ressource appropriée, si nécessaire.

Ce service est offert dans notre région grâce à nos partenaires du CIUSSS.

Semaine Intergénérationnelle 19 au 25 mai 2019

Le grand rassemblement de l'Intergénération a eu lieu le 23 mai dernier à Trois-Rivières. A l'occasion de cet événement annuel organisé par Intergénération Québec, on célèbre les initiatives favorisant l'intergénération. Les prix ont été décernés à six initiatives qui se sont démarquées par leur originalité et leur impact dans la communauté. Nous avons aussi soumis notre grande 'Fête Dans le Rang' qui fait désormais partie du répertoire d'Intergénération Québec. Notre-Dame peut être fière de la grande liste d'activités pour tous qu'elle offre durant l'année.



Notre-Dame peut être fière de la grande liste d'activités pour tous qu'elle offre durant l'année.

CA VA OU ? Recyclage

Vous connaissez la nouvelle 'application' CA VA OU ? Vous pouvez télécharger ce nouvel outil et trouver où vous pouvez vous départir de plus de 1,000 produits (selon la municipalité). Toutes les informations sont disponibles sur le site de Recyc-Québec au <https://www.recyc-quebec.gouv.qc.ca/appmobile-cavaou>

Vous avez des questions? Vous pouvez nous contacter ComitéMADANds@gmail.com.

Par: Gaston Chouinard
Conseiller, Aînés et Famille



POUTINE
enfant
3\$

POUTINE
régulière
7\$

Grosse
POUTINE
10\$



**AUX PROFITS DU SERVICE SAUVETAGE AGRICOLE /
POMPIERS DE NOTRE-DAME**

Venez vous amuser et déguster notre poutine

Samedi 13 juillet 2019 de 11h à 14h

AU CENTRE COMMUNAUTAIRE Notre-Dame-de-Stanbridge

Inclus une petite poutine de votre choix

Autres formats et boissons gazeuses vendus sur place

**Venez nous encourager
pour une bonne cause !**



- Le comité des Loisirs aimerait remercier M. Martin Neeser et M. Alain Bordeleau, pour leur aide apportée à la cantine des Loisirs lors de la Fête de la pêche le 8 juin dernier. Votre contribution fut très appréciée.
- Le comité des Loisirs sollicite des noms de bénévoles pour les différentes activités que nous offrons tout au long de l'année.
- Si vous avez quelques heures à donner, nous recherchons toujours des âmes généreuses afin de nous aider pour des petits travaux à faire au local des Loisirs.

Vous pouvez laisser vos noms à Sylvie 450-296-4253 ou à Ginette 450-296-4261. **MERCI !**



FITMOM

Jo-Annie

Maman et entraîneure Niveau 1

Horaire d'été

ENTRAÎNEMENT

BOOTCAMP

LA FORCE DU GROUPE

*Pour un entraînement
varié et motivant*

Aucun frais d'abonnement
10 \$ /séance ou 80 \$ /mois illimité

Bienvenue aux mamans avec bébés



Notre-Dame-de-Stanbridge

SALLE DES LOISIRS
750, rue Gauvin, N-D-de-Stanbridge

Début mardi 4 juin

Mardi 9:30

Bienvenue aux aînés / Mise en forme pour tous

Mardi 18:30

Coach Jo-Annie 450-802-1640

Contactez-moi par Facebook : [Jo-Annie Dugas](#)
Par courriel : jo@fitmom.coach | Site web : fitmom.coach



FÊTE NATIONALE RASSEMBLÉE

À STANBRIDGE STATION
UN MONDE DE TRADITION

Lundi 24 juin 2019



229, rue Principale Hôtel de ville de Stanbridge Station



Avec la collaboration de la ville de Bedford
et les municipalités suivantes :
Notre-Dame-de-Stanbridge, Pike River,
Saint-Armand, St-Ignace-de-Stanbridge

10h00 Messe en plein air à Stanbridge Station avec chorale

10h10 Mot de bienvenue de monsieur Gilles Rioux, maire

11h15 Levée et salut au drapeau

11h30 Discours patriotique par monsieur François Renaud

11h45 Jeux gonflables pour les moins de 12 ans

Maquillage pour les enfants et adultes / Clown Pistache pour divertir

MIDI Repas porc braisé, salade, petit pain, dessert, café (10\$)

Bar sur place : liqueur, bière et vin

Avec musique francophone traditionnelle et moderne avec Radio BM

Billets en prévente seulement, pas de vente sur place

Billets seront requis obligatoirement.

Billets en vente, les hôtels de ville, le presbytère St-Damien, Marché Gendreau à Notre-Dame-de-Stanbridge et magasin général Saint-Armand

Grand chapiteau et tables à pique-nique

13H30 Démonstration de zumba

14h00 Possibilité d'exposition de dessins par des écoliers régionaux

15h00 Table d'exposition des traditions

Expositions de photos (la collaboration des citoyens de la région est demandée, photos des parades, etc.)

Jeux

Tir à la corde, divers types de courses par équipe de 2 personnes, course de poches de patate, course chevilles attachées, sling-shot géant

Autres activités non encore précisées

17h00 Fin des festivités

Fête écoresponsable



Le Comité de Développement Stanbridgeois



Pour sa 8^e édition, nous soulignerons les 75 ans du Marché Gendreault au cœur du village

« La Fête dans l'rang 2019 »

Une journée pour les sportifs, les férus d'histoire, les artistes, les artisans, les jardiniers, les agriculteurs et les citoyens préoccupés par l'état de notre planète !

Un événement écoresponsable

Confirmation à ce jour des ateliers et kiosques

Ateliers

Ginette Simard Gendreault, histoire économique/ industrielle de Notre-Dame et visite guidée du lot #19

Guillaume Tétreault, histoire artistique et visite de l'église Notre-Dame-des-Anges

Le comité des loisirs, fabrication de cabanes pour le Marché de Noël

Nathalie Paquette et Lise Bessette : Rallye de canots/kayaks de 10 h à 12 h

Eve Paquin, atelier « L'utilisation de fines herbes pour soigner les maux de tous les jours »

Martine Bellavance, atelier artistique enfants / adultes

Simon Chenier « Essai routier de voitures électriques »

Carole Dansereau atelier de fabrication de choucroute lactofermentée (chaque participant repart avec son pot)

Odette Ménard « La Caravane des Sols » du MAPAQ, atelier et conférence sur la santé des sols

Les soeurs Martel « Vrac dans l'sac, « atelier de fabrication de déodorant écologique

Marisa Ganache « La stérilisation des chats pour éviter la prolifération et l'abandon »

Sani-éco « Jeu de collecte sélective »

Kiosques

École St. Joseph, présentation par des ambassadeurs du futur jardin pédagogique intergénérationnel

Sirop d'érable d'antan Anne Marie et Roger Santerre

La Coopérative du Terroir solidaire

La fromagerie Cornes et Sabots

La fromagerie Missiska

Ma vie en main

Le Cercle des Fermières de Bedford

La Fadoq de Bedford

Pauline Samson, conception d'articles ménagers

Cantine des loisirs sur place ... Apportez votre gourde, couvert et ustensile (aucune bouteille d'eau ne sera en vente, eau en vrac seulement)

Programme de la journée : visiter le site de la municipalité. <http://www.notredamedestanbridge.qc.ca/>

Souper et achat de billet au montant de 16 \$: se rendre à l'Hôtel de ville de la municipalité ou au Marché Gendreault, situé au 1097 rue Principale à Notre-Dame-de-Stanbridge

Participation au rallye canot-kayac, se rendre à l'Hôtel de ville de la municipalité ou par internet : carole.dansereau@gmail.com



La Fête dans l'rang 2019

Un rallye sur la rivière vous intéresse ? « La Fête dans l'rang 2019 »

Vous avez le goût de vous amuser sur l'eau, de relever un défi différent, de contempler les bandes riveraines sous un autre œil, alors inscrivez vous au rallye de la Fête dans l'rang 2019



Quand : Le samedi 17 août

Heure : Arrivée sur le site à compter de 9 h, départ à 10 h au 1085 rue Bord de l'Eau Notre-Dame-de-Stanbridge.

Comment : En apportant votre canot ou kayak, ceinture de sauvetage.. (nous pouvons vous prêter un kayak simple et une ceinture). Le rallye se fera en équipe de deux. Nous acceptons un enfant âgé de plus de six ans, s'il est assis au milieu du canot.

Inscription : Se rendre à l'hôtel de ville ou par internet

Carole.dansereau@gmail.com

Responsables : Nathalie Paquette et Lise Bessette



Participons à la féerie du Marché de Noël....

Le comité des loisirs sollicite la participation des citoyens lors de la *Fête dans l'rang* le 17 août prochain afin de concevoir deux cabanes qui feront partie du Marché de Noël en décembre prochain.

Apportez votre contribution en mettant à profit vos talents de concepteur, de constructeur, de peintre, de créateur, etc..

Venez vous amuser en frappant du marteau et en réalisant des cabanes uniques en son genre!!

Nous serons installés sur la rue Principale, à côté de l'école.

Nous vous attendons en très grand nombre! Le comité des loisirs



BARRIÈRE À LAMPROIES

Le début de la saison a été très productif. Même le niveau de l'eau a été haut, durant une période, il a fallu abaisser toutes les grilles. La migration est au rendez-vous. En date du 10 juin, déjà plus de 150 lamproies ont été capturées. L'an dernier nous en avons capturés une quarantaine seulement. Le CDS vous invite à venir jeter un coup d'œil au présentoir près de la barrière, lequel est très explicatif avec des textes et image.



Lors de la Fête de la pêche le 8 juin dernier (Us Fish and Wildlife Service) avait capturé 15 lamproies, 2 achigans à petites bouches, 2 dorés, 1 perchaude, 2 crapets de roche, 1 crapet soleil, 1 chat-fou des rapides (stonecat), 1 méné, 1 poisson meunier blanc. Les participants à la Fête de la pêche ont pu voir de près ces espèces de poissons.

La Municipalité est à la recherche de personne, entre 18-40 ans, qui souhaiterait participer à l'élaboration d'un plan stratégique d'attraction, en collaboration avec visages Régionaux et la MRC Brome-Missisquoi. Cette implication demande la participation à 5 rencontres. Nous souhaitons avoir vos commentaires, suggestions et vos idées afin de permettre de développer un plan d'attractivité pour notre municipalité.

Si vous êtes intéressés par ce projet, veuillez contacter la directrice générale,

Suzanne Marcoux, au (450) 296-4710



Service Incendie



Le camping sécuritaire



Avant

- Vérifier s'il y a des espaces prévus pour faire un feu de camp.
- Si ces espaces ne sont pas disponibles, choisir un site éloigné des arbres et de la tente et à l'abri des vents.
- Enlever, sur au moins un mètre autour du feu (3 pieds), tout combustible comme le bois mort, les branches d'arbres et les feuilles.
- Creuser jusqu'au sable; éviter de faire de feu sur de la terre noire. Entourer l'espace avec des pierres.
- Avoir à portée de main du matériel d'extinction comme un seau d'eau, du sable, une pelle ou un râteau.
- Ne pas utiliser d'essence ou d'accélérateur pour allumer le feu ou pour l'entretenir. Ne pas utiliser de papier car les étincelles peuvent mettre le feu à la tente ou à la forêt.

Pendant

- Faire un feu de petite dimension pour cuisiner ou pour se réchauffer seulement. Ne pas l'alimenter pour qu'il prenne de l'ampleur.
- Surveiller constamment le feu de camp et s'assurer qu'il ne se répand pas à l'extérieur du site.
- Ne jamais laisser des enfants sans surveillance ni les laisser jouer près du feu.
- Cesser d'ajouter du bois dans le feu bien avant de l'éteindre afin qu'il diminue au maximum.

Après

- Pour l'éteindre, brasser les braises doucement et ajouter de l'eau ou du sable.
- Vérifier qu'il n'y a pas de braises entre les pierres entourant le feu.
- S'assurer que les cendres sont froides avant de quitter les lieux ou d'aller dormir.

Tente

- Utiliser une tente fabriquée dans un matériau ininflammable.
- Idéalement, acheter une tente comportant deux sorties. Couper dans le tissu avec un couteau pour se fabriquer une sortie de secours si un feu se déclare.
- Installer la tente à une distance sécuritaire de l'espace prévue pour le feu de camp.
- Garder un extincteur portatif en tout temps, spécialement à l'extérieur de la tente durant la nuit.
- Ne jamais utiliser d'allumettes, de chandelles ou de flammes vives à l'intérieur de la tente.



Véhicules récréatifs et roulottes

- Placer la roulotte ou le véhicule récréatif à une distance sécuritaire du feu camp.




Articles pour fumeurs

- Éteindre les cigarettes et autres articles de fumeur avant d'aller au lit. Vider les cendriers dans un contenant métallique et y mélanger de l'eau. Idéalement, sortir le contenant à l'extérieur.



Liquides combustibles



- S'assurer que les appareils fonctionnant au gaz ou au propane portent le sceau d'un organisme d'homologation reconnu comme .
- Éviter l'entreposage des liquides inflammables et combustibles de même que les journaux et sacs d'épicerie à l'intérieur du véhicule.
- Lors du remplissage du réservoir de propane ou d'essence, fermer le démarreur, faire sortir tous les passagers du véhicule. Après le remplissage, s'assurer que les valves sont bien fermées.
- Ne pas cuisiner lorsque le véhicule est en marche.

Outils de protection

- Installer un avertisseur de monoxyde de carbone dans le véhicule récréatif.
- Préparer un plan d'évacuation et le pratiquer.
- Garder un extincteur portatif à proximité de l'aire de cuisson du véhicule récréatif et près de la porte de sortie de la roulotte.
- Garder une petite hache pour une évacuation d'urgence.

Appareils et équipements de camping

Choisir l'appareil

- Utiliser de l'équipement à piles lorsque c'est possible.
- S'assurer que les appareils fonctionnant à l'essence et les réservoirs d'essence portent le sceau d'un organisme d'homologation reconnu comme  et .

L'utiliser

- Suivre les instructions du fabricant pour installer et utiliser les appareils et les équipements de camping.
- Utiliser seulement des appareils bien aérés à l'intérieur du véhicule récréatif, de la tente ou de la roulotte. Une accumulation de vapeur peut produire du monoxyde de carbone ou causer une violente explosion.
- Toujours effectuer le remplissage des appareils de camping à l'extérieur.
- Toujours entreposer les liquides combustibles et les carburants à l'extérieur.
- Garder les appareils fonctionnant aux liquides inflammables loin des matériaux combustibles comme la tente, les murs, les couvertures et le papier.
- S'assurer que la flamme d'un appareil de camping est bleu clair avec d'occasionnelles flammes jaunes. Une flamme jaune est un signe de combustion incomplète et de production possible de monoxyde de carbone.

Le vérifier

- Faire inspecter les appareils fonctionnant au combustible au moins une fois par an par un professionnel. Les insectes et les rongeurs peuvent les obstruer et les endommager.
- Vérifier et entretenir les connections et les conduits d'échappement. Vérifier la présence de fuite en aspergeant les raccords d'eau savonneuse afin de déceler la présence de bulles.

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



(Pêche en Herbe) du 8 juin dernier



Le beau soleil est là, de nombreuses familles avec les enfants aussi, les animateurs également, mais le poisson s'est fait rare. Les experts d'opinions différentes en discutent encore du pourquoi.

Après le mot de bienvenue de monsieur le maire, Daniel Tétréault, des sujets sont présentés à une foule impatiente d'action mais attentive comme la réglementation de la pêche (Mme Tremblay/ ministère Environnement), l'écologie des rivières (Johanne Bérubé de Bassin versant OBVBM), les techniques de pêche (Luc Desjarlais) ainsi que la vidéo de Jacques Deladurentaye sur les lamproies.

Nous remercions tous ces animateurs bénévoles, sans oublier les responsables des zones (Normand Tremblay, France et Céline Boulet) ainsi que les pompiers qui ont assuré la sécurité de l'évènement et la cantine des Loisirs de NDS pour rassasier les affamés.

La plus grosse prise chez les enfants, une perchaude de 20cm, a été effectuée par une jolie fillette blonde nommée Naelly Lavigne et chez les adultes François Morin avec une anguille de 71.12 cm.

Plusieurs prix de présence ont fait bien des heureux et nous remercions le commanditaire Londéro Sport de St-Jean-sur-Richelieu. Et chaque enfant a reçu un billet pour se procurer un Mister Fresse, (gracieuseté du Marché Gendreau).

Les permis de pêche « Jeune » (valable jusqu'à 18ans) sont remis à quarante-huit participants enthousiastes venus de NDS et des environs et même de Sherbrooke. On a pu remarquer aussi la présence d'une douzaine de scouts de Bedford.

Cette 8ème Fête de la Pêche (*Pêche en Herbe*) a été une grande réussite sur le plan du rassemblement de citoyens amoureux de loisirs écologiques à portée de tous.

Un grand merci à tous de votre joviale présence et à l'année prochaine, avec, on le souhaite, plus de poissons.

Jean-Pierre Morlot, conseiller municipal, responsable de la Fête de la Pêche

Des nouvelles de l'école St-Joseph NDS



Salut la municipalité de Notre-Dame de Standbrige !!! Nous sommes deux finissantes du primaire à l'école St-Joseph. Voici le résumé de notre année scolaire.

Voici les sorties et activités que nous avons fait cette année. Le thème de notre école était les cowboys alors nous avons fait une fête thématique au mois de septembre.

Avec l'arrivée de l'automne, nous avons pu contempler le paysage depuis le sommet du Mont St-Grégoire. Après le congé de Noël, nous avons eu la chance de voir le spectacle Espièglerie au Théâtre des Deux-rives à St-Jean pour ensuite aller à Gyntanik pour dépenser notre énergie. Avant d'aller se reposer en semaine de relâche, nous sommes allés au Centre des sciences et Imax à Montréal. Nous en avons appris beaucoup sur l'océan. Tous les élèves de l'école ont pu démontrer leur talent de scientifique avec l'Expo-sciences jugé par des juges invités, des parents et des élèves de l'école du Premier Envol. Au mois de mai, les élèves du premier cycle ont parcouru 4 km de vélo et les élèves du 2^e et 3^e cycle 16 km. Malheureusement, nous n'avons pas atteint l'objectif en raison du vent et de la pluie. Nous avons participé au défi des cubes énergies de Pierre Lavoie. Le record de l'an passé a été amplement dépassé avec 36 938 cubes. Grâce à cela nous aurons une Tombola à la fin de l'année scolaire et les enseignants de l'école ont dû faire un cours de Zumba devant toute l'école.

Puisque nous sommes les plus vieux de l'école, nous avons eu la chance de choisir une sortie de fin d'année spéciale. Nous avons choisi Fort débrouillard. Nous avons dû nous évader de prison, faire un tir de la buche, descendre dans le tunnel souterrain, fait du ski en équipe pour ensuite faire le tir à l'arc, faire des buts de soccer, des paniers de basket et des points au frisbee, découvert l'énigme du mot croisé, fait un labyrinthe et traversé des barreaux au-dessus d'un lac glacial. En plus, nous aurons droit à un bal de finissant pour souligner notre départ. Prochainement : un spectacle de talents et de musique nous attend le 7 et 10 juin. La grande sortie de fin d'année de l'école St-Joseph est une visite au zoo de Granby.

Une petite compétition amicale entre le personnel de l'école et les élèves a eu lieu tout au long de l'année. Il y a eu tout d'abord une joute de kickball qui s'est terminée à égalité. Ensuite une partie de hockey où le score a encore été égal. Enfin de déterminer un grand gagnant, une joute de soccer aura lieu.

Nous voudrions remercier tout le personnel de l'école St-Joseph de nous avoir encouragé tout au long de notre chemin depuis la maternelle.

Merci à tous!

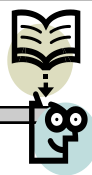
Clara Chenier

Rose.É.M

Catherine Lacroix (TES)



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 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

Horaire des bénévoles pour le mois de JUILLET 2019

Jour	Date	Noms
Mercredi	03 juillet	Micheline Dufour
Samedi	06 juillet	Guy Lambert
Mercredi	10 juillet	Béatrice Travers
Samedi	13 juillet	Gisèle Bonhomme
Mercredi	17 juillet	Ève Paquin
Samedi	20 juillet	Pauline Bonneau
Mercredi	24 juillet	Claudette Pinsonnault
Samedi	27 juillet	Gisèle Bonhomme
Mercredi	31 juillet	Annie St-Pierre

Horaire des bénévoles pour le mois de août 2019

Jour	Date	Noms
Samedi	03 août	Gisèle Bonhomme
Mercredi	07 août	Micheline Dufour
Samedi	10 août	Guy Lambert
Mercredi	14 août	Claudette Pinsonnault
Samedi	17 août	Gisèle Bonhomme
Mercredi	21 août	Annie St-Pierre
Samedi	24 août	Pauline Bonneau
Mercredi	28 août	Ève Paquin
Samedi	31 août	Gisèle Bonhomme

Horaire des bénévoles pour le mois de septembre 2019

Jour	Date	Noms
Mercredi	04 septembre	Annie St-Pierre
Samedi	07 septembre	Pauline Bonneau
Mercredi	11 septembre	Claudette Pinsonnault
Samedi	14 septembre	Gisèle Bonhomme
Mercredi	18 septembre	Ève Paquin
Samedi	21 septembre	Guy Lambert
Mercredi	25 septembre	Annie St-Pierre
Samedi	28 septembre	Gisèle Bonhomme

Pensée du mois:



Bonne fin d'année scolaire à tous les élèves, profitez du beau temps pour bien vous amuser et vous reposer.

Recette du mois

Sucette glacées à la gelée de fruit

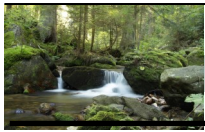


1 c. à soupe de gélatine
¼ tasse d'eau
2 tasses de jus de fruits exotiques
¾ tasse de sucre
4 tranches d'ananas en boîte, coupées en morceaux
Moule & bâtonnets

Dans un bol, saupoudrer la gélatine sur l'eau et laisser gonfler 5 minutes. Réserver.

Dans une casserole, porter à ébullition le jus de fruits, le sucre et l'ananas en remuant pour bien faire fondre le sucre. Ajouter la gélatine et mélanger jusqu'à ce qu'elle soit dissoute. Pour accélérer le processus de congélation, refroidir le mélange dans un bain de glace en remuant. Verser dans le moule .

Source: Ricardo.com



Le système circulatoire partie 2.

Les deux problèmes du système circulatoire que nous verrons, tel que mentionné le mois passé, sont les varices et l'arythmie cardiaque.

Les varices sont une dilatation anormale et permanente d'une veine, généralement sur les jambes. Elles sont parfois douloureuses, causes des crampes la nuit et peuvent être bleuâtres, bosselées et inesthétiques. Pour les traiter, outre la chirurgie, vous pouvez essayer d'adopter ces quelques habitudes : manger des fruits riches en vitamine C2 (cassis, bleuets, orange, raisins, pamplemousse, mûres, cerises, abricot), éviter l'alcool et le café, demeurer à votre poids santé et inclure dans votre alimentation le gingembre, le romarin et le piment de Cayenne. Vous pouvez aussi prendre une ou plusieurs des plantes suivantes : aubépine, vigne rouge, ginkgo, achillée millefeuille, salicaire ou alchémille pour stimuler la circulation veineuse.

Voici une recette d'huile à massage pour vous masser les jambes en douceur, du bas vers le haut, de deux à quatre fois par jour.

Huile à massage pour varices

- Huile d'arnica
- Huile essentielle de cyprès (*Cupressus sempervirens*)

Bien mélanger et mettre dans une bouteille de préférence ambrée à l'abri de la lumière directe.



L'arythmie cardiaque est une modification du rythme cardiaque, un trouble cardiaque consistant en une irrégularité des contractions du cœur. Il y a plusieurs sortes et plusieurs causes d'arythmie. Il existe beaucoup de plantes qui régularisent le rythme cardiaque et calment le cœur, mais si vous prenez des médicaments pour cette condition il serait mieux de parler à votre médecin avant d'utiliser ces plantes.

Les bonnes habitudes à adopter dans cette situation sont d'éviter les aliments excitants (café, alcool, sucre, viande rouge), bien apprendre à respirer, faire de l'exercice à l'extérieur et éviter toutes les sortes d'excès. Il serait aussi sage de relaxer et de méditer à chaque jour. Les plantes utiles sont l'agripaume, le basilic, la camomille allemande, la lavande, le tilleul, la cataire, la mélisse, la valériane et la verveine pour ne nommer que celles là.

Je vous donne une recette que vous pouvez utiliser en combinant toutes ces plantes en concentré liquide ou en tisane, quoi que l'amertume de l'agripaume peut en décourager quelques 'un.

Mélange bon rythme

- 1 partie d'aubépine
- 1 partie d'agripaume
- 1 partie d'avoine
- 1 partie de lavande ou de scutellaire

On mélange tout en on prend 1 tasse de tisane ou 10 à 15 gouttes de concentré liquide de 2 à 3 fois par jour.

Pour les problèmes du système circulatoire que l'on vient de voir et pour les autres de ce système, l'important c'est, entre autres, de bouger à l'extérieur et de bien s'oxygéner ... de jardiner dehors quoi ! Ensuite on se repose avec une bonne tisane de valériane, une chandelle, un chat et on relaxe.

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

Eve Paquin, Herboriste en formation



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

Habituellement durant la période des vacances d'été, les messes dominicales font relâche pour les mois de juillet à septembre.

Comme les marguilliers et la plupart des bénévoles seront absents les fins de semaines, voici les orientations que le comité de Pastorale a décidé pour l'été qui arrive à grands pas.

Il y aura une messe à 10h00, dans notre église, chaque premier dimanche de Juillet, Août et Septembre. Donc une messe par mois pour notre paroisse durant l'été. De plus, pour clôturer le mois de septembre, une messe sera célébrée à 10h00 chez-nous, avec un goûter immédiatement après la messe, question de rassembler les paroissiens de l'Unité des Frontières (le 29 septembre étant un cinquième dimanche). L'horaire régulier reprendra en octobre.

En Juin, nous lancerons la campagne de la dîme de 2019. Vous devriez recevoir les demandes de contribution dès le début de Juillet avec des enveloppes pré-adressées pour le retour.

Vous aurez le choix aussi de les rapporter directement au presbytère de l'Unité, au 26 rue de l'Église à Bedford. Yvette et Patrice se feront un plaisir de vous donner un reçu pour fin d'impôt.

Le 17 Août prochain, la Fête dans le Rang se déplacera au village et un chapiteau sera érigé à l'arrière de l'église. Pour l'occasion, nous souhaitons ouvrir la fête par une messe. L'heure de la messe sera affichée avec le déroulement de la journée.

Nous vous invitons aussi à prendre vos feuillets paroissiaux à l'épicerie, au bureau de poste et à la résidence Duhamel, pour suivre l'horaire d'été de l'Unité ainsi que celle de notre paroisse.

Bonne saison estivale et au plaisir de vous rencontrer les premiers dimanches et le 17 aout prochain.

Ginette Simard Gendreau, Pour le Conseil de Fabrique
Paroisse Notre-Dame-des-Anges



INVITATION ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ORGANISME DE BASSIN VERSANT BAIE MISSISQUIOI JEUDI LE 20 JUIN 2019

Salle communautaire de la municipalité
de Notre-Dame-de-Stanbridge, 900, rue Principale
de 19h à 22 h

Visite de la bande riveraine de démonstration
au parc de la salle communautaire
de 18h30 à 19h

Johanne Bérubé, Directrice générale
Organisme de bassin versant de la baie Missisquoi, Cellulaire : 450-955-1821

Les jeunes âgés entre 12 et 21 ans,
qui ont une déficience intellectuelle
ou un trouble du spectre de l'autisme
peuvent bénéficier de ce camp.

Camp d'été spécialisé

Le camp débute le 28 juin et se termine le 16 août 2019.

Plusieurs activités sont planifiées : jeux éducatifs, activités de cuisine, activités artistiques ou scientifiques, période de relaxation, activités sportives extérieures.

Une journée bien remplie avec plusieurs sorties : Motion Parc Évolutif de Granby, Zoo, Club de Gymnastique, visite d'exposition, piscine, page...



Venez vous amuser avec nous

18\$/jour

Arrivée entre 8h et 9h

Départ entre 16 et 17h

Inscription + paiement 2 semaines à l'avance.

Demander notre nouveau calendrier à l'APPHBM

450-266-1566 ou apphbm@gmail.com



Situé à l'école
secondaire
Massey-Vanier
de Cowansville

La Chronique du village

Bon anniversaire
à nos doyens et
doyennes

du mois de juin
Mme
Rosala Falcon,
M. Edmund
Loyd Ladouceur
et M. Jean-Guy
Rainville

du mois de juillet
Mme Réjeanne
Galipeau

du mois d'août
Mme Clémence
Leboeuf
et M. Jean-Marc
Choinière

du mois de
Septembre
Mme Madeleine
Tougas,
Mme Angèle
Deslauriers,
M. Jean-Claude
Lebel.

POSTES CANADA
CANADA POST

Heures d'ouverture du bureau de poste de Notre-Dame-de-Stanbridge

Lundi 09:30 - 12:00 - 14:00 - 16:15

Mardi 09:30 - 12:00 - 14:00 - 16:15

Mercredi 09:30 - 12:00 - 14:00 - 16:15

Jeudi 09:30 - 12:00 - 14:00 - 17:30

Vendredi 09:30 - 12:00 - 14:00 - 16:15

Fermé les samedis et dimanches

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

MES BRETELLES ?

Je ne me les pète pas,
je me les étire pour
mieux vous servir !

Hélène Paquette

Courtier immobilier

450 248.0777

hpaquette57@gmail.com

hpaquette.com



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

Ramonages de tous genres:

cheminée, maçonnerie,
préfabriquée, poêle,
foyer, bois et granule.

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

31, Bernier, Bedford Tél.: 579 433-8777 - 514 943-2330

AXEP

Marché Gendreau

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

- *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

Reiki
Fleurs de Bach
Kinésiologie
Radiesthésie
Magie Blanche



Eve Paquin

Thérapeute énergétique

1051, rue Principale, Notre-Dame-de-Stanbridge
(450) 334-3304

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

c u i s i n e s
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 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