



Pour vous inscrire:
www.defisante.ca/le-defi/connaître-le-defi

Le Défi Santé, c'est 6 semaines et 3 objectifs

C'est le moment de participer à ce **rendez-vous annuel** qui invite tous les Québécois à mettre leur santé en priorité. Concrètement, les participants **s'engagent à poser des gestes simples pendant 6 semaines, du 30 mars au 10 mai, pour atteindre 3 objectifs:**

Objectif 5



Manger au moins 5 portions de fruits et légumes par jour

Objectif 30



Bouger au moins 30 minutes par jour. Et pour les jeunes, c'est au moins 60!

Objectif Équilibre



Favoriser son sommeil chaque jour



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 et de 12h30 à 16h00.

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



Comité des Loisirs: Le mardi 21 mars à 19h00 à l'Hôtel de ville.

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

Fabrique: Le mercredi 12 avril à 19h00 à la Sacristie.

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

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 d'AVRIL 2017 ce sera vendredi 31 MARS 2017,
par courriel : notredamedestanbridge@videotron.ca

Le journal L'AMI est distribué en 300 exemplaires dans Notre-Dame-de-Stanbridge.

Le comité:

Gisèle Bonhomme: *relationniste*

Madone Godin: *correctrice*

Jacques De Ladurantaye : *photographe*

Béatrice Travers: *collaboratrice*

Sylvie Poulin: *graphiste, mise en page*
ressources.nds@videotron.ca



Calendrier des activités de loisirs, culture et vie communautaire du 15 mars 2017 au 15 avril 2017

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
<p>Cours de danse Country, Bingo, Zumba et Maniement d'armes : au Local des Loisirs, 750 rue Gauvin. Danse de l'âge d'Or : 900 rue Principale (Salle municipale). Bibliothèque : au local 106 de l'école St-Joseph. Jeux de cartes et de société : au local des Loisirs</p>						
			<p>15 MARS Bibliothèque 19h à 20h00 Zumba 18h30 Aux Loisirs Consultation publique Édifice G.H. Dupuis 19h00 à l'Hôtel de ville</p>	<p>16 MARS Bingo : à 14h00 Aux Loisirs</p>	<p>17 MARS Jeux de cartes et de société aux Loisirs 13h30 à 16h30 Vendredi Boum (Jeunes) Loisirs 18h à 21h</p>	<p>18 MARS Bibliothèque 10h à midi</p>
19 MARS	20 MARS	<p>21 MARS Cours de danse Country (7\$) Aux Loisirs 19h à 21h Assemblée comité des Loisirs 19h à l'Hôtel de ville</p>	<p>22 MARS Bibliothèque 19h à 20h00 Zumba 18h30 Aux Loisirs</p>	<p>23 MARS Bingo : à 14h00 Aux Loisirs</p>	<p>24 MARS Jeux de cartes et de société aux Loisirs 13h30 à 16h30</p>	<p>25 MARS Bibliothèque 10h à midi</p>
26 MARS	<p>27 MARS Les Lundis Ludiques aux Loisirs Jeux de cribbes etc. 19h à 21h</p>	<p>28 MARS Cours de danse Country (7\$) Aux Loisirs 19h à 21h</p>	<p>29 MARS Bibliothèque 19h à 20h00 Zumba 18h30 Aux Loisirs</p>	<p>30 MARS Bingo : à 14h00 Aux Loisirs</p>	<p>31 MARS Jeux de cartes et de société aux Loisirs 13h30 à 16h30</p>	<p>1 AVRIL Bibliothèque 10h à midi</p>
2 AVRIL	<p>3 AVRIL Assemblée du conseil municipal À 19h30 Les Lundis Ludiques aux Loisirs Jeux de cribbes etc. 19h à 21h</p>	<p>4 AVRIL Cours de danse Country (7\$) Aux Loisirs 19h à 21h</p>	<p>5 AVRIL Bibliothèque 19h à 20h00 Zumba 18h30</p>	<p>6 AVRIL Bingo : à 14h00 Aux Loisirs</p>	<p>7 AVRIL Jeux de cartes et de société aux Loisirs 13h30 à 16h30</p>	<p>8 AVRIL Bibliothèque 10h à midi</p>
<p>9 AVRIL Danse Loisirs 900 rue Principale À 13h00</p>	<p>10 AVRIL Les Lundis Ludiques aux Loisirs Jeux de cribbes etc. 19h à 21h</p>	<p>11 AVRIL Cours de danse Country (7\$) Aux Loisirs 19h à 21h</p>	<p>12 AVRIL Bibliothèque 19h à 20h00 Zumba 18h30 Aux Loisirs Assemblée Fabrique 19h à la Sacristie</p>	<p>13 AVRIL Bingo : à 14h00 Aux Loisirs</p>	<p>14 AVRIL Jeux de cartes et de société aux Loisirs 13h30 à 16h30</p>	<p>15 AVRIL Bibliothèque 10h à midi</p>



MOT de la Mairesse

La marmotte s'est trompée un peu! ... l'hiver semble vouloir s'éterniser...
Finalement, les raquettes reçues à Noël serviront d'ici peu mais les bâtons de golf resteront au remisage.

Durant mon absence, les choses ont continué d'avancer et plusieurs projets en cours se sont concrétisés. J'aimerais remercier tout le conseil et la directrice générale pour le bon travail effectué pendant mon absence. Les dossiers en cours ont été bien gérés et les suivis bien administrés.

L'Internet haute vitesse a fait un grand pas avec la participation du CDS, de Jacques, Pauline, Marcel, Fabien, Stephen, Sylvain et Carole. Un sondage a été fait auprès des familles habitant les rangs et les territoires isolés de notre municipalité dans le but de les sensibiliser et leur faire valoir les avantages de pouvoir accéder à l'Internet, la téléphonie et la câblodistribution des stations télé chez eux par la fibre optique et ce à un prix équivalent à celui payé par les familles du village couvert par Vidéotron. Ce projet pour sa réussite, nécessite l'acquiescement de la majorité (85%) des familles vivant en dehors du périmètre urbain. Plusieurs réunions ont été faites pour sensibiliser les gens et actuellement la cible est largement dépassée. Vous n'avez pas hésité à vous joindre à cette majorité de familles isolées pour améliorer vos chances d'obtenir cette liaison par la fibre. Plus on sera nombreux à accéder à ce service, plus le projet de fibre sera viable. C'est la voie de l'avenir!

La recherche de subvention pour la mise à niveau du 711 Gauvin (édifice G.H. Dupuis) va bon train. La bibliothèque devra possiblement déménager avant le début de la prochaine année scolaire pour permettre une classe de plus et le bureau de poste nécessite aussi un déménagement voilà ce qui principalement nous pousse à procéder rapidement. La rencontre du 15 mars nous indiquera les orientations à donner pour la suite de ce projet.

Du côté du comité des loisirs, une très bonne nouvelle... de nouveaux membres se sont greffés à ce groupe dynamique qui commençait à trouver la tache lourde pour leurs épaules. Merci à ces braves qui finalement vont je pense apprécier de travailler avec les membres de cette association importante dans notre petite municipalité.

De bonnes nouvelles sont annoncées pour le projet commun de l'aréna de Bedford; Ceci permettra sans doute de réduire le montant de participation au déficit d'opération des municipalités. Daniel nous tiendra au courant des développements à ce sujet.

Le nouveau camion acheté à la municipalité de St-Armand pour notre service d'incendies a été livré la semaine dernière.. Notre vieille autopompe sera mise en vente sous peu. Robert nous fera un compte rendu des derniers développements sur ce sujet.

Activités à venir : le comité de la fête dans le rang est prêt à ouvrir la < machine> afin de mettre sur pieds cette activité originale à notre municipalité. La reconnaissance de nos exploitations agricoles par nos citoyens est importante. Les échanges et les informations émises lors de cette journée sont intéressantes et de bonne augure, tant pour nos apprentissages ou nos découvertes de part et d'autre. C'est une grosse tâche que le comité du CDS s'impose pour la réussite de cette sixième édition. N'hésitons



pas à leur donner un coup de main pour cette belle activité. Les conseillers les plus impliqués dans cette activité avec le CDS sont: Carole, France et Roger. Mais tous s'y donnent aussi dans des sous-comités.

D'autres activités à venir; la fête des bénévoles et le dîner de fabrique pour le mois d'avril, la distribution d'arbustes en mai et la fête de la pêche pour le mois de juin.

Soyez attentifs et lisez notre journal l'Ami que Sylvie nous prépare tous les mois, pour y découvrir toutes les nouvelles sur ces activités rassembleuses.

Ne manquez pas non plus de visiter notre site web, qui est mis à jour et au goût du jour par Béatrice.

Ginette Simard Gendreau, mairesse.

Résumé de la session ordinaire du 6 mars 2017

- La municipalité fait un don de 300\$ pour la remise de bourses à l'école secondaire Jean-Jacques-Bertrand à 2 étudiants qui résident dans notre municipalité.
- L'ancienne autopompe sera mise en vente car elle est remplacée par l'autopompe Pierce 2001 achetée de la municipalité de St-Armand au montant de 117 000\$ plus les taxes applicables;
- Des réparations seront effectuées sur le pickup du service de sécurité incendie;
- La municipalité renouvelle son adhésion au Carrefour Action municipale et famille;

À NOTER

Le bureau municipal sera fermé le lundi 17 AVRIL 2017 (lundi de Pâques).

Avis public

Est donné par la soussignée, secrétaire trésorière de la Municipalité de Notre-Dame-de-Stanbridge, qu'au cours de la prochaine assemblée ordinaire du conseil, qui sera tenue le **lundi 3** avril 2017 à 19h30 à l'Hôtel de Ville, les rapports financiers et le rapport du vérificateur de l'année 2016 seront déposés.

donné le 9 mars 2017 Béatrice Travers, directrice générale, secrétaire trésorière.



RAPPEL

Vous voulez faire des **rénovations, implanter ou agrandir un bâtiment**, refaire vos installations septiques non conformes, venez rencontrer Mme Tremblay pour obtenir toutes les informations nécessaires pour l'obtention d'un permis.

Mme Évelyne Tremblay, inspectrice en urbanisme est présente **les lundis de 8h30 à 12h et de 12h30 à 16h** à l'hôtel de ville.

Terrain municipal à vendre

La municipalité de Notre-Dame-de-Stanbridge met en vente un terrain vacant soit le lot 4 377 606, d'une superficie de 1 574.7 m² (16 950 p²), le frontage est de 27.01 m et la longueur de 58.33 m

Situé au numéro 837 rue Principale, ce terrain est desservi par les égouts municipaux et possibilité de se brancher à Vidéotron pour les services de téléphone, télévision et internet haute vitesse.

Le zonage municipal C1 permet les usages suivants :

- construction d'une résidence unifamiliale ou,
- le commerce de détail ou,
- les métiers spécialisés ou,
- les services reliés aux véhicules.

Pour toute autre information sur le zonage et la réglementation en urbanisme, communiquez avec l'inspectrice en bâtiment les lundis au 450 296-4710.

Le prix de vente a été fixé à 40 000\$ soit 25.40\$/m² ou 2.36\$/p².

Si vous êtes intéressés, communiquez avec la directrice générale les lundis, mercredis et jeudis de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h.





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.



ÉCOCENTRES
BROME-MISSISQUOI

bmvert.ca

Ouverture dès le 1^{er} avril 2017

Chaque écocentre sera ouvert **selon son samedi**
de 8 h à 12 h et de 12 h 30 à 16 h

Consultez l'horaire au bmvert.ca

Service gratuit pour les résidents de la MRC
Apportez vos matières à l'un ou l'autre des six écocentres

- À noter :**
- Matières d'origine commerciale **refusées**
 - Bardeaux d'asphalte **refusés**
 - Collecte de vélos
 - Remorque résidentielle seulement
 - Triez vos matières avant votre arrivée



1er samedi du mois	Bromont 20, rue du Pacifique Est / 450 534-3420
2e samedi du mois	Ville de Bedford 80, rue Cyr / 450 248-2440 / 450 248-3004 Lac-Brome 50, rue Mill / 450 243-6111
3e samedi du mois	Cowansville 2500 rang St-Joseph / 450 263-0277
4e samedi du mois	Farnham 1180, boul. Industriel / 450 293-3178 Sutton 260, route 139 sud / 450 538-2290
5e samedi	Aucun écocentre ouvert

Écocentre = Valorisation!

Les écocentres sont des lieux sécurisés qui permettent de valoriser les matières d'origine résidentielle et ainsi éviter de remplir inutilement le site d'enfouissement.

Donnez aux suivants!

Si vos matières peuvent encore servir, pensez aux organismes locaux qui leur donneront une deuxième vie (ex. : sous-sol d'églises, centres d'action bénévole, Cellule Jeunes et Familles Brome-Missisquoi, etc.)

Comment ça fonctionne?

Chaque citoyen apporte lui-même ses matières à l'un des six écocentres selon l'horaire et en assure le tri en les déposant dans les conteneurs appropriés pour chaque matière avec les indications du préposé.

Marche à suivre :

- A. Triez vos matières avant votre arrivée aux écocentres;
- B. Présentez une preuve de résidence et une pièce d'identité au préposé de l'écocentre;
- C. Déposez vos matières dans les conteneurs prévus à cet effet.

Pièces d'identité acceptées

Pièce d'identité avec photo	Preuve de résidence (récente et valide)
Permis de conduire	Permis de conduire
Carte d'assurance-maladie	Facture de services publics datant d'au plus 3 mois : téléphone, électricité, gaz, câblodistribution
Carte étudiante	Bail de l'année en cours
Passeport canadien	Compte de taxes municipales ou scolaires

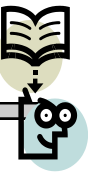
Remorque résidentielle maximale de 64 pieds cube

Le contenu des remorques acceptées aux écocentres doit être d'un volume maximal de 64 pieds cubes, soit l'équivalent d'une remorque de type résidentiel d'environ 4 pieds x 8 pieds x 2 pieds (1,8 mètres cubes).

Les préposés des écocentres se réservent le droit de refuser un citoyen qui ne respecte pas les dimensions prescrites.



Bibliothèque Municipale



Horaire de la Bibliothèque Municipale

Heures d'ouverture de la Bibliothèque: de 19h00 à 20h00 le mercredi soir
et de 10h00 à 12h00 le samedi matin.

La Bibliothèque Municipale est située au 1043, rue Principale, dans l'école primaire
Saint-Joseph, local 106 Notre-Dame-de-Stanbridge, JOJ 1M0

Téléphone : 450-296-4325 poste 26041

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 : biblionotredame@hotmail.ca ou en personne à la bibliothèque.**

Les achats de nouveaux livres pour la bibliothèque se feront quatre fois par année soit en
mars, juin, septembre et décembre.

Vous pouvez également consulter la liste des livres sur le site web de la municipalité :
<http://www.notredamedestanbridge.qc.ca/bibliotheque.html>

Horaire des bénévoles pour le mois de avril 2017

Jour	Date	Noms
Samedi	01 avril	Pauline Bonneau
Mercredi	05 avril	Micheline Dufour
Samedi	08 avril	Ève Paquin
Mercredi	12 avril	Béatrice Travers
Samedi	15 avril	Dorothée Ouimet
Mercredi	19 avril	Gisèle Bonhomme
Samedi	22 avril	Annie St-Pierre
Mercredi	26 avril	Claudette Pinsonnault
Samedi	29 avril	Jean-Pierre Morlot

Pensée du mois:

Le bonheur est la seule chose qu'on peut donner sans
l'avoir et c'est en le donnant qu'on l'acquiert.

Source: penseeschoisies.com





Service Incendie



LES EXTINCTEURS PORTATIFS, UNE ARME EFFICACE

Un extincteur portatif ne remplace pas les pompiers et on doit toujours les appeler en cas d'incendie. Toutefois, un extincteur peut vous permettre de combattre un début d'incendie ou encore de vous sauver la vie.



Il existe plusieurs types d'extincteurs; à eau, à mousse, à poudre, à CO₂, etc. Chacun possède ses avantages et ses inconvénients. Dans les magasins à grande surface, on retrouve généralement des extincteurs à poudre qui sont polyvalents et faciles d'utilisation.

Le principe de fonctionnement est simple. Un agent extincteur, la poudre, est maintenu sous pression permanente à l'intérieur du cylindre de métal. Lorsque l'on retire la goupille et que l'on presse la poignée, l'agent extincteur est expulsé.

Sur les extincteurs, on retrouve des cotes. La cote A indique que l'appareil permet d'éteindre des feux de combustibles solides comme du papier, du bois, etc. La cote B indique que l'agent permet d'éteindre des feux de liquides inflammables ou combustibles comme de l'essence ou de l'huile. Finalement, la cote C indique que l'agent est non conducteur d'électricité et que l'on peut éteindre sans danger d'électrocution du matériel électrique sous tension. Plus le chiffre devant la lettre est élevée, plus le pouvoir d'extinction est grand. La cote 1A représente l'équivalent de 1 ¼ gallon d'eau tandis que la cote 1-B représente une capacité d'extinction d'environ 1 pied carré de liquide inflammable. La cote C ne possède jamais de chiffre, son pouvoir d'extinction est lié aux cotes A et B qui la précèdent. On note parfois également la capacité de l'extincteur en livres. Par exemple, un extincteur de 5 lbs est généralement d'une cote 2A-10BC. Il existe également des extincteurs de type D et K, mais leur usage est très spécifique et ils ne sont pas utilisés dans le domaine résidentiel.

Pour les résidences, le règlement municipal stipule que si vous avez un poêle à bois ou un foyer, vous devez avoir un extincteur d'une grosseur minimale de 5 lbs ABC d'une cote 2A-10BC. Si vous n'avez pas de poêle à bois ou de foyer, l'achat d'un extincteur de 5 lbs ABC est tout de même recommandé. Votre extincteur devrait être situé de manière à vous placer entre le risque et la sortie lors de son utilisation. Évitez de le placer trop près du risque. Par exemple, ne le placez pas dans l'armoire à côté du poêle ou derrière le foyer.

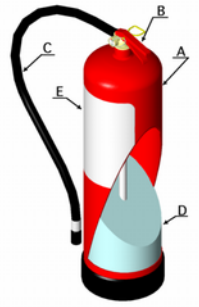
Votre extincteur doit être entretenu adéquatement afin de maximiser son efficacité en cas de besoin :

- Tous les extincteurs doivent être vérifiés une fois par mois pour savoir s'ils sont encore en place, si leur accès est facile et si le manomètre indique encore qu'ils sont pleins.
- Les extincteurs rechargeables doivent subir une maintenance complète par un technicien au moins une fois par année.
- Les extincteurs rechargeables à poudre doivent subir un test hydrostatique à tous les 12 ans.
- Les extincteurs jetables ont une durée de vie maximale de 12 ans.



Si vous devez utiliser votre extincteur, plusieurs étapes doivent être suivies :

- 1- Appelez d'abord les pompiers.
- 2- Ne mettez pas votre vie en danger.
- 3- Assurez-vous que les occupants aient évacué l'immeuble.
- 4- Repérez la sortie la plus proche.
- 5- Enlevez la goupille.
- 6- Visez la base des flammes.
- 7- Appuyez sur la détente.
- 8- Balayez la base du feu avec le jet de l'extincteur.



P.S. Pour ce qui est de l'entretien de vos extincteurs le Service des incendies recommande les compagnies suivantes qui possèdent les exigences requises et qui sont de notre régions :

Extincteur Supérieur
604, Jacques Cartier Sud
Farnham, Québec
Tél:450-293-0044

Techno-Contrôle 2000 Inc
1771, Principale
Farnham, Québec
Tél :450-293-8584

Extincteurs GFE
480, St-Charles Sud
Granby, Québec
Tél:450-372-6621

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



Le Comité des Loisirs Notre-Dame Inc.



Le 21 février dernier avait lieu l'assemblée générale annuelle des Loisirs.
Nous sommes heureux de vous annoncer que plusieurs personnes ont répondu à l'appel.

De nouveaux directeurs ce sont joints à notre équipe et plusieurs personnes nous ont proposé leur aide et idées pour des activités futures.

Voici le nouveau comité administrateur;

Président: Patrick Girard
Vice-présidente: Marie-Ève Dubé
Secrétaire: Claudia Morlot
Trésorier: Michel Bellavance
Directeurs: Sylvie Poulin, Martin Arsenault, Guillaume Tétreault, Karin Bruenggel, Ginette Paquette, Sylvie Verville.

Bienvenue aux nouveaux membres du comité.

Un merci spécial à Ève Paquin qui a quitté le comité.





Bingo tous les jeudis à 14h00 à la salle des Loisirs.

Vendredi Boum aux Loisirs

HORAIRE VENDREDI DE 18H00 À 21H00

17 mars / 31 mars / 14 avril / 28 avril

La maison des jeunes, le Boum de Bedford, offre aux jeunes de Notre-Dame de l'animation deux vendredis par mois. Comme activités nous aurons des jeux de société, discussion sur activités à venir et leurs intérêts (suggestion d'activités). Film et jeux vidéo.

Allez les jeunes venez faire un tour, on vous attend.

CASINO - CASINO

***Sortie au casino de Montréal,
SAMEDI 8 Avril 2017***



Départ: 13h00 au centre récréatif
Retour: 19h00
Coût: 12,00\$ / personne pour l'autobus
Places limitées: 48

Réservations: Michel Bellavance 450 296-4657



PROCHAINE DANSE

Dimanche le 9 avril 2017 à 13h30

Cours de danse à 13h00. Bienvenue à tous!

À la salle communautaire, 900 rue Principale



NOUVELLE ACTIVITÉ Les lundis ludiques



L'activité débutera le lundi 27 mars. Le but c'est de venir vous amuser au local des Loisirs qui sera mis à votre disposition de 18h30 à 21h30. Vous devez apporter vos jeux: baggamon, cribbage, cartes et autres... Les enfants et ados sont invités à participer mais doivent être accompagnés d'un parent. Pour plus d'informations, n'hésitez pas à communiquer avec moi, Manon Picard 450-334-3017. Merci et à bientôt !

COURS DE MANIEMENT D'ARMES À FEU

Des cours de maniement d'armes à feu seront donnés par le Club de Tir Josée au local des Loisirs de Notre-Dame-de-Stanbridge les

18 / 25-26 mars 2017

8-9 / 15 / 22-23 avril 2017



Pour inscriptions contactez :

M. Jocelyn Dulude, adresse courriel:

duludemoniteur01@hotmail.fr

BIEN DANS
SON CORPS,
BIEN DANS
SA TÊTE.

À partir du 5 avril

Plaisir et sueur garantis!

MERCREDI À 18H30

A partir du 5 avril pour 10 semaines

AU CENTRE DES LOISIRS,

750, rue Gauvin, N-D de Stanbridge

COÛT: 80\$/1X SEMAINE /150\$/ILLIMITÉ

LAISSEZ LA MUSIQUE VOUS EMPORTER,
AMUSEZ-VOUS, GARDEZ LA FORME.

Pour obtenir des renseignements sur le cours
contactez votre instructeur zumba certifié:

Geneviève Pelletier

ou 450.522.7939

zumbagen@yahoo.ca

f zumba avec gen



CONSEILS DE BONNES PRATIQUES POUR AMÉLIORER LE FONCTIONNEMENT ET LA DURÉE DE VIE DES INSTALLATIONS SEPTIQUES INDIVIDUELLES OU MUNICIPALES (suite).

Afin de favoriser le bon fonctionnement des installations septiques individuelles et municipales et d'augmenter sa durée de vie utile, de bonnes pratiques peuvent être adoptées.

BONNES PRATIQUES À ADOPTER À L'INTÉRIEUR DE LA RÉSIDENCE.

Réduction de la consommation d'eau potable

Vous avez avantage à adopter des pratiques d'économie d'eau potable. Une quantité moindre d'eau utilisée dans la maison signifie une quantité moindre d'eau dirigée vers le dispositif de traitement.

Voici des pratiques d'économie d'eau potable déjà bien connues :

- Prendre des douches courtes ou ne pas trop remplir son bain;
- Ne pas laisser l'eau couler inutilement lors du brossage des dents, du lavage des mains ou du lavage de la vaisselle;
- Favoriser l'utilisation du lave-vaisselle ou de la machine à laver uniquement lorsque les quantités de vaisselle ou de linge sales sont importantes;
- Lorsque cela est possible, ne pas faire plusieurs lavages en un court laps de temps (les étaler sur quelques jours);
- Utiliser des économiseurs d'eau pour les robinets et les douches;
- Quand il sera temps de changer la toilette, la laveuse ou le lave-vaisselle, acheter un modèle qui consomme peu d'eau;
- S'assurer que les toilettes et les robinets ne fuient pas. Il est à noter qu'une toilette qui fuit peut utiliser de 10 à 20 fois plus d'eau en une journée que la quantité utilisée normalement par l'ensemble de la résidence dans ce même laps de temps.

Essayez d'étaler votre consommation d'eau afin d'éviter les coups d'eau dans la fosse septique. Un coup d'eau se produit lorsqu'une grande quantité d'eau arrive dans la fosse en très peu de temps, créant de la turbulence et remettant des solides en suspension, ce qui favorise leur entraînement vers les autres composantes de l'installation septique. Par exemple, l'utilisation simultanée du lave-vaisselle, de la machine à laver et de la douche peut créer un apport en eau important dans la fosse.

Source: certaines informations sont extraites du guide technique

- Traitement des eaux usées des résidences isolées

<http://www.mddefp.gouv.qc.ca/eau/eaux-usees/residences-isolees.htm>

Des nouvelles de l'école St-Joseph NDS



Le 13 février dernier, tous les élèves de l'école sont allés voir le spectacle Machine de cirque, au théâtre des deux-rives, à St-Jean-sur-Richelieu. Cinq artistes ont impressionné les jeunes avec leurs prouesses et leur jeu théâtral hors du commun. Tous s'entendent pour dire que c'était formidable.

Le comité St-Valentin a organisé deux journées bien agréables. Des livres thématiques ont été lus, un habillement rougeâtre ou rosé était de mise et des petites sucreries ont été offertes. De plus, avec l'aide de 4 élèves du 3e cycle, Ann-Sophie, Djeik, Éliot et Félix, une danse a été organisée dans le gymnase de l'école. C'était un merveilleux moment où petits et grands se sont amusés.

Toute l'école est aussi allée à Montréal, le 23 février. Nous avons visité le Centre des Sciences, puis nous avons visionné un film sur les baleines au cinéma Imax. Tout s'est bien déroulé.

Nous partons maintenant pour la semaine de relâche où les projets et les temps de repos seront les bienvenus. Bon congé !

Ann-Sophie Benoit

Élève "Journaliste en chef" de 3e cycle de l'école Saint-Joseph (NDS)

Quelques photos de notre carnaval.



JOURNÉE RÉGIONALE DE DISTRIBUTION D'ARBUSTES

Le samedi 13 MAI 2017

de 10h à midi à Notre-Dame-de-Stanbridge
Tous les résidents peuvent se procurer des arbustes.

Pour réaliser et améliorer vos bandes riveraines, pour protéger les cours d'eau, pour augmenter le couvert végétal sur votre terrain, vous pouvez vous procurer des arbustes pour un montant de 1.40\$ l'unité, lors de la journée régionale de distribution d'arbustes le samedi 13 mai de 10h à 12h à l'Hôtel de ville de Notre-Dame-de-Stanbridge, 900 rue Principale.

Les essences disponibles peuvent varier parmi celles-ci : le Céphalante d'Occident, Cornouiller Stolonifère, Spirée à feuilles larges.

Suite à l'adoption de la nouvelle réglementation un des éléments majeurs est l'interdiction pour les propriétaires riverains de tondre leur gazon jusqu'au bord de l'eau. En effet, une bande devra être laissée à l'état naturel ou aménagée avec des végétaux. Pour les terrains riverains déjà bâtis, cette bande sera d'une largeur minimale de trois mètres, tandis que pour les terrains riverains vacants, cette bande devra avoir une largeur minimale de cinq mètres.

La description des arbustes est disponible sur le site web de la MRC Brome-Missisquoi http://mrcbm.qc.ca/fr/forest_pepiniere_riv.php ou le document peut-être consulté au bureau municipal.

ÉCHANGE DE VIVACES

Nous pourrions profiter de l'occasion pour faire un échange de vivaces. Êtes-vous intéressé ??? Si oui, téléphonez au bureau municipal.

Célébration de nos bénévoles, accueil des nouveaux résidents et locataires

Les bénévoles recevront sous peu une invitation à venir célébrer leur implication, le vendredi 28 avril à 18h00 à la salle communautaire au 900 rue Principale. Si par mégarde vous n'avez pas reçu une invitation d'ici le 14 avril, veuillez S.V.P. communiquer au bureau municipal au 450-296-4710 et il nous fera plaisir de vous inscrire.

Pour une deuxième année le conseil municipal a décidé d'accueillir les nouveaux résidents et locataires lors de la Fête des bénévoles. Donc aux nouveaux locataires depuis le 1er avril 2016, donnez vos noms au bureau municipal au 450-296-4710 et il nous fera plaisir de vous accueillir et de vous remettre une pochette de bienvenue lors de la soirée des bénévoles.



CONCOURS

CINQ ANS DE PLANTATION

COMMANDEZ DES ARBUSTES ET COUREZ LA CHANCE DE GAGNER!

WWW.MRCBM.QC.CA/CONCOURS-ARBUSTES

**VIRAGE
RIVAGES**

REVITALISATION
DES RIVES |  MRC BROME-MISSISQUOI

Concours - Cinq ans de plantation !

Du 1er février au 7 mai 2017

Depuis maintenant 5 ans, la pépinière de bandes riveraines distribue des arbustes aux citoyens de la MRC Brome-Missisquoi. Afin de remercier ses citoyens de leur implication dans la préservation des cours d'eau, la MRC lance le Concours « Cinq ans de plantation ».

Comment Participer au concours: Inscription par internet sur le site de la MRC Brome-Missisquoi. Pour commander et réserver vos arbustes pour le printemps 2017, vous devez remplir le formulaire. Consultez la [liste des arbustes disponibles](#) pour nous préciser quelle essence vous souhaitez. Notez: pour la réservation et pour être admissible au concours vous devez commander au minimum un ballot. 1 ballot = **20 arbustes de la même essence au coût de 65 \$/ ballot taxes incluses**. Vous serez contactés par la MRC Brome-Missisquoi pour plus d'informations sur le paiement et la distribution en avril 2017. Merci de votre intérêt!

Prix à gagner* :

D'une valeur totale de 1 265 \$.

- Un choix parmi tous les services offerts par l'entreprise **Mini-excavation G.A.L.**
- Une nuitée à hôtel **Novotel Montréal centre** pour 2 personnes, petit déjeuner inclus.
- Une nuitée à l'hôtel **Novotel Ottawa** pour 2 personnes, petit déjeuner inclus.
- Gagnez votre commande d'arbustes que vous avez réservée à la **MRC**.
- Un certificat cadeau auprès des commerçants du regroupement d'affaires de Bedford et région offert par **Graymont - usine de Bedford**.

* Consultez les règlements du concours sur le site de la MRC Brome-Missisquoi pour plus de détails sur les prix à gagner.





Le Comité de Développement Stanbridgeois

Internet fibre optique

La rencontre du 15 février organisée par la Municipalité et le CDS fut très appréciée de nos concitoyens. Le directeur de l'OBNL innovation Haut-Richelieu M.Patrick Bonvouloir et son équipe nous ont tracé les possibilités que nous offre son groupe. Un cinquantaine de citoyens du Notre-Dame rural se sont montrés des plus intéressés au déroulement de la fibre optique dans nos rangs. Pour tous, c'est une urgence et une chance de s'offrir des moyens techniques fiables et efficaces, beau temps mauvais temps.

Un choix de vitesse de rendement est aussi disponible. Quarante et une inscriptions furent recueillies le soir du 15, ce qui fut un bon départ, mais moins que la moitié requise. Le CDS et quelques aides supplémentaires ont relevé le défi d'atteindre la marge nécessaire de 100 inscriptions. Suite à un rappel postal et à des rencontres individuelles nous sommes fiers de vous confirmer que nous sommes au rendez-vous. On vous tiendra au courant de la suite du projet, toujours bien vivant pour nous.

Le CDS et Notre-Dame vous remercient de votre présence à cette soirée technique informative. Merci à ce groupe formidable qui a su relever le défi de la seconde phase du projet en sillonnant nos rangs: France Boulet, Marcel Heyligen, Pauline Bonneau, Fabien Poirier, Stephen Hanigan, Jacques deLadurantaye.

Assemblée Générale, du CDS

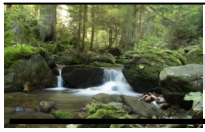
Comité de Développement Stanbridgeois.

Venez vivre la fierté et vous joindre à une équipe dynamique, intéressée à identifier et à soutenir des projets locaux. Venez prendre connaissance de nos nombreuses réalisations en 2016 lors de l'assemblée Générale du **19 avril à 19hr** à l'Hôtel de ville au 900 rue Principale. Bienvenue à toutes et tous.

pour Guy Lambert, président du CDS.


La Fête dans l'Rang 2017

Soyez au rendez-vous le 19 août prochain pour notre Fête dans l'Rang.



Finir l'hiver en force !

L'hiver tire à sa fin et c'est le temps de donner un dernier coup de pouce à notre système immunitaire afin de se rendre au printemps en pleine forme. Le manque de lumière, la fatigue accumulée, le stress du froid et des conditions routières plus difficiles et l'alimentation hivernale plus lourde sont exigeants pour notre corps. C'est pour cette raison qu'on a recours au piment de Cayenne et au ginseng pour aider notre immunité.

Le piment de Cayenne est un excellent stimulant du système circulatoire, car il nettoie le sang, renforce le pouls et régularise le cœur. Il augmente la résistance de l'organisme aux attaques virales et il est particulièrement efficace lorsqu'il est pris au début d'un rhume ou d'une grippe. Son effet rubéfiant soulage les douleurs musculaires, le lumbago, les crampes, les tendinites, les entorses et les douleurs arthritiques. On l'utilise d'ailleurs pour ces problèmes sous forme d'huile de piment de Cayenne.



Huile de piment de Cayenne

On couvre de la poudre de Cayenne séchée avec le double d'huile d'olive ou de tournesol. On laisse macérer deux ou trois mois sur le chauffe-eau ou près d'une source de chaleur similaire à l'abri de la lumière, puis on filtre.

Le Ginseng est une super plante tonifiante qui stimule le système nerveux, et améliore une foule de fonctions physiologiques, y compris les fonctions immunitaires, digestives et respiratoires. Il améliore aussi les capacités intellectuelles et physiques tout en fournissant une meilleure protection pour les personnes affaiblies et fatiguées, comme nous le sommes à la fin de l'hiver. Il est très pratique aussi pour lutter contre la dépression en plus d'être un aphrodisiaque reconnu. Une bonne manière d'incorporer le ginseng à notre diète est par l'alimentation.

Smoothie mangue-fraises au ginseng

- 1 tasse de lait de coco
- 1 banane, pelée, tranchée et congelée
- 1 bonne cuillère à soupe de poudre de ginseng
- 1 mangue, épluchée et coupée en dés
- 5 grosses fraises, coupées en tranches

Combinez tous les ingrédients dans un mélangeur jusqu'à consistance homogène.

Avec le piment de Cayenne et le ginseng votre système immunitaire sera au top pour vous aider à affronter les derniers froids de l'hiver. Donc allez-y gaiement et ajoutez le à votre alimentation de différentes manières.

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

Eve Paquin

Herboriste en formation



Recette

Tarte au sirop d'érable

- 1 croûte de tarte cuite
- 1 tasse de sirop d'érable
- ½ tasse d'eau
- 4 c. à Table de beurre
- 6 c. à Table de farine



Mêler tous les ingrédients au fouet dans un chaudron. Sur feu doux, cuire jusqu'à épaississement en brassant constamment. Verser dans la croûte à tarte cuite. Refroidir et mettre au réfrigérateur, 3 à 4 heures. Servir avec de la crème fouettée.

Quelques trucs bons en sirop pour réussir les crêpes

À la base d'une pile de crêpes moelleuses et savoureuses, il y a la pâte. Armez-vous d'un bol, d'un fouet, d'un peu de patience et de nos trucs, et vous serez récompensés par des crêpes toujours bonnes et bien dorées.



No. 1 Évitez de trop battre la pâte

Dès que les ingrédients secs disparaissent, cessez de battre. Si vous continuez jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse, il y aura une trop grande formation de gluten. Vos crêpes auront alors une texture élastique plutôt qu'aérienne.

No. 2 Laissez-la reposer

Si c'est possible, préparez la pâte de 5 à 30 minutes à l'avance et laissez-la reposer sur le comptoir ou au frigo. De cette manière, le gluten de la farine pourra se détendre et se stabiliser. Votre pâte aura une consistance épaisse et gonflée.

No. 3 Chauffez bien le poêlon

Afin que vos crêpes soient parfaitement dorées à l'extérieur et aériennes à l'intérieur, le poêlon doit être bien chaud (mais pas trop !). Laissez tomber une goutte d'eau dans le poêlon afin de vérifier sa température : si la goutte sautille et s'évapore tout de suite, il est prêt !

No. 4 Patientez un peu !

Déposez la spatule et portez attention à ce qui se passe dans le poêlon : regardez les bulles d'air qui se forment, montent à la surface et puis éclatent. C'est seulement lorsque toutes les bulles ont éclaté que vous pouvez retourner la crêpe sans risquer de la dégonfler.



EXPLIQUE-NOUS LA MESSE (suite du mois de février 2017)

Il faut se souvenir que la messe, c'est **l'action**, la **prière** des hommes et des femmes rassemblés autour de Jésus lui-même pour accomplir cette **Alliance avec Dieu, notre Père**. Et toute la première partie de la messe veut nous aider à entrer dans cette démarche.

Nous partons de chez nous, des quatre coins de l'Unité, nous nous rassemblons dans la maison de prière, à l'église et nous nous retrouvons. Nous nous reconnaissons. C'est ça **l'accueil**. Pour ma part, c'est un moment important, être à l'entrée de l'église pour vous saluer et vous serrer la main. C'est une façon de vous dire que je vous aime et que je suis heureux d'être au milieu de vous.

Par **le chant d'entrée et la procession**, nous prenons davantage conscience que nous formons une **communauté**. Ensuite, le prêtre, celui qui préside la célébration, **nous salue au nom du Christ**. Il nous invite également à nous tourner vers Dieu dans l'humilité de notre humanité. Par la suite, c'est le chant du **Gloire à Dieu** qui est une hymne de louange, une sorte de cri de joie, même s'il contient un rappel du "Seigneur, prends pitié...". Ce chant veut nous aider à nous tourner ensemble vers Dieu : un chant gratuit qui ouvre notre cœur à la louange.

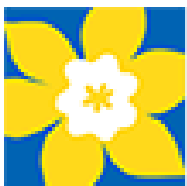
L'accueil se termine par la **prière d'ouverture**. Elle veut marquer notre désir de vivre cette rencontre privilégiée entre nous et aussi avec Dieu. (à suivre).

Jean Pelletier

La Chronique du village

Bon anniversaire à notre doyenne du mois de mars

Mme Dolorès Bellavance



**Société
canadienne
du cancer**

Avril est le mois de la jonquille

À quoi servent vos dons.

Votre soutien compte énormément pour nous. Chaque dollar que nous amassons contribue à réduire le fardeau du cancer. Grâce à vos dons, nous pouvons continuer à financer la recherche la plus prometteuse sur le cancer, à militer pour des politiques protégeant la santé des Canadiens et à offrir de l'information fiable, des ressources et du soutien à tous les Canadiens touchés par le cancer. Merci!

Source: <http://www.cancer.ca/fr-ca/get-involved/support-us/how-your-donations-help/?region=on#ixzz4bEQEe46>





HORAIRE DES MESSES

Messe à Bedford : le samedi à 16 h 00, le premier et troisième dimanche à 9 h 00

Messe à Philipsburg : le premier et troisième dimanche à 10 h 30

Messe à Notre-Dame : le deuxième et quatrième dimanche à 9 h 00

Messe à St-Armand : le deuxième et quatrième dimanche à 10 h 30

LE CARÊME

Le mot Carême vient du latin **quadagesima** qui signifie 40. Si nous comptons le nombre de jours qu'il y a depuis le mercredi des cendres jusqu'au Samedi Saint, nous arrivons au chiffre 46. Mais en soustrayant de ce chiffre les 6 dimanches (qui n'ont jamais été des jours de jeûne et de pénitence) nous obtenons le nombre **40**.

Depuis quand existe le Carême ? C'est pour se rappeler des événements passés que les chrétiens au 6^e siècle instituèrent le Carême.

Durant **40 ans**, le **peuple de Dieu** marcha dans le désert se nourrissant de la manne (Exode 16,35). Durant **40 jours et 40 nuits**, Moïse demeura au sommet du mont Horeb. C'est alors que Dieu lui donna les **10 commandements**. Tout radieux, il descendit de la montagne et annonça au peuple les chemins qui mènent au bonheur (Exode 24). Après avoir mangé une galette et bu un peu d'eau, Élie marcha sans arrêt pendant **40 jours et 40 nuits**, jusqu'au mont Horeb. Quand il fut en haut de la montagne, Dieu se révéla à lui (1 Rois 19). Conduit au désert par l'Esprit, **Jésus** y demeura **40 jours et 40 nuits** durant lesquels il jeûna et fut tenté par Satan. Par la suite, dans la puissance de l'Esprit, il commença à prêcher l'Évangile (Luc 4).

C'est en lien avec ces événements qu'encore aujourd'hui les chrétiens sont invités à entrer en Carême pour se préparer à vivre la grande fête de Pâques. Pour vivre le Carême, l'Église propose trois chemins: la prière, le jeûne et le partage qui mènent au même but. Ils désignent trois façons de se préparer à célébrer Pâques avec un cœur renouvelé. La prière nous tourne vers Dieu, le jeûne nous détourne de notre attachement exagéré aux choses de la terre et le partage nous lie à notre prochain.

Si nous vivons un bon Carême, nous serons en mesure, durant la veillée pascale de renouveler avec ferveur les promesses de notre baptême et de célébrer dans l'allégresse de saintes et joyeuses Pâques.

Jean Pelletier

À METTRE À VOTRE AGENDA

Le prochain dîner de fabrique aura lieu le dimanche 23 avril 2017. C'est un dîner porcs et dindes braisés et comme d'habitude les desserts sont faits maison et le service sera fait par les marguilliers et les bénévoles de la fabrique.


Cette levée de fonds est importante pour la paroisse, nous comptons sur votre présence.


JOURNAL L'AMI

- Vous avez une bonne nouvelle à nous communiquer !
- Vous voulez faire connaître votre entreprise !
- Vous souhaiteriez faire une chronique dans l'AMI !
- Vous avez un événement à faire connaître !



N'hésitez pas à communiquer avec nous et il nous fera plaisir de publier vos demandes.

 Fermé les dimanches et samedis	Heures d'ouverture du bureau de poste Notre-Dame-de-Stanbridge			
	Lundi	09:30-12:00 - 14:00-16:15	Jeudi	09:30-12:00 - 14:00-17:30
	Mardi	09:30-12:00 - 14:00-16:15	Vendredi	09:30-12:00 - 14:00-16:15
	Mercredi	09:30-12:00 - 14:00-16:15		

	CPE Joie de vivre Nouveau service de garde éducatif en installation à Saint-Alexandre.	Ouverture prévue mars 2017. Places subventionnées disponibles. Pour information : Geneviève Larochelle (450) 346-4149, poste 4133
--	--	---



Massothérapeute
Annie St-Pierre
Membre F.Q.M.

Massage suédois / Réflexologie
Service à domicile
Tél.: 450-296-8848

	Desjardins Gestion de patrimoine	VALEURS MOBILIÈRES
Andrée Couture, pl. Fin. Conseillère en placement	Groupe JFS 145, rue Sherbrooke, bureau 2 Cowansville (Québec) J2K 5E7 450 263-2014 1 855 263-7555 Télécopieur : 450 263-5805	
groupejfs.com		andree.couture@vmd.desjardins.com



ACTION RAMONAGE
Ramonages de tous genres:
cheminée, maçonnerie, préfabriquée, poêle, foyer, bois et granule.
31 Bernier, Bedford
579 433 8777
514 943 2330
STÉPHANE BOUDRIAU, TECHNICIEN RAMONEUR (1999)
31, Bernier, Bedford Tél.: 579 433-8777 - 514 943-2330

	Vente neuf et usagé Réparation, nettoyage
Ordinateurs Jean-Pierre TRAVERS <i>Service à domicile</i> 450-348-5300 info@microbytes.qc.com 950, Principale, Notre-Dame-de-Stanbridge	



Marché Gendreau inc.

Carole, Kim et Gaétan Gendreau
propriétaires

1097 rue Principale
Notre-Dame de Stanbridge (Québec) J0J 1M0

Tél. : 450 296-4337



Martine Bellavance

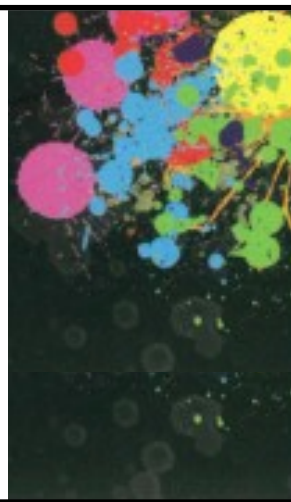
Artiste peintre,
Professeur et Auteure

(514) 820-1185

martine_bellavance@hotmail.com

*Atelier de peinture décorative

*Cours de peinture



AUTOPRO

www.autoproservice.com

Daniel Tétreault

Propriétaire

Garage Daniel Tétreault

817, rue Principale
Notre-Dame-de-Stanbridge,
Qc J0J 1M0

Tél.: (450) 296-8827

Télé.: (450) 296-8827

Vente
de véhicules
neufs
et usagés



Eve Paquin

Thérapeute énergétique

1031, rue Principale, Notre-Dame-de-Stanbridge

(450) 334-3304

Reiki
Fleurs de Bach
Kinésiologie
Radiesthésie
Magie Blanche

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

**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 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